

## 志愿者风采

## 爱心感言

## 爱在家门口传递

## ——杭州市江干区“红十字爱心中转站”项目纪实

杭州市江干区九堡镇杨公社的项大伯,想把家中两张全新的治疗床捐赠给有需要的人。项大伯说:“我今年83岁,这两张治疗床是爱心人士送给我的,我舍不得用,现在家里马上要拆迁了,想给它们找个好归宿。”经过江干区红十字会工作人员多方联系,项大伯的治疗床最后转赠给了九堡镇社区卫生服务中心。由于输液室扩建,该社区卫生服务中心正好缺两张治疗床。项大伯看到自己捐赠的治疗床发挥了重要作用,非常感谢红十字工作人员。

据介绍,目前江干区“红十字爱心中转站”累计实现爱心中转1200次,中转物资价值达16万余元,1300户家庭从中受益。

## “爱心”需要中转

随着杭州市“城市东扩、决战东部”战略的实施,江干区城市化建设加速推进,辖区内拆迁、过渡安置、回迁群众较多。当地居民因搬家需要处理的家电、家具等,仍有使用价值但被低价处理。与此同时,越来越多的“新杭州人”落户江干,他们初到杭州、立脚未稳,生活中存在实际困难,亟需社会给予关爱和帮助。“红十字爱心中转站”应运而生。

2011年7月,江干区红十字会在凯旋街道南肖埠社区、四季青街道钱杭社区,尝试开展了社区“红十字爱心中转站”项目。“老杭州人”把家中闲置但仍有使用价值的物品捐到社区“爱心中转站”,有需要的“新杭州人”可以在“爱心中转站”领取到必需的生活物资,尽快融入新生活。而得

到过帮助的“新杭州人”生活安定后,又将家中空闲物资通过“爱心中转站”继续传递给其他有需要的家庭,如此将爱心一直传递下去。

## 江干模式诞生

为确保项目顺利推进,社区“红十字爱心中转站”采取“红会搭台、社区管理、百姓参与”的运作模式,区、街道(镇)、社区(村)三级红十字会分工合作,各司其职。

每年,区红十字会根据全区拆迁、回迁等情况,确定本年度“爱心中转站”运行的数量。同时,积极争取上级红十字会和企事业单位、爱心人士的支持,为每家新运作的“中转站”配套不少于1万元的启动物资和不少于5000元的工作经费,并负责“中转站”的考核验收和日常监管。街道(镇)红十字会则根据辖区实际,选择具备“中转站”运作软硬件条件的社区(村),落实场地、人员、物资、运行经费等,并负责“中转站”大宗物资跨区域“中转”等工作。村(社区)红十字组织负责“中转站”的日常运行和管理工作,包括物资收集、入库、仓储、发放等。同时,利用各种渠道向居民宣传“爱心传递”理念,动员群众积极参与家门口的公益活动。



经“爱心中转”的沙发、卡通服。

## 爱在传递中扩散

经过三年的运行和摸索,目前江干区社区“红十字爱心中转站”已从原来单一的物资中转,逐步“升级”为集爱心资源中转、志愿服务、人道宣传“三位一体”的综合平台,居民既可以在这里获得所需的生活物资,也可以在这里接受红十字急救培训,联系获得专为老年人和儿童提供的志愿服务。

在江干区的“红十字爱心中转站”里,临时性、被动性、单向性的帮扶救困,正转变成经常性、主动性、双向性的邻里互帮互助活动。双菱社区

红十字志愿者钱荣生22年如一日,义务帮助邻里修鞋2万余双;五堡社区红十字志愿者李东华医生开通24小时服务热线,为外来务工人员提供咨询服务;兴安社区、景蓝社区为困难群众送去清凉茶、腊八粥等。“红十字爱心中转站”已经成为江干老百姓家门口奉献爱心的大平台。(王晨)

## 百姓故事

## 血液科医生捐造血干细胞

3月3日,台州市第一人民医院血液科医生章展捐献的200毫升造血干细胞,由志愿者搭乘飞机紧急送往北京,成功输入一名90后白血病患者体内。章展成为我省第165例造血干细胞捐献者,也是浙江第1例捐献造血干细胞的血液科医生。

他注定与血液有缘。3月3日,章展在省中医院成功捐献造血干细胞。陪伴一旁的,是他的妻子周贞萍,曾是同一科室的护士。小两口当时在医院血液科相识相爱,并终成眷属。

“作为一名血液科医生,我经常遇到许多血液病患者因为没有等到相匹配的供者,错过了治疗机会,最终遗憾地离开人世。”在医院工作7年的章展介绍,血液科每年有近千名患者,但真正能够接受移植并治愈的只有个位数。“现在技

术已经很成熟了,但捐献力度远远不够,骨髓库里的样本数量太少。”

2011年的“国际献血者日”,黄岩区红十字会在台州市第一人民医院开展造血干细胞捐献宣传活动,章展便在那天加入了中华骨髓库。

第二年,章展惊喜地接到一个通知:通过了初配!然而,最终没能高配成功,让他觉得非常遗憾。

2013年10月,章展再次与一名患者初配成功。这一次,高分辨检测和身体检查都非常顺利。

今年2月27日,章展安排好工作,赶到杭州开始注射“动员剂”,做捐献前的准备。

3月3日上午9时,采集开始。因为对整个捐献流程非常了解,章展非常配合,也显得很淡定。

“目前人们对捐献造血干细胞在认识上有误区,我作为血液科医生,有责任通过自己的行动,鼓励更多的人加入到捐献者行列。”章展介绍,造血干细胞通过外周血采集,并不是过去所做的“抽骨髓”。造血干细胞再生能力很强,捐了很快会再生,而且捐献过程很安全。捐助后,只要休息一两天就好,对健康没有影响。(喻海虹)

梁梅宁和丈夫的一个“美丽约定”  
点亮了两个人的光明

3月23日清晨,31岁的梁梅宁走了。丈夫小林忍着悲痛,遵照他们的约定捐献了妻子的两只眼角膜,使两位角膜白斑患者重见光明。

## 签下“美丽约定”

梁梅宁今年31岁,与爱人小林在广东打工时相爱,随后夫妻俩回宁波创业。天有不测风云,3年前,梁梅宁被查出患有中低分化腺癌,已是晚期。

31岁,人生的梦想刚刚开启。丈夫小林肝肠寸断。在妻子生命的最后时刻,他想起自己多年来的一个心愿——捐献器官。当生命走到尽头,把自己的器官捐献出来,供医学研究,挽救他人生命。小林与妻子说了他的想法,没想到梁梅宁非常赞同。

3月20日,宁波市红十字会从媒体得知这一消息后,赶到医院为梁梅宁办理了角膜捐献登记手续,为他们签下最后的“美丽约定”。

## 叩谢点亮光明

3月23日清晨,梁梅宁安详地走了。宁波市眼科医院角膜接受站的医生们小心地移取了梁梅宁的眼角膜,帮她实现了生前愿望。在场亲友无不为之动容。

“捐献的人太伟大了,衷心地感谢他!”等待接受角膜移植的“新宁波人”易先生激动地说。他数次双手合十,向心目中想象的“他”作揖叩谢。

易先生十多年前从河南来到宁波应聘,成为一名大货车司机。虽然工作辛苦,但薪水年年增加,他也就没日没夜不知劳累地工作。8年前,他患上角膜炎没有及时就医,后来延误发展成

严重的角膜白斑。多年来,他去过各大城市求医,得到的答复都是等待角膜移植。在宁波市眼科医院登记排队,等待合适的角膜已经两年。

同样满怀感恩的还有同一病房的罗先生。罗先生来自台州,也是一位大货车司机,角膜白斑患者,等待合适的角膜也快两年。

3月23日晚上7点,梁梅宁的两枚角膜成功地移植给了两位素不相识的人,给予了他们新的光明。

(张志平 巴黎)

## 延伸阅读

近期,我省多人签下《中国人体器官捐献自愿书》,自愿身后捐献器官(角膜、遗体),他们的大爱令人肃然起敬!

3月3日,快满50周岁的新昌市民王叶珍去社保局办理了退休手续。第二天,她来到新昌县红十字会郑重地填写了《中国人体器官捐献自愿书》。王叶珍说,她想以此作为自己50岁的生日礼物。

3月19日,57岁的嘉兴市秀洲区洪合镇洪合村农民应海水一笔一画地在《嘉兴市遗体捐献申请登记表》上写下了自己的名字。曾经罹患癌症的应海水,康复后萌生了捐献遗体以供医学研究的心愿。在应海水的带动下,妻子满女士也决定将自己身后遗体捐出。

3月20日,绍兴市上虞区道墟镇东桑村严梁宇在《中国人体器官捐献自愿书》上签了字,自愿身后捐献器官、遗体和眼角膜。5年前,严梁宇曾自愿捐献造血干细胞,是绍兴市捐献造血干细胞第一人,浙江省首位农民捐献者。(陈良玉 严明强 范文忠)

## 生活百科

## 教你几招赶走“春困”

俗话说,“春困秋乏夏打盹。”春天万物复苏,人体的各项机能也开始走出低谷。在阳光明媚、春暖花开的日子里,人们通常会觉得浑身懒洋洋、精神不振,这就是大家常说的“春困”。春困给大家的工作、学习带来不小的困扰,那么如何应对春困呢?

## 1.切忌多睡

在昏昏欲睡之时,很多人认为多睡一会就能缓解困乏。其实,多睡并不能缓解春困现象。一般情况下,成年人每天睡眠8小时左右就可以了,增加睡眠可能会降低大脑皮层的兴奋性,使之处于抑制状态,人变得更加昏昏欲睡。缓解春困的方法应该是规律作息。

## 2.适当锻炼

春天,人体的各项机能由原来的低谷期走向复苏。这时适当的锻炼有助于促进人体的新陈代谢,让你的身体和大脑兴奋起来。以慢跑、室内游泳、放风筝、踢毽子等运动量中等的活动为宜,既能稍稍出汗达到锻炼身体作用又不至于消耗能量过大,起到缓解春困的效果。

## 3.多吃碱性食物

如果身体堆积了大量的大鱼大肉,人体内容易发酸,从而易困。因此,春季应该吃一些碱性食物,来中和掉身体中的一部分酸。例如马铃薯、香菇、油菜、南瓜、洋葱、茄子、南瓜、萝卜、牛奶、苹果、梨、香蕉、樱桃等,都是可以用来调和的,大家不妨试一试。(崔丹 李云云)

## 博爱项目小知识

“朝聚光明”项目  
申请须知

【项目简介】该项目由朝聚眼科医院集团及下属杭州西湖朝聚眼科医院、嘉兴朝聚眼科医院捐赠资金设立,专项用于项目实施地困难家庭和特殊人群眼疾患者医疗救助,60周岁以上老人及14周岁以下儿童眼疾筛查、眼疾预防和保健知识宣传普及等。

【救助对象】项目实施地五保户、低保户、残疾人、军烈属、见义勇为者,在项目定点医院接受白内障、角膜病变、糖尿病等眼疾治疗的患者。向项目实施地红十字会或项目定点医院申请救助的其他生活困难的眼疾患者,经捐赠方同意,也可纳入救助范围。

【定点医院】杭州西湖朝聚眼科医院、嘉兴朝聚眼科医院。

【申请材料】如实填写浙江省红十字会“朝聚光明”项目救助申请表,并

提供以下材料:  
(1)县级以上医疗机构开具的病情诊断证明原件;  
(2)申请人身份证明(户口本、身份证或浙江省居住证、暂住证复印件);  
(3)五保户、低保户、残疾人、军烈属、见义勇为者,应提供相关证明或证件复印件;  
其他生活困难的患者,应提供户口所在地或日常居住地村(社区)、乡镇(街道)或工作单位(企业)出具并盖章的有关证明。  
(4)项目实施地红十字会规定的其他有关申请材料。

【救助方式】救助对象在办理费用结算手续时,项目定点医院按照项目管理规定,直接减免救助部分的医疗费用,超出部分由救助对象自理。  
每位申请人一个年度内只能享受一次救助。每年4月1日至次年3月31日为一个年度计算单位。