

志愿者风采

开栏的话:

红十字志愿者是红十字精神的践行者,是各国红十字组织的重要力量和社会基础。在中国红十字会的百余年历程中,红十字志愿者在战地救护、备灾救灾、人道救助、重建家庭联系等各个领域作出了卓越贡献。哪里有需要,哪里就有红十字志愿者的身影。他们以“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神,传递着人间大爱。让我们记住这些最美的人。

真情谱写爱的乐章

——记绍兴市红十字志愿服务总队

去年12月,绍兴市红十字志愿服务总队被中国红十字总会评为全国优秀红十字志愿服务总队。这是对这支志愿服务总队长期工作的最大肯定。

绍兴市红十字志愿服务总队成立于2008年,市本级下属22支志愿队,有3035名注册队员。他们常年身穿米黄色马甲,背印醒目的红十字标志,带着专业知识,深入居民社区,辗转于扶贫济困、救死扶伤、抗灾救灾、敬老助残、爱心助学等服务现场,充分发挥了政府人道救助领域的助手作用,为推动整个绍兴的志愿服务工作发挥了示范作用,为绍兴文明城市的创建作出了重要贡献。

依托红会工作,开展志愿服务

绍兴市红十字志愿服务总队依托红十字会工作,紧紧围绕“人道、博爱、奉献”的红十字精神,凝聚人道力量,开展一系列志愿服务。2012年,这支服务总队以“红十字博爱送万家”、“争创全国文明城市”、“迎接世合赛”等大型活动,以及“5.8”红十字博爱周、“6.14”世界无偿献血者日、“10.31”红十字会法颁布日”等重大纪念日为契机,组织各支志愿分队,走进广场,走入社区,走进课堂,开展技能比武、广场宣传、义诊咨询等形式多样的志愿服务。总队下属志愿服务分队全年开展各类活动75次,服务贫困群众2.6万余人,开展健康咨询上万人次,发放宣传资料2.6万余份。

发挥自身优势,开展特色服务

在绍兴市红十字志愿服务总队的指导下,各志愿服务分队还充分



志愿者在为外来建设者义诊

发挥自身优势,将红十字精神传播渗透到社会生活的各个领域。

救护培训师志愿服务分队,充分发挥自身医技工作专长,放弃休息日,随红十字工作人员,走进农村(社区)、走进企业(单位),走入工地,普及现场救护知识和技能,并为他们开展义诊、健康咨询,受到企业、群众一致好评。

无偿献血志愿服务分队发挥自身优势,开展无偿献血及造血干细胞的宣传、动员及采集工作,积极推动无偿献血及造血干细胞采样入库。

每年暑假,市教育系统志愿服务分队组织红十字青少年夏令营,串街走巷,通过制作小报、文艺演出、上街募捐、自己作画义卖等形式,

开展力所能及的帮扶活动。

老干部志愿服务分队结合自身实际,积极开展“敬老、爱老、助老”系列活动。

哪里有需要,就出现在哪里

绍兴市红十字志愿服务总队紧抓“以人为本、服务社会、突出特色、奉献爱心”这条主线,忠实履行宣教服务、人道服务、特色服务三大红十字志愿队工作职能,组织志愿者大力开展扶贫济困、救死扶伤、抗灾救灾、敬老助残、博爱助医、爱心助学等活动。可以说,哪里有需要,他们就出现在哪里。

绍兴市无偿献血志愿服务队的严梁宇、金爱珍、郭大刚、姚建、孙洁

五位队员,当得知自己的造血干白细胞和白血病患者配对成功,亟需捐献以挽救对方生命时,都充分发扬了“人道、博爱、奉献”的红十字精神,欣然接受捐献,使急性白血病患者获得了重生。

在抗击汶川地震、玉树地震等重大灾害中,绍兴市红十字志愿服务总队的志愿者们不怕苦,不怕累,帮助红十字工作人员开展款物接收、救助帮扶等工作,以自己的实际行动阐释人道的内涵,弘扬红十字精神,传播志愿服务的理念。

这些红十字志愿者们用自己的热情和爱心帮助他人,以乐观和奉献感染他人。他们传递着真情与暖意,他们是人间的天使,他们谱写着爱的乐章……。(王佳 郑慧玲)

救护知识

被狗咬伤怎么办?

随着天气变暖,小狗小猫进入了发情期。处在发情期、哺乳期的犬类比平时更具攻击性,一定要加以防范。

一旦被猫狗咬伤,不管是疯狗、病猫还是正常的狗猫,都要接种狂犬疫苗,还要正确而迅速地处理伤口。若伤口流血,只要不是流血太多,就不要急着止血,因为流出的血液可将伤口残留的疯狗唾液冲走,可起到一定的消毒作用。对于流血不多的伤口,要从近心端向伤口处挤压出血,以利排毒。若伤口出血过多,则应设法止血带。切记不要包扎伤口,因为狂犬病毒是厌氧的,在缺乏氧气的情况下,狂犬病毒会大量生长。

污血全部挤出出来后,要立即冲洗伤口。冲洗伤口时要快,分秒必争,以

最快速度把可能沾染在伤口上的狂犬病毒冲洗掉。因为时间一长,病毒就进入人体组织,沿着神经侵犯中枢神经,置人于死地。冲洗伤口要彻底。狗咬伤的伤口往往是外口小里面深,这就要求冲洗的时候尽可能把伤口扩大,并用力挤压周围软组织,设法把沾污在伤口上面的狗的唾液和伤口上的血液冲洗干净。冲洗之后再涂70%的酒精或50—70度的白酒涂擦伤口数次。处理完后,用干净的纱布把伤口盖上,然后速去医院诊治。

被疯狗咬伤后,即使是再小的伤口,也有感染狂犬病的可能。同时可感染破伤风,伤口易化脓。患者应注射狂犬病疫苗和破伤风抗毒素预防针,咬伤严重者要注射抗狂犬病毒血清。(姚瑶)

哮喘家庭急救“六步走”

春暖花开,支气管炎、哮喘也进入了高发阶段。支气管哮喘是一种气道变应性炎症和气道高反应性疾病,严重的哮喘发作可持续24小时以上,经过一般治疗不能缓解者称为哮喘持续状态。此时,患者表现为呼吸困难,呼气延长、咳嗽、面部苍白或发紫,心率增快,常在每分钟120次以上。严重者血压下降,大汗淋漓,出现肺气肿,可神志不清而出现昏迷。

家庭的救治方法为:(1)协助病人取坐位或半卧位休息。或让病人抱着枕头跪坐在床上,腰向前倾。此位置有利病人呼吸。(2)迅速取出家用吸氧瓶,以每分钟3L的高流量氧气通过鼻导管或面罩给病人吸入。

(3)舒喘灵或沙丁胺醇(喘乐宁)气雾吸入,按压1—2喷,每天不超过6—8喷。口服喘乐宁,每次2—4毫克,每日3次。(4)注意病人保暖,环境安静,鼓励病人配合治疗。(5)室内通风,空气新鲜,但没有过堂风。避免室内有煤油、烟雾、油漆等刺激性气体。(6)立即向急救中心呼救,或直接去医院急诊室救治。

在救护医生未到来之前,或去医院之前,应密切观察病情,指导病人吸入气雾剂、吸氧及服药。由家属护送去医院者,症状应基本缓解,神志清楚,血压在安全范围内,不间断吸氧,并直接到急诊室请医生紧急处理。(卢丽琼)

养生之道

春分时节如何养生?

根据《中国天文年历》,3月20日19时02分迎来农历二十四节气中的第四个节气——春分。那么,春分时节如何防病、饮食、穿衣呢?

防病从细节做起

在中医中,春分天气状态不稳定,早晚气温偏低,不但容易诱发年老体弱者和易犯病人群的病症,长期处于高强度工作状态和高压压力状态的“亚健康人群”,也要注意防范。未来可能出现的“未病”,建议大家这段时间注意调整自己的生活习惯。尽量少到人群密集的场所,可利用居住环境进行简单的健身运动,如爬楼梯、跳绳等,运动加时间不易太早。早起洗漱时可用淡盐水漱口,每天房间开窗通风的时间也不易太早,9时后较为适宜。

饮食宜省酸增甘

关于春天的饮食民间有很多流传,中医也有很多讲究,俗称吃“春”。专家建议,在这个季节,可以

多吃一些红枣等养脾的甜食,还有蜂蜜、韭菜、菠菜等,少食酸和辛辣食品。此外,每周应至少补充3次坚果类食品,如核桃、花生、杏仁、桃仁等,有助于提神去燥,除痰痒等。而每日午餐,适宜补充炖汤食品,如胡萝卜排骨汤、白果乌鸡汤等,既可补充人体在季节过渡中需要的水分,又可增加蛋白质的摄入,有助于增强人体抵抗力。

穿衣宜下厚上薄

虽然进入春分以后,天气逐渐暖和起来,但是昼夜温差还是较大,而且不时仍有寒流侵袭,天气变化较大。此时,要注意添减衣被。穿衣可以下厚上薄,注意下肢及脚部保暖,最好能够微微出汗,以散去冬天潜伏的寒邪。老人及小孩普遍抵抗力比较差,容易患感冒或风疹等传染病,在这个时候就更应注意适时添减衣被,适量多穿一些衣服,不要一时减衣减得太快。(杨阳)

百姓故事

贵州小伙大爱永驻人间

尽管小伍身无分文,台州中西医结合医院仍积极抢救。无奈病情严重,手术后小伍在重症监护室抢救治疗近一个月,还是于3月3日下午5时离开了。

看着哥哥的生命悄然离世,弟弟在痛苦万分的同时,做了一个让人出乎意料的决定——无偿捐献哥哥全部器官。“与其让哥哥最后只剩下把骨灰,还不如把器官捐献出来,救救别人。”小伍弟弟把自己的想法告诉了医院。

经省人体器官捐献办公室专家

的鉴定检测,小伍的肝脏和肾脏均符合捐献条件。3月3日上午,评估组赶到温岭,为器官移植做好准备。当晚8时许,小伍的一对肾脏和一对眼角膜被成功摘取顺利送达温州,肝脏则送往杭州。小伍因此成为温岭市首例人体器官捐献者。

“多亏了他的捐赠,让我的孩子能摆脱病痛,太感谢他了!”患者家长徐先生告诉孩子,要延续这份爱心,才能对得起这份捐赠。据了解,在温州接受角膜移植的是一个19岁的乐清小伙子和一个15岁的苍

南初中生,他们患有病毒感染性角膜炎,这两名角膜移植患者大概一周后就可出院。

小伍的肾脏移植给了温州瑞安和苍南的两位尿毒症患者。接受移植后,这两名患者病情都比较稳定,恢复情况也不错。他们目前还在抗排斥隔离治疗中,如果各项指标都正常,约20天后便可出院。

得知哥哥的器官救了5人,小伍的弟弟非常欣慰,他希望接受器官移植的人能够健康快乐地活下去。(施文治)

温岭白衣天使捐干细胞救人

急性髓细胞白血病患者配型成功。

“这是救人一命啊,肯定要答应。”陪伴在旁的唐海萍丈夫章正军插进话来。与妻子同龄的他,曾是温岭市泽国消防中队的一名消防官兵,多次经历生死考验的他,与在医护一线奋斗多年的唐海萍一样,特别理解拯救生命的意义。因此,夫妻俩没怎么犹豫,就满口答应下来。

为了防止过敏,顺利实现捐献,在接到通知后的3个月来,喜欢吃海鲜的唐海萍硬是没吃一口鱼虾。为了保证营养,每次吃饭,家人都会给她夹上满满的菜肴,让她尽量多吃些。“几乎全家都把我当‘大熊猫’了。”唐海萍笑着说。在她入院动员剂的第一天,我省第79例、温岭首例造血干细胞捐献者梁秀慧放下手头生意,特地赶到杭州为她放手头的生意,特地赶到杭州为她放手头的生意,这让唐海萍的心里满是信心。

不过,采集过程并没有一帆风顺,因为一开始进行采集的手部血压不够理想,医生建议改为颈部静脉采血,面对这一临时变动,家里人明显有些担心,但唐海萍仅思考了

10来秒钟就答应了下来。“当时想的更多的是,对方已经进行移植前的预处理,如果没有我的造血干细胞输入,等于害他命了,所以不管发生什么情况,我都会完成整个捐献。”采集床上的唐海萍目光坚定。

“你就放心好了,我没事的。”看着边上的丈夫和同事,唐海萍笑着说。作为一名医护人员,她深深懂得捐献造血干细胞的意义,“如果一条生命,因为我的付出而获得重生,那我辛苦一点算什么。”



此次捐献对象是一位河北小伙子,体重83公斤,由于造血干细胞需求量比较大,唐海萍需进行两次捐献。

3月6日下午3时左右,从唐海萍体内采集的第一批170毫升造血干细胞被迅速送往患者所在的北京。

3月7日上午,唐海萍再次捐献了140毫升造血干细胞。

这位勇敢的护士长,也因此成为我省第125例造血干细胞捐献者。(贺佳品)