

绘制“声音图谱”，进行触觉教学 定制化服务让视障夫妻“看见”新生命

“恭喜你呀，是个将近6斤的男宝宝，你用手慢慢摸摸他的脸。”4月15日，无锡市妇幼保健院产科手术室里进行了一场特殊的剖宫产，31岁的视障孕妇李女士在医护人员的共同努力下诞下一名男婴，目前母子平安并已出院。

据了解，李女士和她的丈夫王先生都是视障人士。此次李女士妊娠的同时还患有妊娠期高血压疾病，母婴安全面临严峻考验。据市妇幼保健院产科11病区主任医师丁坚介绍，孕妇血压控制难度大，胎盘功能容易受影响，加之视障导致的身体协调性差异，传统剖宫产术中的体位配合、应激反应等均存在潜在风险。为此，医院组织产科、麻醉科、新生儿科等多学科会诊，经综合评估后，大家一致认为，剖宫产是保障母婴安全的最佳选择。

为防止妊娠高血压引发子痫，丁坚在术前先用药稳住了李女士的血压。上午11时，李女士在医护人员陪同下进入产科手术室。在全程监测血压波动的情况下，麻醉科医生团队开始挑战特殊麻醉操作。因李女士无法通过视觉配合体位调整，医护人员耐心引导协助她侧卧，并通过持

续语音反馈确认其舒适度。手术发现，李女士的胎盘存在部分粘连，需轻柔剥离以防胎盘残留，预防产后出血。为缓解产妇紧张情绪，护士全程握住李女士的手，同步口述手术进展：“宝宝快出来了！”“宝宝被抱出来了，是个男孩。”“你听，宝宝的哭声！”为了让同为视障人士的奶爸第一时间感受到孩子的降临，医护人员特别录制了宝宝的啼哭声，并第一时间传给在手术室外等候的奶爸。听到孩子声音的瞬间，王先生仿佛“看见”了孩子的降临。“虽然看不见，但孩子的声音，让我感受到了生命的完整。”他激动地说。

定制化护理服务，为视障夫妇送去关怀。“从她们入院产检的那一刻起，直到孩子出生，我们的导医及医护团队始终站在他们身边。”产科11病区护士长毕惠亚告诉记者，考虑到视障夫妇没有亲人在身边帮忙带孩子，育儿方面将会面临不小的挑战。在毕惠亚的带领下，该病区护理团队制定了“多维感知护理方案”。为了让李女士夫妇能够对宝宝“听声辨需”，护理团队将婴儿哭声、吞咽声等录制成“声音图谱”，帮助夫妻俩辨别宝宝不同的需求；为了让他们在育儿



过程中不至于手忙脚乱，护士团队手把手教他们换尿布、喂养等技巧，用特制模拟娃娃训练触觉灵敏度。

在住院的5天时间里，医院安排了一对一的护理员，专人24小时全程陪伴与护理，及时快速满足李女士夫妻俩的需求。团队还引入“亲子互动日志”，记录宝宝每日的喂奶、大小便、呼吸、动作声响等，帮助夫妻俩构

建对孩子的立体认知。“通过这些声音和触感，我们感觉‘看到’了宝宝。”王先生兴奋不已。

作为江苏省危重症孕产妇救治中心，市妇幼保健院长期关注特殊群体的孕产需求。近年来，医院已为听障、视障、肢体残疾等多类孕产妇提供无障碍医疗服务，助力构建包容性的医疗环境。（葛惠）

卡着40岁年龄线加入骨髓库，2年后配型成功 两次“幸运”，诠释大爱与担当

2023年4月，他踩着40周岁的“尾巴”加入了中华骨髓库；2025年的4月，他又幸运地与一位素未谋面的血液病患者造血干细胞分型初配成功，他就是方道海。两次的“幸运”彰显了他敢于担当、关爱他人、奉献社会的高尚情操。4月23日上午，在云林街道便民服务中心2楼，一场为方道海举办的欢送会正在举行。4月24日，他启程赴南京为血液病患者捐献造血干细胞。捐献成功后，他将成为我市第122例造血干细胞捐献志愿者。

今年42周岁的方道海来自安徽淮南寿县。2000年，才17岁的他踏上了来无锡工作的道路。“当时从安徽农村过来，没有文凭也没手艺，全凭力气活吃饭。”方道海告诉记者，当时在工地上待就是10年，后来的一次机会，让他加入了鹰普（中国）有限公司无锡分公司。没想到，这个转折竟让他与公益事业结下不解之缘。

2015年5月，他在出差途中第一次走进献血车，自此与无偿献血结缘。2023年4月15日，单位里组织了一场献血活动，他从献血工作人员口中得知有中华骨髓库，他的身体也完全符合加入中华骨髓库的条件。在交谈中，他也了解到非亲缘配型成功率只有十万分之一，但每一个人库样本都可能成为绝境中的曙光。他征询了爱人和孩子，她们由刚开始的不理解也不了解，到后来通过深入了解，认为能为另一个家庭重燃生命之火，就都全力支持他。他也毫不犹豫地在同意书上签下了自己的名字。



“其实当时我还以为自己加入不了，后来才知道，我是踩着门槛进来的。”方道海笑着说起一个小插曲。因为造血干细胞捐献者资料库江苏省分库志愿者入库年龄应在18周岁—40周岁之间，当时还有几个月就满40周岁的他，无疑成了捐献造血干细胞志愿者的“幸运者”。

据市红十字会介绍，年龄在18—40周岁、身体健康、符合无偿献血条件的爱心人士，可直接到无锡市中心血站及市区各献血点进行报名登记并采集8毫升血样，即可成为一名造血干细胞志愿捐献者。按照《无锡市献血条例》相关规定，在本省荣获国家无偿献血奉献奖、无偿献血造血干细胞奖、无偿献血志愿服务终身荣誉奖的个人，可以凭相关证件免费游览政府投资主办的公园、旅游风景区等场所，到政府举办的医疗机构就诊免交普通门诊诊察费，免费乘坐城市公共交通工具。捐献造血干细胞的本人终身享受免费用血；其亲属需要用血的，累计免费用血量按照800毫升提供。（葛惠）

春天喝点玫瑰陈皮茶 疏肝理气健脾胃

春季，阳气上升，万物复苏，人体的脾胃功能随之活跃，但也易受外界影响而出现问题。

在中医理论中，脾胃有着极其重要的地位，被称为“后天之本”，脾胃功能的强弱，直接关系到人体生命的盛衰。调养好脾胃，对于增强身体免疫力、保持身体健康至关重要。近日，北京中医药大学东直门医院主任医师龚燕冰，结合春季养生特点，分享调养脾胃的中医小妙招。

中医理论讲究顺应四时养生，调养脾胃也应顺时而为。龚燕冰认为，春季调理脾胃，有季节特点。春天肝气升发，会对人的情绪有所影响，可能会出现肝气郁结，会导致脾气不足。

中医理论认为，肝主疏泄，助脾运化。肝的疏泄功能正常，则气机调畅，能促进脾胃的升降运动，使脾的运化功能得以正常发挥，有助于食物的消化和吸收。当肝失疏泄，肝气郁结，气郁化火，可横逆犯脾，影响脾的运化功能，出现腹痛、腹泻等症状，称为“肝木乘脾土”。如肠易激综合征，常因情绪波动而导致腹痛、腹泻加重，与肝郁脾虚有关。

所以，春季养生要注意疏肝理气。为此，龚燕冰推荐一款玫瑰陈皮茶，用玫瑰花3—5朵、陈皮3—5克。玫瑰花可疏肝解郁、理气活血；陈皮能理气健脾、燥湿化痰。在春季，代茶饮能疏

肝理气、健脾中和。

小米是一种养脾胃很好的食材。日常生活中，常听说喝点小米粥养脾胃，这是有一定道理的。龚燕冰建议，在熬煮小米粥时，可以加入适量南瓜、红薯等，通过食补方法养脾胃。同时，避免过多摄入生冷、油腻、辛辣等刺激性食物，以免损伤脾胃。

调养脾胃可以通过穴位按压来实现。龚燕冰建议，按压足三里和三阴交两大穴位。足三里是足阳明胃经的主要穴位之一，在中医理论中，足三里具有调节脾胃、增强免疫力的功效；三阴交是肝、脾、肾三经的交会穴，既能健脾益气，又能疏肝理气、养血柔肝，可按揉此穴，以调和肝脾。一般而言，每个穴位按摩2—3分钟，每天2—3次，以局部酸胀为度，但穴位按摩仅能起到辅助缓解作用，若脾胃相关症状严重，应及时就医治疗。

调理脾胃，还可用推腹的方法。推腹能够健脾胃，增强脾胃的运化功能，使胃口大开，缓解厌食症状。同时，推腹还可以促进脾胃的血液循环，加快脾胃运化，从而促进肠胃蠕动，使食物中的营养更好地被吸收和利用。用手指、手掌、拳头皆可推腹。具体而言，由心窝向下推至小腹。每天早上起床前推一次，晚上睡前推一次。

（人民日报）