

安宁疗护慈善项目照亮生命终点 他们在爱的簇拥下和世界作别

他们一度面临着巨大的经济、精神压力，幸运的是，他们遇到了多维联动安宁疗护服务慈善救助项目。这些病人在特殊的医疗辅助和众多爱的陪伴中，放松身心，从容体面地走完人生最后一程。截至今年10月，由无锡市慈善总会（无锡市慈善联合会）和无锡市第八人民医院联合开展的这一项目，共收治45位安宁疗护患者，已为10名困难患者减免了费用。

专业力量

特殊病房洋溢着温暖

在八院的11病区，有几间特殊的病房，上面写着“舒缓病房”的字样。走进其中一间病房，这里的空间比普通病房大一些，里外两间，配有原木色系的家具，还有微波炉、小冰箱，让人有家的感觉。病人床头放着鲜花装饰画，室内摆放着绿萝等生命力顽强的植物。

病房里住的是于女士（化名）。于女士的母亲每天在病房里陪伴，

说起女儿的病情忍不住潸然泪下。于女士的病涉及多个器官，手术和药物已很难起到疗效。于女士10多岁的儿子心疼地拉着母亲瘦削的双手，啜泣着连声说“想妈妈”，希望她能坚强地挺过去。

“医生每天来查房，态度特别亲切。”于女士的母亲说，医护人员会关心女儿吃得怎么样，还时不时通过按摩等方式减轻女儿的病痛，让

病人和家属倍感温暖，全家人原本急躁的情绪逐渐稳定下来。

该病区特聘专家徐凯介绍，安宁疗护，外界通常称之为临终关怀，但在医学界有着更为专业的称呼，叫作缓和医疗，目的是让疾病终末期的病人能够有尊严地走完人生最后一程。这里面包括缓解病人疼痛、给予营养补充、安慰病人。



医护人员关爱安宁患者。

（八院供图）

公益力量

一起感受生活的美好

鲁娟和朋友周梦媛都是心理咨询师，也是安宁疗护师。得知八院有安宁疗护病房后，两人第一时间联系医院，成为这里的志愿者。

有一位老年病人，子女都在上海，他们对安宁疗护的接受度很高。鲁娟在医院和老人家里，陪老人聊天、回忆人生往事、按摩老人的手脚。老人每次都盼望她的到来，直到去世。

安宁疗护病区的护士长周敏俊说，像鲁娟这样的安宁疗护师，还会引导病人鼓起生活的勇气。此外，病区还有前来帮助病人理发、剪指甲、洗浴的志愿者，也有一些大学生来陪伴病人，为他们唱歌。针对不同的病人，他们还会和家属一起开家庭会议，征询病人需要哪些方面的帮助。

不只是志愿者，这里的医生和

护士每逢过节都会自掏腰包给病人发“福利”。端午粽子、中秋月饼、春节时的温馨布置、生日蛋糕，都给病人带去了惊喜。有的病人希望安静，大家会尊重病人的想法；有的病人喜欢热闹，喜欢分享自己过往的经历，医院会邀请学生来倾听病人讲述自己的故事。周敏俊记得，他们为一名病人送上鲜花时，病人脸上绽放出了久违的笑容。

慈善力量

资金支持减轻压力

徐凯介绍，有了无锡市慈善总会和社会爱心企业的慈善资金支持，医院以定期举行沙龙的形式开展生命教育，加强对公众的宣传教育，推动安宁疗护理念得到社会广泛认可和接受。同时，医院定期邀请安宁疗护专家开展知识培训和实践指导，培养了一批安宁疗护“生命守护者”，提高从业人员的职业荣誉感，增强安宁疗护岗位的吸引力，努力营造全社会关心、支持、参与安宁疗护服务工作的良好氛围。

对一些经济困难的患者来说，慈善资金的帮助更大。病人杜先

生患有肠癌，他原本只有一份收入较低的工作，和母亲相依为命。医生发现他治病时经常要找人借钱，一度因经济原因准备放弃治疗，便专门为他申请了安宁疗护慈善资助。徐凯说：“多亏有慈善资金帮杜先生减免了费用，最后，他走得很安详。”

另一位跟随子女来锡的江先生也是如此。他家在农村，收入很少，治疗三年后，他不愿意子女再为自己负债，决定放弃治疗。医院多方核实了他的情况后，为他申请到了慈善资助。江先生在弥留之际，表达了对社会关爱的感激之情。

多维联动安宁疗护服务慈善救助项目由“长电科技环保与健康慈善基金”资助，无锡市慈善总会（无锡市慈善联合会）和无锡市第八人民医院联合开展。今年，该项目通过“无锡善捐”和腾讯公益进行网络募款，从募集情况来看，项目得到了不少市民的关注与认可。徐凯表示，有了慈善力量的加持，他们可以有更多的资金改善安宁病人的住院环境，整合更多的力量给予疾病终末期患者关爱。让患者在人生的最后一程感受到人间温暖，平和而安静地走向生命的终点。

（晚报记者 黄孝萍）

铁人三项赛、石锁竞技、健身气功……

这个周末赛事正酣

近日，铁人三项赛、长三角石锁竞技、健身气功站点联赛等多项赛事同时在锡举行，吸引了来自全国各地的选手参与。这些赛事不仅展现了运动员们的拼搏精神，更激发了无锡市民运动的热情。

昨天，2024年无锡铁人三项亚洲杯暨中国铁人三项联赛迎来第二个比赛日，随着上午8点半的一声枪响，1100名选手在雨中奋勇向前。下午2点开始的冠军杯混合接力组比赛，将现场气氛推向了高潮，团队协作与个人能力的完美结合，让在场的每个人都感受到了体育的魅力。“冲进两小时，我圆梦了。”坚持铁人三项多年的胡琛昊表示，此次来无锡的目标就是冲进两小时大关。

与此同时，在新吴区新苑实验小学操场上，长三角地区800余名石锁精英也展开了激烈的较量。石锁这项古老而传统的民间健身运动，在雨中更显独特韵味。现场，选手们或单手、或双手，将沉重的石锁抛向空中再稳稳接住，每一次成功的抛接都收获了观众的热列掌声。26日，惠山区全民健身中心体育馆内，健身气功站点联赛也圆满落幕。24支代表队的健身气功爱好者们的一招一式，都透露出对中华传统文化的热爱与传承。

据了解，今年的铁人三项比赛报名人数爆棚，且年龄层呈年轻化趋势，无锡铁三协会最小的会员才9岁。石锁健身也备受市民喜爱。目前，全市已建立26个固定的石锁健身点，会员人数达到370余人，而常年参与活动的石锁爱好者更是多达1万余人。健身气功在无锡同样拥有庞大的参与人群，作为一种集健身、养生、娱乐于一体的运动项目，在公园、广场等公共场所，经常可以看到市民们练习健身气功的身影。

今年，全市举办各级各类全民健身活动约2000场次，参与市民达百万人次。无锡每年举办“跃动锡城”全民健身运动会，参赛人数达十余万人次。

（璩璐）

垃圾分类新风尚： “积分超市”带动居民参与热潮

“早上好，这是今天的积分单，麻烦记录一下。”上周五，家住胡埭镇花汇苑的蒋阿姨带着刚用旧纸壳换来的积分单，走进社区的“积分超市”更新自己的账户数据。在这家特别的超市，购物不用付钱，而是靠垃圾分类积分兑换。

“一共3.1公斤，积分单您拿好。”每天的早晨和傍晚，花汇苑社区的垃圾分类收集处总是热闹非凡。常有人提着打包好的可回收物前来称重、兑换积分，积分可在社区的“积分超市”内购物。如果居民不需要积分，也可直接按照市场价出售可回收物。

社区垃圾分类收集屋旁的“积分超市”里，货架上摆着各种生活日用品，从盐、味精、牙膏、牙刷到香皂，一应俱全。货架上整整齐齐地

贴着各类积分标签，所有物品都是可以用积分兑换的。蒋阿姨告诉记者：“可以换的东西很多，所以我很乐意带着垃圾来换积分。”

“积分兑换机制极大地调动了居民们参与生活垃圾分类的积极性。”花汇苑社区相关负责人说，现在，居民们逐渐养成了把垃圾正确分类的习惯，社区环境也变得越来越好。

不仅是花汇苑小区，今年以来，为提高垃圾分类全民参与率，无锡市不少小区都因地制宜，推动全民参与垃圾分类。今年8月，惠华新村成为梁溪区首个可回收物定点回收试点小区，专业工作人员每周定时定点进入小区开展回收工作。截至10月中旬，山北街道可回收物收运试点工作已由1个小区扩展至4个

小区，每周收运量近2吨。在新吴区新安街道万科观湖礼著三期，社区积极开展生活垃圾分类主题活动，该小区的厨余垃圾分出率达23.8%。

据悉，无锡市垃圾分类硬件设施已基本建设到位，生活垃圾分类工作全链条管理体系初步形成。此外，为形成全民参与垃圾分类的良好氛围，无锡市鼓励街道社区采用积分奖励、树立先进典型等群众喜闻乐见的形式，带动、引导居民踊跃参与。

（张颖）

