

2020

开学季

退休老将军刘德金在耒阳市大和圩乡“2020 大学生新生座谈会”上谆谆教导学子——

“要感恩伟大时代,要有家国情怀”

本报讯（谷爱武 刘源）9月4日，在耒阳市大和圩乡“2020 大学生新生座谈会”上，退休老将军刘德金向大学生们讲述了自己的奋斗经历，以自己的人生感悟，教导今年该乡即将入学的莘莘学子，要感恩伟大时代，要有家国情怀，要品格高尚，正直为人、为学。

刘德金出生于大和圩乡，1964年当兵入伍，经过自己刻苦努力，成为一名大学生，又从大学生成长为将军。几十年的军旅生涯中，他始终自己的人生理想与国家发展富强融为一体，矢志报国，奋发作为。2007年从中国人民解放军总装备部岗位上退休，如今仍关注家乡发展，心系人民群众。

在与大学生们的交流中，退休老将军刘德金说，“在大学期间，大家要学好自己的专

28 名困境儿童获爱心帮扶



志愿者介绍活动内容

本报讯（文/图 记者 胡建军）9月7日,在市民政局的指导下,石鼓区向阳社会工作服务中心携手我市一批爱心企业启动“关爱石鼓区逆风宝贝 99 公益日爱心护航”活动，为 28 名困境儿童募集善款。

据了解,活动将持续到 9 日结束,所募资金将按程序全部用于帮扶 28 名困境儿童。截至记者发稿时，活动已募集资金 21300 元。向阳社会工作服务中心相关负责人呼吁，期待更多的爱心企业和爱心人士参与帮扶困境儿童的志愿服务队伍中来,为这些孩子撑起一片晴朗的天空,让他们与同年人一样有爱、有温暖,有尊严。

健康

责编 / 伍施施 校对 / 刘 萍 版式 / 张文莉

市第二人民医院精神科副主任胡波：

“医生不仅要有好医术,还要有仁心”

■李孟伯 李佳玲

9月4日，市第二人民医院精神科副主任胡波在接受采访时说：“作为精神科医生，除了解除患者的痛苦，最重要的是修补患者的心灵。”

胡波在农村长大，曾无数次看到村里的精神病患者遭人嫌弃的情景，听到患者家人的叹息。他从小就告诉自己，将来要成为一名精神科医生，尽最大努力为患者解除病痛。

2005 年 7 月，胡波大学毕业后，来到了衡阳市第二人民医院，开始了精神科医生的职业生涯。

在采访中，一位医生向笔者讲述了发生在胡波身上的真实故事。

十年前的一个傍晚，胡波在精神科重病区值班时，接诊了一名狂躁型精神病人，病人为行素乱，挥拳打来，导致他的嘴唇破裂出血。他不顾自己的伤情，用纱布捂着嘴继续给病人做检查，还耐心地给家属做安抚工作，半个小时后将躁动病人安顿好。之后，胡波在同事的帮助下缝合包扎好伤口，又继续坚持上班。

胡波说：“在日常工作中，有些病人可能突然就上前来抓我的手、撕扯衣服，还咬人，乱吐唾沫甚至扔大

便。但想到病人的痛苦、家属内心的煎熬，这些就都算不了什么。这不仅心理的考验，更是对职业精神的历练。”

2012 年，胡波接诊了一位重度抑郁症患者，患者每天不吃不喝，不语不动，躺在床上默默流泪。由于患者由救助站送来，没有家人，胡波每天耐心劝说，一日三餐给患者喂水喂饭，有时患者把水和饭吐在他脸上和身上，他也不为所动。为了不让患者长时间躺在床上长褥疮，他每天都为患者翻身或者架着患者走动一会。因为长时间少食或不食，患者营养差，胡波自己出钱给患者买牛奶喝，补充营养。一个月后，患者症状好转，他悬着的心才放了下来。胡波说：“医生不仅要有好医术，还要有仁心。”

由于精神病人大多不好动、不愿动，为了帮助他们早日康复，胡波常常让病人做一些力所能及的事，比如拖拖地板、擦擦窗户。胡波还经常掏钱买食品给患者吃，以

此进行鼓励。

胡波的同事说：“住院病人有什么生活困难，他都挂在心上。病人没有零花钱，缺少衣服，他都一一解决。无数次自己掏钱给困难的病人，还把自己的衣物送给病人。他在潜移默化中，改善了病人的情绪，履行着一名医生的责任。”

带着沉甸甸的责任，胡波不断地提高自己的业务水平。2011 年晋升为精神科主治医师，医院派他到祁东县白地市镇康复站基层工作，基层医院条件艰苦，没有节假日，他天天与患者同吃同睡，对每一位住院病人进行评估，制定个性化治疗方案。

精神病人病情易反复，需要长期服药，因此，胡波总会留下电话，便于病人家属及时报告病人服药情况；他多次义务在各社区街道发放《精神卫生手册》，并讲解手册内容。2017 年，胡波晋升为精神科副主任医师。对于精神科医生的工作，胡波深有体会：“要想为精神病人服好务，不仅要表现在语言上，更要体现在行动中，必须用心去服务病人。”



日前,石鼓区同兴路小学在“分享成长 放飞梦想”开学典礼上对 25 名“学习之星”“写作之星”“阅读之星”“书法之星”“劳动之星”颁发荣誉证书和奖品,并激励全体学生向榜样学习,力争在新学期取得更大进步。

珠晖区苗圃小学：

开学第一课 感受“开笔礼”



展示作品

本报讯（文/图 王苏燕 通讯员 龙姝羽）昨日上午，珠晖区苗圃小学把传统的“开笔礼”及古诗词学习作为思政教育的第一课，让孩子们了解传统文化，建立文化自信，树立正确的文化价值观。

在学校操场，孩子们身着汉服，通过完成“正衣冠”“拜师礼”“朱砂启智”“启蒙描红”等环节，感受传统的“开笔

礼”，并书写汉字“人”，开启新学期求知明道的第一步。

据了解，该校的每个班级都把朗读、诵读、积累作为古诗词教学的重点。学校除了定期开设组织吟诵比赛，放学时还让学生们背诵着古诗词走出校园，让他们从小吸收经典文化知识，陶冶情操，促进良好习惯的养成和道德修养的提高。

小学生暴雨天迷路

幸好遇上热心交警

本报讯（记者 金明达 通讯员 李少蓉）昨日，雁峰交警大队收到一封家长的表扬信，原来上周五，该大队民警在暴雨中发现了一名迷路的小学生，并将她带回岗亭暖心相伴，直至联系上家长赶来将其带回。

9月4日下午5时许，天空突然下起了暴雨，雁峰交警大队民警凌铁超、陶浩坤正在蒸湘南路与衡州大道路口执勤，突然发现一名女童背着书包独自在暴雨中边走边哭，他们立即上前将孩子带至岗亭，为她送上热水，并擦去身上雨水，还耐心询问她家长的情况。原来，这名女童名叫甜甜（化名），在环城南路小学读书，当天放学后，没有找到接她的爸爸，于是凭着自己的记忆住家的方向走，可是走着走着就迷路了。

凌铁超、陶浩坤随即联系在环

回雁峰景区：

“锁月”园林小品修缮“出境”

本报讯（记者 胡亚华）历经一周“描眉梳妆”精心修缮,回雁峰景区“锁月”园林小品清新亮相,淡雅自然的意境及造型别致景点颇受市民游客青睐,吸引了不少游人驻足观赏。

6日下午,穿过回雁峰景区北大门厅,记者在上山台阶下廊道东侧看见,修葺一新的“锁月”园林小品墙头爬满了青绿的苔藓,墙内镶嵌白色方框,造型简洁明快,清新自然。施工方有关负责人告诉记者,“锁月”园林小品始建于上世纪八十年代,因年久失修,“锁月”两字已严重褪色,模糊难辨,墙内方框开裂,为进一步美化

灯箱遭人为破坏

大半年无人问津

位于雁城路 15 号地段附近

本报讯（记者 胡亚华）近日，雁城路居民向本报新闻热线反映，一竖立在人行过道旁的灯箱指引牌遭遇人为损坏，大半年过去了，迟迟不见有人过问，影响市容市貌，存在安全隐患。

昨日下午，在雁城路 15 号地段附近，记者看见一高约 2.5 米的指引牌位于人行过道旁，顶部的徽章严重褪色，下部玻璃灯箱破损，单位名称和电话等信息全无，灯管、

简讯

近日，雁峰区民政局走进各社区,开展为期一周的《慈善法》进社区的宣传活。活动由雁峰区民政局牵头,各社区积极响应,利用悬挂宣传横幅、播放宣传小广播、发放宣传资

JIAN KANG

过了白露节 夜寒日里热

少,根据最新气象资料分析,受切变线影响,我市今日降水暂歇,转为天高气爽、云淡风轻的天气;9 日有阵雨;受低涡、切变线的共同影响,10 日—12 日我市将有一次中到大雨过程,局部暴雨;13 日降水减弱。

“过了白露节,夜寒日里热”。白露节气是秋季由热转凉的转折点,有“白露身不露”之说,也是农活比较忙碌的时候。在漫长的时光中,人们摸索出一套适应节气特点的生活、饮食方式,在此时有饮“白露茶”、吃鳊鱼、吃龙眼等诸多习俗。

白露“收清露”

说到白露的物候特点,正如《礼记》所云:“凉风至,白露降,寒蝉鸣。”随着进入深秋,万物逐渐萧落,这是热与冷交替的时节。反映在植物上,就是草木原本繁茂的叶子会渐渐干枯发黄、掉落,许多庄稼则开始成熟。

在白露节气,民间有“收清露”的习俗,据记载:“秋露繁时,以盘收取,煎如飴,令人延年不饥”,人们认为此时的露水有很特别的功效,收清露也似乎变得颇具仪式感。

也有文章提到,在传统的时令信仰中,秋天的白露,是治疗眼疾的灵药,民间有八月收集露水洗眼的民俗。

相对于春分、秋分等重要节气,白露在二十四节气中并不十分知名。民俗活动也大多是区域性的,地方特色比较明显。

吃鳊鱼、采集“十样白”

围绕着白露的气候特点,人们逐渐摸索出一套组织农事生产,安排衣食住行的方式。

比如,有些地方的人们会在此时采集“十样白”(也有“三样白”的说法),用来煨乌骨白毛鸡,也可以是鸭子,认为食后可滋补身体,去风气。

而所谓的“十样白”,据说是 10 种带“白”字的草药,如白木槿等,这是为了与“白露”在字面上相应。也有地方,讲究白露必吃龙眼。

“如果想温补的话,可以吃鸭肉;润肺去燥,则可以吃点应季的秋梨、葡萄等,注意多吃蔬菜。”民俗专家王娟说,脾胃虚弱的人可以喝一点粥来养胃,菊花茶也是“败火”的一个不错选择。

吃鳊鱼也是一个不错的选择。据说鳊鱼具有补虚养血、祛湿等功效,白露时期的鳊鱼最为肥美,是品赏的最佳时节,因此苏州有“白露鳊鲫霜降蟹”之说。

(本报综合)