

藏族村医旦正草：18年看病不收钱的草原天使

尽管已经过了春分，甘肃省甘南族自治州的桑科草原依旧泛着枯黄，寒气逼人。桑科镇达久滩卫生室是草原上最有热气的地方。

全国人大代表、达久滩草原乡村医生旦正草参加完全国两会后，回到了家乡，马上就开始了走村入户。

这天早上，旦正草便开始了例行巡诊。一个手提小药箱、一本翻烂了的农村医生手册和一本乡村诊疗记录本，这是陪伴她工作多年的物什。

在海拔3700多米的达久滩草原上，47岁的旦正草是唯一的乡村医生。和中国近百万名普通的村医一样，她扎根农村，为村里的乡邻问诊治病。不普通的是，从医以来，旦正草从未收取过牧民的诊疗费和检查费。“我从小在这里长大，看病还要乡亲们的钱会让我不舒服”。

1994年从甘肃卫校毕业时，旦正草曾有留在省城改变命运的机会，但她最终还是回到了从小生长的草原。

达久滩草原距离最近的夏河县城70多公里，草原上人烟稀少，牧民居住分散，“有时候一条沟，只有一两户人家。”由于缺少少药、出行不便，老百姓经常“小病拖成大病，大病夺去性命。”

从小目睹当地医疗条件差，旦正草决定到夏河县保健站成为一名助理医师，并开始学习传统藏医药知识。第一周，她跟随一位老师去藏区给产妇接生。“一走进帐篷，就看见躺在帐篷里的产妇身下垫的全是牛粪。”旦正草说，许多孕产妇没有条件住院分娩，常在自家帐篷里没有任何消毒措施的情况下进行接生和分娩。

旦正草对此难以释怀。从第二年开始，护理孕妇和为产妇接生成了她医务工作的重要事务。草原没有

有固定卫生所，道路崎岖不平，骑马便成了她最主要的出行方式，一出诊就是两三天。

出诊路上天气变幻无常。记不清有多少次在出诊的路上被突降的大雨浇得浑身湿透，“早出晚归、忍饥挨饿更不用说了。”

出诊时擦伤、摔伤更成了家常便饭。有一次天黑下雨，着急赶路，整个人从马背上摔了出去。扶起浑身多处流血的旦正草，一位牧民心疼地掉泪：“究竟有多急的病人呀，连自己的命都不要啦！”

旦正草却说，骑马送药是她心情最好的时候，因为所有烦恼都被放下，此时她挂念的只有病人。只要病人有需要，一个电话，不论白天黑夜、刮风下雨，她都会在第一时间赶过去。

一次次的出诊经历让旦正草的脑海中有一张地图，不仅标注着通

往每家每户的小路，还有为每一个牧民诊治过的病症。

“我根本不用说得过什么病、吃着什么药，她比我记得还清楚呢。”达久滩草原牧民贡曲才旦说，“大家都叫她‘马背天使’‘草原好曼巴’（曼巴藏语意为医生）。”

2002年，旦正草在达久滩草原开办了当地第一家卫生诊所，也成了她的“新家”。此时，旦正草刚结婚5年，孩子也才3岁，却迫不得已要与住在县城的家人聚少离多，一个月也只能见两三次面。

草原行医18年，她倒贴了2万多元医药费，还将自己省吃俭用积攒的2万多元捐给了桑科镇寄宿制小学，成立了“旦正草助学金”。

可旦正草不后悔：“钱是没省下，但乡亲不再为生病发愁了，值！”她的小诊所从靠借来的听诊器、血压表等几件简陋的诊断器械起步，到现在已经可以开展内、妇、儿及门诊小外科业务，平均每天接待15位患者。从藏族牧民到汉、回族群众，从本村本乡的乡亲到邻近的牧民，有了病都来找她。

随着国家对农村医疗卫生事业的重视，农村卫生服务条件逐步改善。从2014年开始，旦正草每个月拿到了500元的乡村医生补助。夏河县卫生健康局局长卓玛兰草介绍，近年来，夏河县实施了万名医师支援农村卫生工程，累计派驻夏河县援藏、支农医务人员100余名，全力完成了全县13个乡镇卫生院、1个社区卫生服务中心、60个村卫生室的标准化建设任务，县外就诊率控制在15%以内。

谈及作为一名乡村医生的感受，旦正草说：“工作很辛苦，但是能为乡亲们看好病，做一些力所能及的事，我很知足。”（新华社 成欣 郭刚）

宜宾市“学雷锋精神 展志愿风采”故事会巡讲活动走进筠连

本报讯（记者 漆世平）记者3月29日从四川省筠连县委宣传部获悉，由宜宾市精神文明建设委员会、宜宾市创建全国文明城市工作指挥部主办的宜宾市“学雷锋精神 展志愿风采”故事会巡讲活动（筠连县专场）当日在筠连县会议中心举行。

故事会上，吴勤松、彭永贵、车昭熊、辛志平、雷玉、陈芯蕾6位宜宾市“学雷锋精神 展志愿风采”故事会获奖者向大家讲述他们自己或身边志愿者的感人事迹。筠连县精神文明建设委员会在会上发布了“爱心妈妈”和“河小青”志愿服务项目。

筠连县委常委、宣传部部长雷敏在活动中表示，此次活动既是筠连作为新时代文明实践中心建设市级试点县，为宜宾加快建成全省经济副中心贡献力量的重要举措，也是弘扬“奉献、友爱、互助、进步”志愿精神，深化省级文明城市创建，全面推广乡风文明建设“433”经验，深入推进农村精神文明建设示范县建设的实际行动。

近年来，筠连县志愿者队伍从无到有、从小到大，积极开展扶贫帮困、文明交通、法律援助、环境保护等多种志愿服务活动，有力地推动学雷锋活动深入开展，涌现出文韬、赵云津、张德湘、陈毅萍、范小惠、胡怀彬等一批先进典型。

北京世园会试运行及开幕式所需志愿者招募完成

新华社北京3月28日电（记者 魏梦佳 阳娜）2019年中国北京世界园艺博览会于29日进入倒计时30天。记者从北京世园局获悉，目前北京世园会试运行期和开幕式需要的2000名志愿者已顺利招募完成，正在开展系统培训工作。

北京世园局有关负责人介绍，世园会为期162天，计划招募2万名志愿者，从世园会试运行期开始，每周一个批次，参与园区运行和游客服务工作，每个志愿者连续服务不少于7天。为做好世园会志愿服务工作，北京47所高校、16个区和60家企业正组织开展本单位的志愿者招募工作。

截至目前，北京世园会试运行期和开幕式需要的2000名志愿者已顺利招募完成。这些志愿者绝大部分有过大型活动志愿服务经历，具备良好的外语水平和人际沟通能力以及较为丰富的新闻宣传经验和园艺知识等。

据悉，目前志愿者的住宿、交通、餐饮、保险等后勤保障工作也已准备就绪。由于世园会持续时间长，志愿者批次多，志愿者将按照提前两个月招募、提前一个月培训的原则有序推进。

北京世园会共需要骨干志愿者、专业志愿者和通用志愿者等三类志愿者。其中，骨干志愿者要求具有较强的工作热情和组织管理能力，能够连续服务至少2个月，能带领普通志愿者开展工作；专业志愿者要能从事贵宾接待、参展咨询服务、语言翻译（含手语）、媒体服务等专业性工作；通用志愿者将从从事秩序引导、咨询解答、接待协助、残疾人服务、活动组织等辅助性工作。

河北滦南探索实践“时间银行”养老服务模式

本报讯（刘禹彤 陈天荣）“只听说过去银行存钱的，没想到时间也可以存起来！”今年3月，河北省唐山市滦南县被中国红十字会总会事业发展中心批准成为全国首家养老服务“时间银行”试点县，目前正在积极打造全国一流的养老服务基地。中国红十字会总会事业发展中心有关负责人表示，将无偿向滦南县提供一批高压氧舱等养老设施和物资，并从2019年起，每年对滦南县养老机构工作人员进行免费培训。

据了解，“时间银行”是一种新兴的养老服务模式：志愿者通过志愿服务来照顾有需要的老年人，然后把付出的时间存入专门的虚拟账户。等自己老了，需要别人照顾的时候，就可以把“时间银行”里面“存储”的时间“取出来”，让其他志愿者来照顾自己。从本质上说，养老服务“时间银行”是一种民间互助养老方式，对动员各类人群组建志愿者服务组织、义务为老人提供服务、推进养老服务体系建设具有积极意义。

目前，上海、武汉、南京、广州等国内城市正在利用“时间银行”完善养老服务，志愿者存下“时间”可兑换各种形式的“养老钱”，包括生活物资、免费旅游、幸福食堂就餐卡以及未来养老服务等等。



本报讯（秦骥）“谢谢你没有乱扔垃圾。小朋友你很棒哦！”近日，在陕西省西安市临潼区华清宫景区门口的“垃圾换水·唤回文明”志愿服务点，身穿亮红色马甲、头戴小红帽的“石榴花”志愿者，将一瓶矿泉水送给一位前来兑换的小朋友。

“来临潼游览的游客只需要将旅途中产生的垃圾带出景区，就能在我们志愿服务点免费兑换一瓶矿泉水。从我们第一次用矿泉水‘换’来游客手中的垃圾到现在，这个项目已经持续6年了。”临潼区文明办的工作人员曹艳介绍说，“开展这个项目并不是单纯为了减少景区的垃圾，更是一种善意的提醒，让大家能找回文明的自己，让文明出行蔚然成风。6年来，我们项目的实施范围不断扩大，兑换的小礼品也在变化，但我们的初衷从未改变。”

据介绍，2013年国庆假期，临潼区在秦始皇帝陵博物院、华清宫、骊山国家森林公园三大景区全面启动了“垃圾换水·唤回文明”志愿服务项目，鼓励游客将自己的垃圾带出景区，在志愿服务点免费换取矿泉水，以此倡导游客文明出行，助推景区旅游生态环境不断优化。

6年来，“垃圾换水·唤回文明”志愿服务项目从最初只在国庆假期开展，到如今常态化运行；兑换的小礼品也由矿泉水逐渐扩充为手绘地图、国旗徽章、环保袋、雨衣等。游客积极参与，并对此表示赞扬。“垃圾换水·唤回文明”志愿服务项目也被国内多家景区借鉴实施。

“为了最大程度地普及‘垃圾换水·唤回文明’志愿服务项目，景区内的导游每次给游客解说之前，都会提示他们可以用游览中产生的垃圾免费换取矿泉水。”西安市临潼区骊山风景区旅游服务中心工作人员张平说，“通过垃圾换水这种方式鼓励大家积极参与到城市环境提升中，唤起大家保护环境、爱护环境的环保意识，为创建文明城市贡献一份力量。”

作为临潼区的特色品牌志愿服务项目，“垃圾换水·唤回文明”志愿服务项目先后荣获2013年度全省宣传思想文化工作创新奖二等奖、2017至2018年度陕西省志愿服务“四个最美（佳）”先进典型——全省最佳志愿服务项目、2018年全国学雷锋志愿服务“四个100”先进典型——全国最佳志愿服务项目。

沙漠边缘迎来了“国家医疗队”

诺鲁孜节带来了春意，也预示着南疆扬尘天气的到来。新疆维吾尔自治区阿克苏市空气中弥漫着沙子味，街头行人寥寥。一支远道而来的医疗队却让市人民医院变得格外热闹。

“她需要做胃镜评估和核磁评估，要看网膜腹膜以及其它器官是否有转移情况。”中国医学科学院肿瘤医院综合科副主任医师边志民身体前倾，目不转睛地盯着电脑屏幕上病人的CT影像，与围在他身边的当地医生讨论病例。“建议她积极治疗，再拖延可能导致病情进一步恶化。”

当地医生边听边记，频频点头，不时追问细节。边志民仍不放心，主动要求去见卧床的病人。“大娘，您还需要做胃镜和肠镜，查清目前病情状况。请您一定要积极配合医生的治疗。”6口嘱完，他才放心地去看下一个病例。

边志民是本次国家卫健委“名医走基层”活动医疗专家队的一员。本次队伍人选从“中国好医生、中国好护士”的月度人物和团队中选取，还邀请了武警新疆总队医院庄仕华小组的7位医疗专家。

类似的带教场景还发生在很多病房。一位女孩的眼疾引起了眼科医生们的注意：仅有13岁的她，双目视力急剧下降。此前多次求医问

诊，可病情并无改善，家长的眼神和语言中都饱含焦虑。中山大学中山眼科中心附属眼科医院主任医师陈伟蓉在仔细研究后，做出了Star-gardt病（眼底黄色斑点症）的判断，告诉家属及时改变治疗方向。

作为南疆绿洲上的城市，这里交通不便，居民收入微薄，长期以来就是深度贫困地区，饮食结构、干旱、风沙、强日照等原因又使得心脏病、白内障、糖尿病、慢性呼吸疾病、胆囊炎等疾病多发。因病致贫、返贫成为贫困的主要原因之一。而贫困地区群众的健康，是许多人一直以来的牵挂。

“在慢性病管理方面，民众健康素养是目前的薄弱环节。”参与活动的呼吸科主任医师刘国梁说，健康素养应该从基础抓起，让人们从小养成良好的健康习惯。

“同学们看，一手握成拳，另一手包裹住，放到肚脐与剑突中间的位置，快速有力地向后向上冲击，帮助异物排出。”在阿克苏市第四中学，首都医科大学附属北京儿童医院急诊科主任王荃正为台下300多位中学生进行一次别开生面的授课，教授儿童健康知识和急救技巧。

在演示环节，几位中学生在王荃的指导下做演示，激起阵阵笑声。

“如果身边的小伙伴气道被异物噎住，呼吸困难，用这套海姆里克急救法就可以救命。”通过讲座，她发现孩子们愿意主动参与到培训的互动中去，同时对自己的健康状况也很关心，需要更多的健康科普。

此前“名医走基层”走进和田地区皮山县时，也曾到乡镇中学进行科普讲座。上海中医药大学附属曙光医院心内科主任医师崔松说：“孩子应该是科普的重点人群，良好习惯的养成，并非一蹴而就，应当从小埋下一颗种子。”

去往尤喀克巴里当村义诊现场的路有些颠簸，小面包车趁机抖了抖身上的扬尘，就让车内喷嚏声四起。

扬尘天气使得原本安排在室外的义诊换到了室内，狭窄的空间里前来问诊的村民摩肩接踵。一位患者使重庆陆军大学新桥医院心外科主任肖颖彬意识到了边疆地区严峻的健康现状：64岁的居麦汗·托合提时常头晕，测量后发现，她的血压收缩压达到了180mmHg，是典型的高危高血压症状，而在此之前她从未量过血压。

“这里成人心血管病发病率比较高，以高血压和冠心病为常见。并且高血压病人对疾病的知晓率很低，基本没有很好用药控制。在

下乡义诊的短时间内，就发现6例高危高血压病人，都没有明确诊断和正规专业的治疗。”肖颖彬说。

“当地村民健康科普知识仍然很缺乏，出现问题不知该怎么办。”参加义诊的解放军总医院第五医学中心妇产科护士长王新华说，“而名医走基层体现了党和国家对贫困地区人民健康的关怀，把优质医疗资源下沉到基层，实实在在地为当地老百姓排忧解难。”

人处疾则贵医。学校里孩子们的笑脸，诉说着他们获得新知的喜悦，义诊现场患者们一声声的“艾合买提”（谢谢），也表达着对前来义诊医生的感激。

部分专家跨越四千公里，辗转来到阿克苏。一些人还因为气候干燥鼻腔发痒、流鼻血。“为了贫困地区群众的健康，我觉得再累再辛苦也是值得的。”边志民对此行毫不后悔。

“没有全民健康，就没有全面小康。”国家卫健委宣传司副司长朱锋表示，“名医走基层活动是为了帮助基层医院和医生提高技术水平，同时大力宣传健康知识，倡导健康生活方式，体现了把人民健康放在优先发展的战略位置，加快推进健康中国建设的扎实作为和责任担当。”（新华社 王秉阳）

四百人公益徒步熊猫绿道为成都增绿

本报讯（记者 赵青）3月31日，由四川省成都市文明办主办，成都云公益发展促进会承办的“春益绿道·健康行走——熊猫绿道10公里徒步增绿志愿行”活动启动，来自成都10多个街道的社区志愿者队伍、20余所高校大学生志愿者队伍及少年先锋队志愿者队伍共400余人参加了活动，用行动为天府成都添绿。

当天上午9时许，伴随着大学生志愿者动感十足的开场舞蹈，徒步活动正式拉开序幕。组委会在沿途设置了“绿色健康”“绿色生活”“绿色志愿”三个主题体验区，让参与者了解成都的志愿服务活动内容、“花重锦官城”社区环境治理成果等，感知城市文明发展。成都云公益发展促进会常务副会长、成都环保大使傅艳在活动现场发出践行志愿精神，为城市添绿的倡议。

互助县建立党员“爱心服务站”

本报讯（保广梅）为探索新形势下“两新”组织党员管理工作的有效途径，寻求关怀和服务党员的新办法，青海省海东市互助土族自治县在全县具备条件的非公经济组织和社会组织党组织建立党员“爱心服务站（点）”，搭建起党组织和广大党员联系群众、服务群众的工作新平台。

互助县建立党员“爱心服务站（点）”主要为党员群众和下属党组织提供咨询、指导、协调、帮困和培训等服务，具体包括流动党员管理、代理承办党内业务、组织党员志愿服务等7个方面的服务事项。在党员“爱心服务站（点）”创建过程中，该县积极发挥行业管理和属地管理部门职责，加强阵地建设，配备兼职党务人员，做到服务站（点）有明确标识、有管理制度、有人员名单、有联系方式，并公开服务事项和公开服务承诺，通过创新工作载体，既提升了“两新”组织党建工作的质量和成效，又扩大了“两新”组织党组织的社会影响，吸引普通员工和群众积极向党组织靠拢。

截至目前，互助县已成立的12个党员“爱心服务站（点）”累计为辖属的278名党员职工购买人身意外等保险518份，为18名优秀党员提供外出培训机会，为13名贫困党员办理难事19件（次），慰问贫困党员和老党员120余人（次），“两新”组织党员为驻地群众服务2100余人（次）。