



# 男护士：万红丛中一抹绿

本报记者 沈磊 高凯 实习生 周颖

## “须眉不输巾帼”

昨日10时许，在新郑市第一人民医院，记者见到刚刚结束工作的男护士小高。从早上一直忙到现在，小高连午饭都没顾上吃。今年24岁的他大学毕业后来到医院，目前在手术室从事护理工作。“在手术台上，我们的工作就是配合医生。只要医生一个眼神，一个手势，我们就要做出准确的反应。”小高说。

有时手术时间很长，整个过程，护士必须不停地来回忙碌。在手术室，小高不仅要像女护士一样细心、耐心，还要发挥体力上的优势，承担更重的护理工作。“普遍能熬夜，耐力好，倒班适应性强，对机械敏感，善于使用仪器，应变能力这些都是男护士的优势。”小高笑着说。

工作中的小高也遇到过别人的偏见和误解，有些病人一见是男护士，就要求换人。对于这些不解，小高毫不气馁，继续在工作中吃苦耐劳、为病人提供优质护理，终于用实际行动赢得病人和家属的认可。

他们奔跑在急救一线，全力抢救重病者；他们穿梭在病房，悉心护理病人。面对世俗偏见，他们选择坚守岗位，他们就是“男白衣天使”。他们在工作中会遇到哪些尴尬？他们比女护士有哪些优势？近日，记者走进医院，倾听属于男护士的酸甜苦辣。

据了解，在该市第一人民医院有5名男护士，这些“稀缺货”特别受欢迎，他们在医院有更多学习和晋升的机会。

## 男护士很抢手

其实，相比于女性，男性从事护理行业有诸如体力强、应急能力突出等诸多优势，在护理过程中能减少意外。有醉酒的病人来，他们可能比较烦躁，比较兴奋。女护士或者女医生看到会比较害怕，男护士都是第一时间冲到前面去。

特别在手术室，男性护士因为体力好，能应对长时间的手术操作。而且男护士动手能力较强，喜爱琢磨各种器械的使用，所以一些医院的

主刀医生甚至会点名要求院里的优秀男护士与自己搭档。

但目前男护士的职业形象未被多数公众理解和认可。据有关部门调查，近八成市民表示对男护士不了解，其中40%的被调查者表示很不了解。这也造成不少男护士的流失，医院为了留住这些护士也采取了不少针对性的办法。

## 工作中也有尴尬

做护士，首先得懂护理，在护理病人的过程中，有些尴尬是无法避免的。接触隐私部位就是最尴尬的事情之一。

新郑市第一人民医院男护士张勇对记者说，对于护士而言，都经过专业的学习，在护

士眼里，不管什么部位受伤都只是一种很普通的创口，因为患者和护士间已经超越了性别的界限，只有医患关系。但他还是经常会遇到在护理女患者时，家属或患者要求更换女护士的情况，有时一些男性患者也会要求换女护士护理。这种情况，几乎所有的男护士都遇到过。

## 男护士缺口大

新郑市第一人民医院相关负责人表示，男护士缺口大，但人不好招。

多家医院的负责人表示，男护士稀缺的主因是许多人认为护理工作不适合男人从事，学护理专业的男生少，毕业后愿意从事这项工作的就更少了。

男护士张勇谈到自己的同学时，颇有感慨地说，当初和自己一同从护理专业毕业的男生，大都从事了别的工作，已基本稳定。他也曾经犹豫过，但看到病人在自己的照料下病情好转，觉得特有成就感，就慢慢爱上了这份工作。

# 好媳妇成“明星”

本报记者 尹春灵

看到村里孝敬老人的媳妇越来越多，新郑市梨河镇高庄村的女主任赵玲芝心里很欣慰，她说：“自从我们举办了‘高庄村第一届尊老爱幼好媳妇’这个活动之后，好媳妇就成了很多群众追捧的‘明星’。”

一个月前，新郑市梨河镇高庄村村委会的戏台旁，挤满了该村村民和前来走亲戚的亲朋好友，该村正在举行的“高庄村第一届尊老爱幼好媳妇”表彰大会吸引了众人的目光。他们注视着戏台上正在接受荣誉证书的8名好媳妇，眼中充满了羡慕与敬佩。

“她们虽然都是普通老百姓，却用平凡的行为感动了大家。”赵玲芝说，这些真切发生在群众身边的人物可亲可信，评选好媳妇这个活动就是为了让全村媳妇的素质越来越高。今年51岁的张景梅嫁到该村后，多年来照顾奶奶和爷爷毫无怨言，丈夫外出挣钱，照顾老人的重担都压在了她一人身上。她认为自己做的事情都是平凡小事，没想到自己竟被评为好媳妇。至今提起奶奶卧病在床，大小便失禁的情景，张景梅的眼角就不自觉地湿润起来：“真不敢想啊，想想那时候不知道自己咋熬过来了。”而该村时雷风也是其中的一个“明星”，她说自己当了好媳妇后，更要向善、向上，给其他人起表率作用。

赵玲芝说，此次活动自今年年初启动以来，在村民认可的基础上，通过各村村民组推荐，经过高庄村村委会综合评定，最终评出好媳妇。如今她们不仅给群众传递了尊老爱幼的精神，还感染了身边的人加入这个队伍，在村里形成了学习、关爱、崇尚、争当好媳妇的浓厚氛围，推动农村精神文明建设。以后，该村每年将持续进行此活动。

# 点滴善举 大爱无声 低保老人 为环卫工送爱心

本报记者 赵丹 通讯员 李晓华 岳浪

5月16日上午，新郑市城管执法局办公室接待了一位特别的客人——72岁的老人冯明珠。老人很腼腆，话不多，但精神矍铄，身体硬朗。一进门，老人就介绍这次来访的主要目的是把自己定制的600把纸扇赠送给环卫工人。

“环卫工人每天起早贪黑，干最脏最累的活，换得城市的干净、整洁，他们应该得到更多的尊重和关怀。”冯明珠和老伴当了一辈子农民，生活来源主要依靠政府发放的农村居民最低生活保障，每月600多元低保金已足够平常生活的开支。“夏天快到了，我定了几把扇子送给环卫工人，我没有更大的能力给他们物质上的帮助，只能表达一点小小的心意。”老人一番质朴的语言更是让在场所有人动容。

说起向环卫工人送扇子的初衷，冯明珠老人颇有感触：“环卫工人太不容易了！无论酷暑严寒，都坚守在岗位上，夏天马上到了，希望这些扇子能为他们带来清凉。”去年6月，冯明珠在和环卫工聊天中得知，夏季下午2点到6点半是环卫工最辛苦的时间，他们的工作服总是湿了又干，干了又湿。冯明珠便萌生了为新乡环卫工人送扇子的想法，但由于经济条件有限，老人每月从低保费里省下150块钱，省吃俭用了10个月，才存够买扇子的钱。

记者感言：环卫工作是最辛苦的一种职业，环卫工人也是最需要我们尊重和体谅的一群人。希望多些像冯明珠老人一样的市民，能多给环卫工人一些关怀和尊重，爱护我们城市的环境，珍惜环卫工人的劳动成果，这样我们城市的天空会更蓝，草地会更绿，空气会更清新，街道会更干净，我们生活的城市也会更靓丽！



# 乔亚龙再献爱心

省下儿子满月酒钱 买来礼物赠儿童

本报讯(记者 赵聪聪 李伟彬 文/图)5月15日，阳光明媚。在龙湖镇泰山村先锋幼儿园，村民乔亚龙从车上搬下几个大箱子，里头装满了要送给孩子们的礼物：《弟子规》读本和孩子们喜欢玩的橡皮泥。

提起乔亚龙，可能有些人对这个26岁的小伙子有些印象。去年，他的婚礼在周边引起了不小的轰动。婚礼简单朴素，但他把节省下来的钱给全村70岁以上老人一人买了一部收音机。

这个月，乔亚龙升级做了父亲。在儿子满月酒的问题上，他和父亲乔子军商量，要一改过去搭台唱戏、花钱请歌舞团的传统，也拿这笔节省下来的钱做些有意义的事情。思来想去，他决定再献爱心，为全镇22个幼儿园的贫困孩子购买了1500多套《弟子规》读本和橡皮泥。

“以前都是父亲在给我做表率，现在自己也当父亲了，要给孩子开一个好头。”乔亚龙告诉记者，作为新青年，要转变过去的旧观念，大力弘扬文明新风尚，为社会传递正能量。

图为乔亚龙正在为孩子们分发礼物。

## 养生小贴士

# 好想你

中国红枣领导品牌

## 红枣枸杞茶

红枣，味甘性温，可补中益气、养血安神，临床主要用于脾胃气虚、血虚失眠多梦等症的治疗。枸杞，可补肾益精，补血安神，养肝明目，生津止渴，润肺止咳。

用料：红枣、枸杞、冰糖

做法：

(1)先将红枣(去核)和枸杞分别洗净，在水中略泡一下。

(2)将泡过的红枣和枸杞放入搅拌机，加适量水搅拌成红枣枸杞混合汁。

(3)用滤网滤去果肉渣。

(4)将红枣枸杞汁加入冰糖，加热沸騰即可饮用。

红枣枸杞茶，会让人有很好的气色，还有预防高血压的作用。加菊花也不会改变成分和作用，秋冬季节食用此补品效果更佳。但红枣和枸杞都属于热性补品，如果身体火气较大，不建议食用。

## 旅游安全提醒

第一，旅游经营者应对经营的旅游项目和旅游产品运营进行安全评估。提示旅游者应远离危险地段或危险地区，切勿进入景区规定的禁区内。

第二，旅游经营者应当就旅游活动中的有关事项，以明示的方式事先向旅游者做出说明或者提示。

第三，广大旅游者应增强安全意识，选择适合自身情况的旅游活动和线路。行前要关注目的地气象信息，了解有关救生常识，做好全方位准备。

第四，提高安全意识，防止发生财物被盗失的情况及人身伤害。睡觉时，要锁好门窗，外出时，要将贵重物品随身携带，或保存在饭店的保险柜内，切忌将贵重物品留在房间内。

第五，选择自驾游的旅游者切忌疲劳驾驶、超速行驶。夏季气温高，容易疲劳，驾驶员应保持足够的睡眠时间，确保行车安全。

第六，选择探险游的旅游者，应根据探险地环境、项目难易程度和自身健康状况选择探险旅游活动。

第七，出行前，建议旅游者购买旅游保险。购买时需留意保险的保障范围，根据旅游项目购买适合自己的保险，减少意外风险带来的损失。

# 中国旅游日 新郑美景大盘点

本报记者 尹春灵 刘桂阳 陈杨 通讯员 常书军 高沛 百晓洁 高雅楠 文/图

## 欧阳修陵园



欧阳修陵园，是北宋著名政治家、文学家、历史学家、金石学家欧阳修祠堂和家庭墓群所在地。陵园位于新郑市区西13公里辛店镇欧阳寺村。该园环境优美，北依岗阜，丘陵起伏，南临沟壑，溪流淙淙。陵园肃穆，碑石林立，以前古柏参天，一片郁郁葱葱，雨后初晴，阳光普照，雾气升腾，如烟似雨，景色壮观，故有“欧坟烟雨”美称。在清代被誉为“新郑八景”之一。2000年被河南省文物局公布为河南省重点文物保护单位，2006年5月26日，国务院公布为全国重点文物保护单位。

## 新郑市博物馆



新郑市博物馆位于新郑市区轩辕路中段，馆藏文物5万余件，陈列有“华夏之根——走进有熊氏故墟”“郑韩出土文物展”等，是河南省(市)级规模最大、馆藏文物最多的博物馆。1997年被河南省人民政府公布为河南省优秀爱国主义教育基地。馆内主要有“古都风采”郑韩文物展、“溱洧之光”新郑历史文物展。全国最长的50万年前的纳玛尔象牙化石、8000年前裴李岗文化时期的石磨盘、石磨棒等，商代、西周、春秋以及汉、唐、宋、明、清时期的文物精品，展示了中华民族光辉灿烂的8000年的文化发展史。

## 具茨山风景区



具茨山，位于新郑市区西南，山清水秀，风景如画，黄帝文化遗迹遍布山野。2000年7月，河南省人民政府公布山顶的轩辕庙等景点为省级重点文物保护单位，2001年公布为全国侨联爱国主义教育基地。2003年具茨山被河南省林业厅批准为省级森林公园，2005年被批准为国家级森林公园。

具茨山主峰风后岭，远远望去，好似一尊轩轹黄帝像，伟岸挺拔，眉眼毕现，蔚蔚壮观，令人肃然起敬。风后岭南坡和东坡为数百米高的悬崖峭壁，奇峰怪石林立，构成高峻雄伟的山岳风景。同时，山坡上丛林密布，果园飘香，山半腰的青岗庙水库，水平如镜，清澈见底，西坡的黑龙潭、玉女池，溪水潺潺，波光潋滟，妩媚动人，形成山、水、泉、林融为一体秀丽景色。

## 郑国车马坑景区



郑国车马坑景区位于新郑市区文化路南端，为春秋时期郑国国君及其家族墓地，属全国重点文物保护单位郑韩故城遗址的重要区域。其贵族墓葬与车马坑数量之多，规模之大，是春秋文化的奇迹。

郑国车马坑是一座集文物保护、文物展示、文物研究、寻根朝圣、休闲娱乐于一体的遗址性博物馆，其展示内容为：郑国贵族墓地出土文物精华展、郑公中字型大墓、郑国大夫级贵族墓葬、郑国贵族墓地一号车马坑、子产园、观景眺望台以及东周文化特色景观墙、休闲游廊等。