



“这就像一种本能，当兵的就是这个样”

大学生女兵退役返校，路遇乘客晕厥，和战友一同伸出援手救治

核心价值观

感动每一天

9月18日，告别留下两年最美青春回忆的军营，当退役大学生士兵李娜和自己的战友杜雨欣、刘芯汝带着对部队的不舍，踏上重庆西至济南西G1832次列车的时候，没有预想到，这趟原本寻常的10余个小时的路程会发生一段颇为紧急的“插曲”——当她们听到有乘客需要急救的广播时，第一时间赶到事发车厢伸出了援手，帮助乘客转危为安。在李娜看来，自己和战友所作的一切都是理所应当的，“这就像一种本能，当兵的就是这个样。”

偶遇求助伸出援手 施救擦拭呕吐物不犹豫

“当时我们在车上听到列车乘务员广播有乘客晕倒了，并没有多想，马上就赶到了事发车厢。”22日，面对采访，李娜又回忆起18日晚的惊魂一刻。彼时，她乘车准备先到战友家中休整，再返回青岛大学复学，与她同行的是来自聊城大学的战友杜雨欣和已从山东管理学院毕业的战友刘芯汝，以及送兵干部褚强。

赶到出现危急情况的4、5号车厢之间，四人看到乘客黄女士蜷缩在地上，脸色苍白，呼吸困难，手还不停抽搐，褚强当机立断致电军医，准确描述乘客的症状，并请教该如何处置。训练有素的三名退役女兵不



李娜(右一)和自己的战友杜雨欣(左一)、刘芯汝一同返乡。

需要特意分工，就根据在部队学过的急救知识，默契地分头照顾黄女士，解领扣、松腰带、脱鞋……急救措施一气呵成，让人看到军人刻进骨子里的雷厉风行。因为不适，黄女士出现了呕吐的症状，呕吐物还粘到了面部，三名20岁出头的姑娘无所顾忌，用纸巾仔细地帮女士一点点将呕吐物清理干净。

经过军医综合研判，初步诊断黄女士是二氧化碳综合征，在军医的“遥控指挥”下，三名退役女兵和褚强用纸巾遮盖在黄女士口鼻周围，减少二氧化碳的呼出和流失，没过一会儿，症状便开始减轻。细心的姑娘们还帮黄女士按摩手臂和腿，帮助她减轻不适感。

经过有效救治，两个小时后，当列车准点到达终点站时，黄女士已经基本恢复正常状态。

两年军旅一生难忘 部队教会她什么是责任

李娜是青岛大学生命科学学院2018级学生，2020年从学校参军入伍，服役满2年，于今年9月正式退伍。

“2020年9月，我当时正上大三，有一天老师在班级群里发了一条全国征兵网的链接，我点进去看了一下，就决定要报名。”回忆起两年前下定决心入伍的一刻，李娜依然印象深刻。她告诉记者，自己从小就喜欢看军旅题材的电视剧，国防科技大学曾是她的目标学校，但是因为高考分数的关系，没能如愿，没想到在大学时，还能有机会实现曾经的梦想。递交相关材料、体检、政审……经过层层选拔，李娜终于如愿以偿。“当时同学、舍友都向我表示祝贺，我们辅导员孔令娟老师还特意鼓励我到了部队好好干。”

入伍后，李娜成为陆军第77集团军金刚钻红军旅的一个兵。在这个几十年叫响“没有克服不了的困难、没有完成不了的任务、没有战胜不了的敌人”战斗口号的部队里，无往不胜的精神无处不在，这带给李娜深深的震撼。无论是新兵训练三个月时的咬牙坚持，还是每一次为了完成任务的全力以赴，700多天的熔炉淬炼成就了李娜青春最闪光的底色。李娜说，也许两年的时间很短，但潜移默化中部队却教会了她很多，其中最重要的是，“部队让我多了一份责任感。”

观海新闻/青岛晚报 记者 张琰



工作中的张森。

本报9月22日讯 海浪汹涌，他是“浪尖上的逆行者”。面对落水者，他义无反顾跳入冰冷的海水里劈波斩浪，与时间赛跑，只想为落水者多赢一秒。平常时候看得出来，关键时刻站得出来，危急关头豁得出来，获评今年第二季度青岛市“文明市民”的张森，以实际行动彰显正能量。

“浪尖上的逆行者”多次见义勇为

青岛市马拉松运动协会理事张森热爱公益 传递正能量

张森是青岛市马拉松运动协会理事、青岛路易奥帆跑团团长，每天都有晨跑的习惯。5月17日清晨，张森如往常一般晨跑，抵达五四广场时，突然听到求救声。“快来人啊，有人溺水了……”张森循声望去，只见海中有一名男子随着海浪浮沉。由于风高浪急，落水者离岸边越来越远。事不宜迟，张森立即脱去运动服和鞋，一跃而下跳进海里。

由于刚刚跑过步，张森身体还处于散热状态，猛然跳进冰冷刺骨的海中差点让他昏厥，但他咬紧牙关，朝落水者的方向游去。这时岸上有人扔来一个游泳圈，他紧紧抓住，在围观群众的指引和加油声中，终于游到落水者身旁。当时落水者面部朝下漂浮着，已经失去意识。张森尽全力返航。将

落水者送上岸时，张森已经筋疲力尽，靠众人的搀扶才勉强上岸。

“是不是已经没呼吸了？”“快打110、120吧。”看到落水者一动不动地躺在岸边，围观群众一时没了主意。张森拖着疲惫的身躯走进人群，开始为其进行心肺复苏。当民警和医护人员赶到现场后，张森终于松了口气缓了缓，寒冷、虚脱带来的疲惫感和无力感后知后觉地袭来。遗憾的是，经医护人员诊断，落水者在海里就已经死亡。“我要是发现得再早一点、游得再快一点，该多好啊。”张森的内心无比沉重。虽然没有成功救活落水者，但张森见义勇为的举动仍然得到在场民警、医护人员和围观群众的高度赞扬。

张森不惧危险、见义勇为的事迹

在他所就职的青岛市职工国际交流服务中心传开后，该中心专门召开学习讨论会，号召全体党员干部职工向张森学习，大力弘扬见义勇为精神，积极培育和践行社会主义核心价值观。

张森参加工作37年来，一直勤勤恳恳。他热爱公益，曾多次参与到青岛迎奥运马拉松等国内马拉松的赛道救援和志愿者服务中；他每年组织关爱自闭症跑步活动，引导自闭症儿童热爱跑步；他积极参加“微尘”公益活动，每年赞助两名山区贫困儿童……张森敬畏生命、无私奉献，为美丽岛城凝聚和传递着崇尚正义、敢于奉献的正能量。

（观海新闻/青岛晚报 首席记者 张译心）

爱心点燃希望，奉献重铸生命

青岛市第150例造血干细胞捐献志愿者祝顺东在青大附院捐献

血液病患者的生命。捐献成功后，他将成为青岛市第150例、崂山区第16例、青岛大学附属医院第2例非血缘关系造血干细胞捐献者。10位市政协委员围绕青岛市造血干细胞捐献工作进行了现场调研座谈，对造血干细胞捐献工作青岛模式给予高度评价。

在青大附院工作了10年的祝顺东非常热心公益事业，每年都会参加社会及医院组织的无偿献血活动。在2018年参加无偿献血时，他听到工作人员对造血干细胞捐献的介绍后，主动报名留取血样，成为了一名捐献志愿者。今年8月初，祝顺东接到了崂山区红十字会初配成功的通知，开始积极调整作息时间和饮食，以确保顺利捐献出高质量的造血干细胞。祝顺东作为青大附院信息管理部的工作人员，也想成为一

名守护患者的白衣战士。

青大附院是一所百年老院，全体员工不仅在院内推广“无障碍就医”工程，也将医疗服务延伸到院外的公益活动中。随着临床用血需求大幅增加，青大附院高度重视无偿献血工作，在医院党委号召和组织下，全体员工积极参与无偿献血，用实际行动践行医者誓言。

承担祝顺东干细胞捐献采集任务的青大附院血液内科，是中国造血干细胞捐献者资料库指定的采集单位。自1995年开展造血干细胞移植以来，血液内科已成功开展350余例造血干细胞移植，开展了异基因移植、自体移植、脐血移植等全部移植类型，成功采集健康供者100余例，所有供者均无不良反应。2016年，医院获批中国造血干细胞捐献者资料库备案移植医院资

质，迄今为止已有40余名血液病患者获得非血缘关系造血干细胞捐献重获新生。2022年，青大附院获批非血缘关系造血干细胞备案采集医院资质，已成功完成6例捐献者的采集任务。

近年来，青岛市红十字会以“爱心汇聚 血脉相连”造血干细胞捐献工作品牌为抓手，打造生命至上、安全高效、无缝衔接的造血干细胞捐献青岛模式。截至目前，青岛市4.14万名志愿者加入了中国造血干细胞捐献者资料库，已成功实现捐献149例，截至今年8月底捐献数量比去年同期增长85%，是山东省首个造血干细胞捐献突破100例的城市，志愿者数量和实现捐献数量均居全省首位、全国同类城市前列。

（观海新闻/青岛晚报 记者 于波
栾丕炜）



祝顺东在青大附院捐献。栾丕炜 摄

本报9月22日讯 22日，青岛市红十字会、崂山区红十字会联合青岛大学附属医院举行座谈会，为青大附院员工祝顺东在本院捐献造血干细胞加油助威，用他的热血去挽救一名重症