

# 妻子突发脑溢血 他把康复医院 “搬”回家

墙上装一个定滑轮，塑料绳的一头绑着米袋子，另一头套着手环，不断拉动手环，米袋子就会起起落落。这是朱金同为妻子周菊青锻炼右手而制作的，它可能是最简易的康复器材，但又是最有爱的康复用具。



升级版“上肢牵引器”



朱金同和妻子周菊青

## 1 不断升级的“上肢牵引器”

12年前，周菊青突发脑溢血，在医院的病床上躺了一个多月。脑溢血导致周菊青右侧身体偏瘫，右手和右脚都不能动弹。

医生为周菊青制定了康复计划，但因为经济原因，周菊青在医院里只进行了一个多月的康复训练，然后就回到了象山县贤庠镇贤庠村的家中。

“不住在医院里，并不意味着放弃治疗。”回忆起当时的情形，朱金同现在还有些激动，“我在康复医院里仔细观察过那些锻炼的器具，我买不起，就自己做。”

朱金同以前是木匠，做这些小物件并不难，难的是怎么让妻子用起来顺手。

为了锻炼妻子的右手，朱金同在墙上装了定滑轮，用绳子绑着手环套在滑轮上，做成一个简易的“上肢牵引器”，用左右手上下拉。

一开始，周菊青右手疼，使不上劲，他就慢慢地帮她抬起手，停顿一下慢慢练，一周练两三次。后来周菊青右手的情况有所好转，他就把绳子收短一点，加大拉伸力度。

接下来，朱金同又制作升级版的“上肢牵引器”，塑料绳的一头绑着米袋子，另一头套着手环，不断拉动手环，米袋子就会起起落落。

## 2 “研发”出10多种康复器材

相比右手，恢复难度最大的还是周菊青的右脚。

为了刺激妻子脚底穴位，帮助她的右脚恢复知觉，朱金同又找来木板、水管做轨道，做了一个简易的“足底按摩器”。

每天，朱金同都会从床底拿出来给妻子蹬着练习三四次，时间久了，还真管用，周菊青可以颤颤巍巍地站起来了。

为了让妻子大胆一点迈出脚步，朱金同在一道封闭的门上装了一高一低两排扶手，脚底垫着颗粒状的防滑垫，让妻子可以迈开右脚，拉住扶手下蹲、站立，美其名曰“下蹲练习器”……

就这样，朱金同不断“研发”，制作了“腰背按摩器”“握力器”等10多种康复器材。

## 3 期待有一天能和妻子一起出去走走

这是一个传统的农村家庭，朱金同主要是下地干活，家里洗衣做饭都是妻子周菊青在做。周菊青突发脑溢血后，从不下厨的朱金同学会了烧饭做菜、洗衣、做家务。

为了帮妻子减轻病痛，他还找来穴位按摩书跟着学习，为妻子按摩。

每天凌晨4时多，朱金同就早早起床，帮妻子做1个多小时的按摩，然后再去做早餐，下地里干农活……如此周而复始。

“一二三，四五六……”每天，周菊青拉动绳索锻炼时，朱金同就会在边上默默地数着。

从62岁到74岁，这一数就是12年。当初，医生判断周菊青靠自身坐立行走可能性几乎为零，而现在，周菊青右手拉动自如，右腿也可以慢慢行走……

朱金同说，他期待着有一天还能和妻子一起出去走走看看。

记者 张晓曦 通讯员 尹洁

## 寻找最美楼道

# 当“乡愁”之风 “吹”进楼道 杂物堆放的难题 有了全新解法

自5月23日宁波晚报启动“最美楼道”征集活动以来，我们收到了许多联盟社区以及读者的报料，他们力推的家门口的风景里，藏着善治和智慧。本周，在活动“收官”之际，北仑区新碶街道雪莲社区隆顺家园小区赶了趟“末班车”，他们推荐的“最美楼道”虽然很小，但解决的问题却不小。

昨天上午，记者来到隆顺家园小区。这是一个建成于2015年的拆迁安置小区，21栋高层，2078户居民。小区居民推荐的“最美楼道”在14号楼，准确地说，是这栋楼一楼的门厅过道，面积约4平方米。

青山掩映，小桥流水；拾阶而上，粉墙黛瓦，檐前廊下，曲径通幽；池塘里，荷花开得正艳，引来蜻蜓“嬉戏”……门厅过道里，一幅江南水乡画将三面墙绘成了风景。风景下，摆着崭新的座椅和茶几，供居民休憩。

“以前这里杂物很多，电动自行车也停得乱七八糟，墙上还有小广告，贴得东一张西一张。”雪莲社区党支部书记陈明向记者说起门厅过道改造前的模样。

由于这里的居民都是从隆顺村拆迁而来，对上了年纪的人来说，农村里的乡土气息和一景一品很值得留恋。因此，墙绘绘出的也是他们熟悉的风景和“乡愁”。墙绘完工后，门厅焕然一新，社区还特地采购了沙发，替换掉原先那些五花八门的椅子、凳子。

“以前坐在这里，感觉旁边乱糟糟的，现在看上去有整洁又舒服。”居民徐碧丽说，改造后环境这么好，大家都很注意维护，偶尔看见有人把电动自行车停进来，都会上前劝阻。

记者 陈烨 通讯员 陈红 周庆 李君芳



改造后的门厅过道一角

# 暑期近视高发期，记得带孩子复查视力

结束了一学期繁重的学习，迎来了小朋友们喜爱的暑期生活。可就是这长达两个月的暑期，却成为孩子视力发展的“分水岭”。一部分孩子在暑期，劳逸结合，放松双眼；而许多孩子用眼不节制，长时间使用电子产品，导致视力严重下滑。

据宁波博视眼科医院视光与小儿眼科白洁医生介绍，儿童青少年近视发病高峰在7岁-15岁，其中10岁-15岁是眼发育的关键阶段，

也较容易出现视力问题。因此，该院建议儿童青少年每3-6个月到正规医疗机构做视力复查。

暑期正值视力复查高峰期，为提升大家的就诊体验，以及通过轻松的方式，向孩子和家长们传授近视防控知识，宁波博视眼科医院特开展以下服务。

为了打造安心错峰就医模式，7月至10月每周三、周五17:00-20:00，宁波博视眼科医院视光与小

儿眼科特开放夜门诊。无论是门诊就医复查，还是验配框架镜、角膜塑形镜、哺光仪，做弱视、视功能的训练，都可以享受和日间一样的诊疗服务。

为丰富孩子们的假期生活，并普及爱眼护眼知识，宁波博视眼科医院还将推出特别策划的“我是眼科小医生”公益性社会实践课，让孩子们近距离接触医生的日常诊疗工作。有专业的医生为孩子和家长们

科普眼健康知识，学习如何做好近视防控工作；孩子们还可以穿上小小白大褂，成为一名“眼科小医生”，为家长测视力；通过互动小游戏，寓教于乐。并为孩子们提供5项免费眼检查以及建立屈光发育档案，全面了解孩子的视力情况，做到眼病早发现、早诊断、早干预、早治疗。欢迎各位小朋友和家长的参与。

记者 陆麒麟  
通讯员 舒晓露

