

# “原来比赛也可以 母凭子贵”

## 将患上糖尿病经历编成脱口秀 二胎营养师在全国比赛中夺冠

金句频出,爆梗不断——近日,在北京举行的2022临床营养科普行动暨第5届临床营养科普大赛全国总决赛上,宁波市第二医院营养师邢珍时以自身怀二胎时患妊娠期糖尿病的经历为素材,创作了糖尿病科普脱口秀,最终在众多选手中脱颖而出,获得了“科普之星”称号。

“各位老师能走到决赛,凭的是才华,我能站上这个舞台,多少是靠了我的肚子。市赛、省赛时我怀着孩子,他们说以我的身型只要站上舞台,评委就能给我加分,事实证明他们说的没错,原来比赛也可以‘母凭子贵’……”比赛中,邢珍时就是凭借着这样一段开场白,一出场就赢得了评委们的赞赏和关注。



邢珍时在比赛中。受访者供图

### 从营养师到糖尿病患者

去年,邢珍时是一名二胎孕妈,在孕24周时,她突然接到了妇保所的电话,说她被诊断为妊娠期糖尿病,要求她务必尽快到营养科就诊。“当时我第一反应是:营养科?我不就是营养科的吗?”邢珍时说,一个每天教别人如何合理膳食的营养师突然成了一个糖尿病患者,自己第一次感受到了职业危机。

无巧不成书,当时作为市临床营养质控中心挂靠单位,市二院临床营养科牵头组织市内临床

营养科普比赛。邢珍时被科室选派参赛,正在绞尽脑汁构思文案,没想到现成的创作题材竟然送上门了!在科主任徐斌斌的鼓励下,邢珍时决定现身说法,把自己二胎怀孕期间出现妊娠糖尿病、遭遇从业多年来最大职业危机等亲身经历,都写到自己的脱口秀台本里,带着肚子里的宝宝参加了初赛。

比赛中,邢珍时不仅以风趣幽默的语言科普了妊娠糖尿病的相关饮食忌宜和注意事项,同时

也以全新的视角来思考,如何更好地开展营养科普与宣教工作。精彩的表现使得她过五关斩六将,经过宁波市、浙江省和华东地区一次次比赛的考验,最终挺进决赛。

因为疫情原因,在北京举行的决赛最终在今年2月才举行,此时邢珍时已经在2022年11月生下了一个健康的宝宝。因为科学控糖,她在整个孕期血糖平稳,产后没有留下糖尿病的后遗症。

### 为宣教工作提供了新视角

在决赛前,邢珍时修改了自己脱口秀稿的开头,背着吸奶工具前往北京。特别的经历和独特的创意,加上有了前几次比赛的历练,邢珍时在比赛中爆梗频出,引得全场笑声不断,获得全场评委的一致好评。最终她在演讲/

脱口秀比赛中排名第一,获评“科普之星”,此外她还代表科室参加了科普图文比赛,也摘得全国赛第一。

虽然在与华西医院、湘雅二院等全国各大医院同行们PK中脱颖而出,但邢珍时笑称自己是

名副其实的“母凭子贵”!“这次脱口秀是业余玩票,但无论是比赛的经验,还是自己从营养师到患者的身份转变,都为今后临床营养宣教工作提供了新的视角。”邢珍时表示。

记者 孙美星 通讯员 郑珂

## 八旬老人中风卧床 他们带来温暖守护

早上7点,宁波福寿康公司养老护理员许桂岭准时来到江北区孔浦街道绿梅新村徐老伯家中,为徐老伯清理床单、换衣服、擦身洗脚、活动关节……2021年12月,80多岁的徐老伯突发中风,2022年7月开始卧床不起。家庭医生王健英得知后定期上门给老人清理褥疮;今年2月初,护理员许阿姨又来到老伯家中,提供每隔1天上门护理两小时的宁波版长护险服务。他们给老人带来了温暖的守护。

近日,记者来到徐老伯家中,许阿姨正在给老人洗脚。徐老伯的老伴告诉记者,2021年冬至日上午10点,徐老伯突然站立不起来,送到医院确诊脑中风。去年7月份开始就卧床不起,大小便也失禁了。从那以后,照顾老伴吃喝拉撒、翻身擦洗就靠她一个人,而她原本就瘦小,也有病痛,每次给老伴翻身累得散架了一样,气也喘不上来。

说话间,许阿姨已经给老伯洗好脚,开始给他翻身擦洗。只见她俯下身,让老伯双手钩住她的脖子,一用力就把老伯从床上扶了起来。

许阿姨告诉记者,2月13日她受公司指派,首次到老伯家上门护理。掀开被子的瞬间,刺鼻的气味扑面而来……好在她有多年的护理经验,照顾老人早已驾轻就熟。从那天开始,她隔天就上门一次,选择了早上7点到9点这个时间段,换尿布,换床单、喂饭、洗脸、洗脚、翻身、擦洗……经过这些天的精心护理,老伯背上的一些褥疮已经明显好转。

孔浦街道社区卫生服务中心绿梅新村服务站王健英医生介绍,这位老伯他们已随访10多年,有高血压和糖尿病等病史。去年下半年,徐老伯的老伴到站里来,说了老伯的病情,因长期卧床,后背处有的褥疮已呈紫紫色,旁边还有很多湿疹,局部皮肤已有溃烂。

王医生说,国家基本公共卫生服务项目中,有为签约居民提供上门出诊服务的要求,尤其是像这些长期卧床在床的老年居民,只要病情需要,社区医生都会上门出诊。当天,王医生上门发现,老伯患的是典型的褥疮,是由于长期卧床受压引起。她马上对溃烂处进行处理,清疮包扎后,又对周围皮肤消毒。那以后,她每星期都会上门两次,给老伯检查身体,教徐老伯的老伴如何消毒,并建议每两个小时翻次身,直到后来褥疮好了一些,她才改为一星期去一次。

记者 程鑫 通讯员 马越 文/摄



王医生给老伯处理已经快痊愈了的褥疮。

## 拍卖公告栏

刊登热线:  
13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》政府类、企业类、招聘等公告,欢迎垂询!

### 浙江金诚拍卖有限公司 混合料拍卖公告

受委托,本公司于2023年3月21日9时至11时止(延时除外)在镇海区产权交易平台(<http://zheqjy.bidding.gov.cn:11000/bidding/projectList>)举行拍卖会,现将有关事项公告如下:

一、**拍卖标的:**机械开采混合料一批。起拍价42.78元/吨(不含装车费,混合料装车由买受人负责并承担费用),保证金50万元。

二、**成交后5日内**买受人付第一期100万元预付货款及履约保证金50万元(竞买成功后50万元保证金自动转为履约保证金),后续货款按100万元一期支付,当期提货额达90万元时,需在2个工作日内支付下期100万元货款,每期提货额不得超过100万元。标的交货以实际过磅数量为准,先付后运,以上均需现金支付(人民币)。

三、**拍卖标的的位置:**镇海区九龙湖镇永兴石料厂废弃矿山生态修复治理复绿工程。

四、**竞买人资格要求:**注册地在宁波市范围内的独立法人资格企业。

五、**拍卖方式:**网络增价拍卖。

六、**展示看样:**即日起至2023年3月20日与本公司联系看样事宜。

七、**报名办法:**竞买人须在2023年3月20日16时前登陆镇海区产权交易平台完成实名注册报名及交付拍卖保证金。拍卖保证金至指定账户(户名:宁波雄镇矿业有限公司,账号:52010122001051104,开户行:宁波银行股份有限公司镇海支行,以实际到账为准)。

八、**提货周期:**40日历天(以委托人通知买受人进场提货之日起算)。

九、**收据:**货款由镇海区财政局开具收款收据给乙方。

十、**注意事项:**竞买人须自行了解关注落实现场进出运输道路事宜。

十一、**联系方式:**

电话:委托方鲍颖杰 13645740539、拍卖人韩杰 13780091774、0574-87715615。

地址:浙江省宁波市百丈东路28弄2号嘉汇国贸B座907室。

未尽事宜请详见专场拍卖文件