

# 2020年,谁是您心中的平民英雄

## “福彩杯2020感动河北”年度人物评选今日启帷

本报讯(燕都融媒体记者呼延世聪)北国飘雪,隆冬将至,回望2020年,一些让我们温暖的面孔和事迹仍历历在目。时代在变,感动不变,即日起,由河北日报报业集团燕赵都市报主办、河北省福利彩票发行管理中心协办的“福彩杯2020感动河北”年度人物评选活动正式启帷,继续为读者奉献冬天的春天,让滚滚暖流注入大众的心灵。

自2003年第一届“感动河北”年度人物评选至今,“感动河北”年度人物评选活动迎来了第18个年头。作为燕赵都市报倾力打造的一个文化品牌,“感动河北”年度人物评选已经成为燕赵大地规模较大、参与广泛、颇具影响力的公众人物评选活动,在全省人民的年度精神文

化生活中占据着不可替代的位置。

本届“福彩杯2020感动河北”年度人物评选活动,将继续以“平民视角、草根情怀”为标准,梳理、盘点2020年度在燕赵大地上产生重要影响的人物及事迹。

作为本报的一个文化品牌,在这些年的“感动河北”人物中,相继涌现出了林秀贞、王文斌、张建霞、王文忠、刘洪安、高淑珍等全国道德模范,同时,林秀贞、白方礼、高淑珍、唐山十三义士等还成了“感动中国”人物。

燕赵热土,英雄辈出。今年以来,燕赵都市报陆续推出了很多可歌可泣的凡人壮举:有为武汉“开方抗疫”的中医专家梅建强,有河北省第二批支援湖北医疗队队长袁雅冬,有到武汉三天就剪掉长发

的肖思孟,有逆行千里奔赴武汉驰援“雷神山”的90后退伍兵张涛,有集结志愿者车队到武汉志愿服务的唐山虎哥,还有为照顾突患重病的母亲放弃上大学的沧州女孩杨飘……这份名单还可以很长很长,这样令人感动的人和事还有很多很多。

本届“福彩杯2020感动河北”年度人物评选活动,我们的视野将更加宽泛,评选标准将更加多样,但追求真善美的本质不变,与新时代和谐共振的节拍不变,以此来梳理、盘点2020年度在燕赵大地产生重要影响的人物及事迹,开展广泛的公众海选活动。

即日起,我们将陆续刊发候选人的事迹,同时在燕赵都市报微信公众号开通推选渠道。

### 推选渠道

由燕赵都市报社主办、河北省福利彩票发行管理中心协办的“福彩杯2020感动河北”年度人物评选活动已经启动,您可以通过以下渠道推选您心中的“感动人物”。

1. 扫描二维码,直接进入推选页面,推荐候选人。

2. 关注燕赵都市报官方微信回复“感动河北”,或者点击燕赵都市报官方微信底部菜单“燕都活动—感动河北”,点击链接,上传感动人物相关图片,并按要求填写相关信息:被推荐人姓名、联系方式、感动事迹。



### 推荐理由

26岁的肖思孟是河北省中医院呼吸二科护士,河北省第一批援助湖北医疗队队员。到武汉第三天,她就剪掉了自己的一头长发,成了“新闻人物”。2020年央视元宵节特别节目中的诗朗诵《你的样子》这样描述她:“90后的你,也许正引领着这个春天,最时尚的发型。”

武汉抗疫一线,她成长为一名光荣的共产党员,先后被授予2020年全国卫生健康系统新冠肺炎疫情防控工作先进个人、2020年第24届中国青年五四奖章、2020年河北向上向善好青年、新时代“冀青之星”2020年五四特别奖、2020年中国好人、2020年河北省先进个人等荣誉称号。



肖思孟在武汉抗疫一线。

燕都融媒体记者 杨佳薇 呼延世聪

# 抗疫先锋肖思孟: 90后的你,引领这个春天最时尚的发型

## 回放: 你的样子就是中国的样子

新冠肺炎疫情发生后,1994年出生的肖思孟成为河北支援湖北医疗队第一批队员中的一员。她第一时间写下请战书:“我没有结婚,没有孩子,父母身体健康,我就是最合适的人选。”

其实,肖思孟是家里的独生女,是父母的掌上明珠,父母不舍得女儿奔向未知的“战场”,“但疫情发生了,现在武汉正需要医护方面的人才,你年轻而且精力旺盛,正好学的这个专业,你确实应该去呀。”虽然很不舍,但电话中,父母还是支持女儿前往武汉抗疫一线。

到达武汉后,每天只要有空,她都会向家里报平安。但她父母不知道的是,到武汉的第三天,她就剪掉了自己的披肩长发。“到武汉培训的时候头发老是往外掉,如果剪掉头发,就会缩短洗漱时间,穿防护服也更方便一些。”其实,肖思孟的头发是过年刚做的新发型,与肩齐长,发梢微卷,“空气”刘海,自己认为很好看。和所有爱美的90后女孩一样,肖思孟也

不舍得剪,可是,抗疫战场,时间就是生命,复杂的操作环境,头发成了累赘。为了方便穿防护服,避免滋生细菌,更为了提高工作效率,爽快的她直接剃了个光头。

正月十五,父母在看中央电视台元宵节特别节目时,看到剃了光头的闺女,他们的泪水还是一下子就流了出来。

那时候,肖思孟所在病房的病人病情都比较重,生活不能自理,身边也没有家属陪同。她的工作除了量血压、测体温、铺床、输液、采血、打针等医疗护理之外,还要进行生活护理,喂饭、喂水、喂药、端屎倒尿……每项工作都细致入微。一天下来,她浑身湿透,就像洗过澡一样,脱掉防护服、摘下防护镜和口罩,额头、脸颊处的压痕清晰可见,周围的皮肤也因过敏红肿刺痒。

其实,肖思孟也害怕过。“我们有一项工作是给下医嘱的患者采咽拭子。采集过程要持续十几秒甚至30秒左右,要探入患者的咽喉深处,护理人员的脸几乎就贴在患者脸上,有的患者还会因为恶心而呕吐。在做这项工作时,我心里也发毛。”对于这份恐惧心理,肖思孟有自己的对抗方式,“从出发去武汉到回到石家庄,我就发了一条朋友圈‘待凯旋归来,定把酒言欢’用来鼓励自己。我也会屏蔽一些信息,不去看不去想,就闷头干活。”



肖思孟

## 回归: 付出的一切辛苦都值得

从武汉回来的四月,肖思孟便回到了工作岗位。对于武汉抗疫的经历,肖思孟坦言收获不少。“如果再有感染类疫情处置,很多经验就能帮助我从容面对。小到防护服的穿脱,大到感染病区的管理。”肖思孟说,“比如护目镜起雾,大家戴着两层橡胶手套,摸不到患者脉搏,患者情绪焦虑,你扎两次针,他痛苦也烦躁,只能斜着眼从边边角角上看。后来大家琢磨出经验,用洗手液或者肥皂水擦到护目镜上。还有,在疫情期间怎么规划科室,安排几个人排班,甚至病区楼道怎么消毒,对患者如何才能照顾得更到位等方面,都积攒了很多经验。”

## 回访: 充电为更好服务临床

再见肖思孟,她刚刚参与进修回来,如今的肖思孟,身上多了一份沉稳和坦然,面对各种荣誉,她更没有丝毫的骄傲。肖思孟说:“什么都会成为过去,荣誉也是一样,人必须要有往前看的状态,因为我还年轻,因为前面还有很长的路要走。”

“其实,在武汉的55天里,我怕过,但没有后悔过,而这份经历也让我的工作有了一个很大的进步。”肖思孟说,不管自己获得了什么荣誉,又拥有了什么样的社会地位,对于她而言,最本质的东西还是临床,“无论如何,我都会做好我的临床工作,不能把临床落下。”

今年六月初,肖思孟和同事一起到河北医科大学第四医院进修,也因此有了让自己“充电”的机会。肖思孟坦言,尽管自己参加工作已经有四五年的时间了,但是真正能坐下来去认真地听完一堂课、记一份笔记,这样的机会几乎没有。

“每个月都在白班、夜班的轮换中度过,每天都在为患者打针、输液、换药,根本没有空闲时间给自己充电,所以这次机会很难得。”刚刚结束进修的肖思孟说,“六个月的学习时间过得很快,对我而言这是一个特别好的学习过程,自己能因此有所成长、有所收获,以后可以更好地服务患者,服务临床。”