

常德女学霸：高三请假4个月

被国外三所名校录取



独立音乐社5周年演唱会，喻麟涵（左）和学友拍摄了一款特色海报。

特约记者/黄云霞

高三，当所有人都投入到紧张的学习中时，她毅然离校4个月，去长沙备考雅思，考出了7分的好成绩，被国外三所名校录取。

为不辜负老师和家长的期望，也为证明自己的实力，她决定参加高考，考出了文科总分640分，在常德市直中学应届文科生中排名第一。

她就是常德市一中首届创新班学生喻麟涵。



不刷题，周末也不上培训班

喻麟涵说她不是学霸，上初中后，她不刷题，也不上培训班，作业基本在学校完成，但学习成绩稳居前列，这与她良好的学习习惯和独特的学习方法有关。“初三时，学习任务比较重，有许多试卷和题目要做，很多同学中午只休息半小时，可我要休息好才能保证学习效率，我便向老师申请不做试卷。”喻麟涵说，提高学习效率最关键的是要抓住课堂，跟着老师的思路走，课后适当做练习巩固一下就行了，

没必要泡在书山题海里。初中毕业，她成绩优异，收到了很多学校的邀约，可她毫不犹豫地选择了市一中创新班，理由是学校文化底蕴深厚，注重学生的全面发展和综合素质的培养，有名师任教，还实行“一生一师”的导师制度。

高一时，喻麟涵积极参加了学校和班级组织的许多活动，加入学校独立音乐社、心理社、模拟联合国社团等，给校园文学社投稿，还参加了大学生音乐节活动，过得忙碌而

充实。她还多次被学校评为优秀学生。2015年5月参加第十六届“中国少年作家杯”全国征文大赛获佳作奖。她说，能有这么多时间发展自己的兴趣爱好，要非常感谢老师和家里人的信任。“非常谢谢老师支持我参加各类活动，父母也很尊重我的想法，不希望我学得太累，很多事情都是我自己拿主意，他们只给我参考意见。”正因如此，高二分科时，物理和化学成绩不错的喻麟涵最终选择读文科。回忆起这段

经历，喻麟涵笑言，那是自己做出的第一次重大选择，现在证明也是对的。

高二学习任务重了一些，但喻麟涵依然轻松应对。参加高中学业水平考试前，担任独立音乐社社长的她忙着策划、组织演唱会，最后仍考出全校第一名的好成绩。

谈及秘诀，她笑着说：“哪有什么秘诀，只是我对学习有兴趣，跟着老师的节奏走，比较专注罢了。”

离校4个月去长沙备考雅思

上高三以后，同学们都在为高考准备，而此时的喻麟涵作出了一个大胆的决定：去长沙强化培训三个月，考雅思，为今后出国留学做准备。当她把这一想法告诉家人和老师时，大家都觉得有些冒险，毕竟高三了，时间比黄金还宝贵。

妈妈尽管有些不放心，但还是尊重女儿的想法和决定。“你

没有一丝犹豫吗？万一雅思没考过，高考也考砸了，岂不是两边不讨好？”对于记者的不解，喻麟涵解释说，确实有些冲动，很冒险，但又觉得是一个机遇，不抓住会留遗憾，且她相信自己，一定能心想事成。

备考雅思要强化英语的听说读写能力，还要掌握大量的词汇，喻麟涵并不觉得苦，反

而还觉得更有挑战性，乐在其中。几个月的辛苦没有白费，查询成绩，她拿到了7分（满分9分，一般知名大学6.5分即可），她也凭借这一优势被3所外国名校录取。“有梦想就要去追，万一实现了呢？”说起半年前备考雅思的经历，喻麟涵感觉有些“传奇”。虽然提前拿到了国外大学的“入场券”，但在

喻麟涵看来，没有经历高考的人生不完整。返校后，她立马投入到紧张的复习中去。最终，取得了640分的好成绩，名列常德全市文科前茅，在常德市直应届文科生中排名第一。她告诉记者，这两天，清华、北大的招生老师和她联系了，她也会好好考虑，认真填报志愿，争取能去心仪的大学就读。

江永女护士：人生因敬业而美丽



宋美婷（左三）和周岱翠（右三）所在团队在医院举办的急救技能比赛中获得一等奖。

今日女报/凤网见习记者 罗雅洁
通讯员 周文远

锦旗多到挂不下，墙上贴满了感谢信。

当今日女报/凤网记者走进永州市江永县人民医院外一科时，见到的就是这种景象。一个基层的县级医院，竟然有这么多的好评？记者一番走访后发现，这里有一群兢兢业业、任劳任怨的优秀医护人员。



扎根基层，她们“不后悔”

6月29日，永州市江永县人民医院。一位叫卢鹏凤的古稀老人前来复查。他特意找到护士周岱翠，竖起了大拇指：“周护士，你太负责任了！谢谢你！”原来，卢鹏凤因为年纪大了，老是忘记复查，这次又是周岱翠连打了几个电话提醒他过来复查。卢鹏凤告诉记者，他每次来医院，护士们经常和他谈心，嘘寒问暖。这样的事对于周岱翠和她的同事们

来说，已经习以为常。

今年39岁的周岱翠是江永本地人，从1996年参加工作到现在已经20年了。这20年里，她的学历从中专变成大专，还在南华大学自考了本科文凭。“活到老学到老嘛，提升自己才能更好地为病人服务。”医院对周岱翠的能力相当满意，一度想把她从外一科调去别的科室当护士长，但周岱翠拒绝了：“医院培养我花了

很大功夫，我应该在目前的岗位上好好地学以致用。”

比周岱翠小10岁的宋美婷，2005年来到江永县人民医院。“当时，刚好医院缺人手，我就从广西贺州一家医院辞职回来了。”如今，她好多同学都已改行，或者安心相夫教子，当上了家庭主妇，只有她依旧坚持在基层医院做护士，一做就是11年。46岁的护士周润珍和宋美婷一样，1988年从零

陵卫校（现永州职业技术学院）毕业后，在身边的同学都往大城市发展时，她却选择回家乡。如今，她有同学在三甲医院当护士长，待遇和平台都比较好，但周润珍并不后悔：“能够为家乡的医疗事业发展出一份力，是最让自己开心的事。”

记者了解到，该医院院长蒲兰英也一直扎根家乡，至今已近30年，曾获2010年永州市及江永县“巾帼建功标兵”称号。

护理病人，她们有“妙招”

2015年初，医院收治了一名50来岁的男病患，因头部重创一直昏迷不醒。作为责任护士，周岱翠每天为病人清洁身体，防止其生褥疮；活动手脚的关节，防止肌肉萎缩；给予他冷热的刺激，“即使病人

没有意识，但身体上的刺激还是必不可少的”。此外，她还不断说话鼓励病人，并和家属沟通，让他们少一些消极情绪，多在病人床前与他聊聊过去开心的事情。“我不允许有人在我的病人面前说一些丧气话，

即使他还在昏迷中。”她通过握手来判断病人的恢复情况：“我会说‘听懂了就握一下我的手’，刚开始没有什么反应，渐渐地，他居然就会回握我的手了！”接着， she就把“握手”换成了“眨眼”，病人的眼皮一动，

即使只是轻微的一眨，周岱翠都觉得很欣喜。就这样过了几个月，病人苏醒了。这个病人出院后，她还不时给家属打回电话，还加了家属微信。去年5月12日护士节当天，病人家属给她和同事们送来了感谢信。

怀孕时，她坚守在“传染病科”

说起12岁的儿子，周岱翠有些黯然：“我是个不称职的妈妈，很少陪他。”原来，周岱翠家里的老人前几年相继过世，丈夫的工作地点比较远，两天才能回一次家。“我几乎没去接送过他，有时候下雨，别的小朋友都会有爸爸妈妈来

送伞，他只能等雨停。”但儿子很能体谅她的辛苦，经常会做一些家务来减轻她的负担。

宋美婷是个二胎妈妈，她陪伴大女儿的时间也很少。怀二胎时，她还在有“传染病科”之称的内二科工作。今年年初，正是H7N9肆虐之时，当时永

州已经出现了两起死亡病例。宋美婷和她的同事不敢怠慢，检查、隔离、治疗。“其间领导曾征求过我的意见，是否需要换个科室，但是别人都在工作岗位上，身为护士长的我怎能临阵脱逃？”就这样，她一直坚持在工作岗位上，直到疫

情过去。幸好，江永县没有发生一起H7N9病例。

宋美婷说，像她一样怀孕了还坚持在岗位上的护士还有很多。就在采访间隙，记者在外一科见到一位叫宋美珍的护士，已经临近预产期了依旧挺着大肚子在上班。