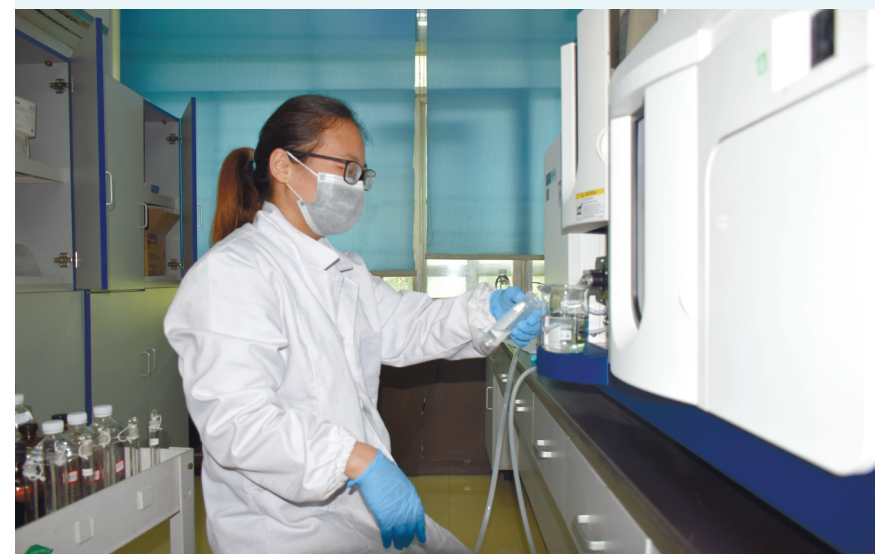


守护张家界碧水蓝天，帅姑娘有真功夫

今日女报 / 凤网见习记者 江昌法

“这次能获得这一殊荣，是对我从事生态环境监测工作 11 年最好的肯定，也更加鼓励我坚持做这件有意义的事。”近日，刚刚获得全国五一劳动奖章的邱帅告诉今日女报 / 凤网记者。

邱帅是张家界市生态环境监测中心分析技术科副科长。她曾参加第二届全国生态环境监测专业技术人员大比武，并获得综合比武团体二等奖、个人一等奖，还曾被授予全国巾帼建功标兵。2022 年五一劳动节前夕，她又被中华全国总工会授予全国五一劳动奖章。“自己的努力得到肯定，心里当然高兴。但我最高兴的，还是看到天空中美丽的‘张家界蓝’、河流里清澈的‘张家界水’。”邱帅告诉今日女报 / 凤网记者，作为一名环保人，守护好张家界的碧水蓝天，就是她坚守的初心和使命。



邱帅在实验室工作。

为环境管理的决策提供可靠依据

4月26日，记者走进邱帅的实验室，只见她正穿着白大褂、手拿仪器，十分专注地在做水质化验分析。另外一边，做了标记的实验器皿摆放得整整齐齐。

“我的工作其实很普通，也很琐碎，主要是和水、空气等打交道，就是对它们进行监测采样，测量出真实、准确的数据，为环境管理的决策提供可靠依据，全力守护好蓝天碧水净土。”邱帅说。

2011年，邱帅从长沙学院环境工程专业毕业后，在娄底市环境监测站做临聘人员。2014年，她考入张家界生态环境监测中心，在分析室负责水环境监测分析工作。

邱帅所在的中心分析室，承担着张家界市地表水、空气、土壤、污染源等各类环境监测样品的实验分析工作。

2015年，邱帅在做地表水总氮实验时，遇到了困难。当时，她一遍遍地试，药品换了好几种，连续做了几天的样品，就是达不到标准要求。于是，邱帅通过查论文资料、与同行交流，又经过数天上百次的试验，最后找到了重结晶的方法，终于达到标准规定的各项要求。

2017年12月，邱帅父亲被检查出肺癌晚期，她请假回到老家宁乡，准备陪父亲走完人生最后一段时光。而刚刚回来陪父亲几天，单位就接到上级部门安排的一项重要的重要的污染土壤调查样品工作任务，由于人手紧张，单位打来电话，问她能否克服困难参加。

当时，邱帅心里特别煎熬。在父母

的支持下，邱帅赶回单位，并立即投入到紧张的分析工作中。

这次任务一共有 122 个土壤样品，任务特别繁重。为了提高工作效率，邱帅加大了质控力度，多做平行和质控样品，对于同批次质控不合格或者感觉消解过程中有问题的，一律重新消解。

经过近一个月的努力，邱帅完成了这批样品的分析和数据上报工作。她出具的数据，也最终被采纳了。

2021年8月，张家界暴发新冠肺炎疫情，邱帅参加了张家界2021年新型冠状病毒感染肺炎疫情应急监测。这次应急监测是对隔离酒店投药点和市城区污水处理厂水质进行监测，她和同事在拿到通行证后就立马赶回单位，之后吃住都在办公室。

“刚开始防护物资不足，我们便把有的、能用的全部用上。为了省着用，我经常要连续穿防护服几个小时，中途不能喝水上厕所。当时出汗特别厉害，感觉整个人都虚脱了。”邱帅说。

在分析监测的岗位上，邱帅一干就是 11 年。“我喜欢这份工作，在这 11 年里我从来没想过要改行做别的，在考到张家界以前，我报考过很多单位，但无一例外都是选择的监测岗位。”

“看到通过自己的工作，让大家能感觉到水环境质量在不断提高，我感到很高兴。因为，我是张家界的碧水蓝天的守护者，我为它做了一份贡献。”邱帅开心地说。

一边带娃一边备赛

在参加第二届全国生态环境监测专业技术人员大比武的时候，邱帅压力非常大。在得知能参加此次比武后，她做的第一件事就是仔细研究跟比武有关的文件，将需要的资料列了一个清单，然后利用一切可以利用的时间复习理论知识，包括带孩子的时间：“那时候，我儿子睡着了，就带着女儿去散步。等她跟别的小孩子玩的时候，我就拿出手机复习。”

省级赛结束后没多久，邱帅参加了集训队。集训队采取军事化管理、封闭式训练、分批考核淘汰的方式。“集训是高强度的，竞争压力大，心理压力更大。在这差不多三个月的集训期间，我从来没有在 12 点前睡过。但正是这次比赛，让我有了很多时间来学习更多的知识。”

那段时间，家里的支持，给了邱帅许多温暖。“我妈是个特别可爱的人，特别支持我工作。她为了让我安心比赛，特意从宁乡过来带孩子，还在背后为我默默做了很多事，而且从来没有让我放弃。”邱帅说。

“当时我的小儿子只有 5 个月，还没有断奶，而且是个‘睡渣’，该睡的时候

他不睡，白天就使劲睡。醒着的时候他会比较闹腾，有点难带，睡觉也只能侧着睡。我就只能一边看书，一边哄他睡觉。其实我一边看书，一边看着儿子睡觉，也是一种安慰。”邱帅说起备赛的经历，眼神中充满辛酸，也有点自豪。

“参加比赛的过程比较艰辛，但我是一个特别幸运的人，因为我有妈妈一直在帮着我。”邱帅说，这么多年的工作中，她的母亲是最辛苦的。从她生第一胎起，母亲便从宁乡来到张家界帮忙带孩子，一带就是 6 年多。

在考核现场操作项目 PH 时，标准要求温度为 20℃，但邱帅他们的振荡器只有加热功能而不具备制冷作用。于是，前面的队员考试完后，他们就帮后面的队员将冰块提前加进去，以保证下一个队员能很好地控制实验温度。“因为队员之间的团结协作、相互信任，才让我们每个人都在比武中取得了优异的成绩。”邱帅说。

最终，邱帅在第二届全国生态环境监测专业技术人员大比武中获得了综合比武个人一等奖、团体二等奖的好成绩。

让环保数据更加真、准、全

近年来，张家界市的水环境监测工作一直处于全省前列。

2021年，全市国控、省控、市控地表水监测断面稳定达到Ⅱ类以上水质，县级以上集中式饮用水源地水质达标率 100%。1~12月，国控断面水质全国排名第 22 位，全省排名第 2 位。其中，城市生活污水处理率 96.7%，城市黑臭水体消除率 100%。

能有上述成绩，邱帅作为张家界环境监测中心的骨干，功不可没。

8 年来，邱帅通过过硬的专业知识和强大的学习能力，不仅掌握了数十种技术，还熟练地掌握了离子色谱仪、液相色谱仪、原子吸收光谱仪等监测分析所需的各种仪器的使用及日常维护，对每一台大型仪器检定工作也得心应手。

2018年，邱帅还承担铜铅锌镉等重金属的监测分析工作，完成了对电感耦合等离子体质谱仪及德国耶拿原子吸收光谱仪的验收，顺利通过铜铅锌镉等十四种元素的扩方法以及计量认证评审工作，开展了用 ICP-MS 对水中铜铅锌镉等重金属的测定。

取得这些成绩的背后，靠的是认真的学习和不断的练习，也离不开她善于请教别人。“我时刻提醒自己一定要不断提高技术，尽可能对仪器更了解，争取自己能解决。实在解决不了，我便去找老师或同事请教。”

要学好技术，也离不开理论学习。“自己眼界不是很开阔，不去学，就感觉自己懂的太少了。”邱帅告诉记者，“学得越多，就越觉得自己理论欠缺。”

邱帅是一个善于思考的人，她的工作不仅仅停留在检测出数据，还认识到环境监测是由很多环节组成的而且缺一不可，所以一定要深入了解别的科室的工作。“我们单位分工很明确，具体的分析有专门的科室负责。但作为一名分析人员，我不能只关注自己的分析项目这一块，分析只是环境监测中的一个环节，要想做好工作得对整个环境监测的各个环节都了解，这样才能让自己出具的数据更加‘真’‘准’‘全’。”

邱帅过硬的本领，使她获得了很多荣誉。面对这些荣誉，邱帅比较淡定，因为她觉得荣誉再多，最重要的也还是要把工作做好。

为了践行习近平总书记“守护好一江碧水”殷殷嘱托，加强“一江一湖四水”系统保护和治理，邱帅计划在自己的岗位上发挥好支撑服务作用，努力提高水生态环境质量监测能力。“我一直都在加强质量管理，确保所有数据都真实准确。未来，我会加强队伍建设，引进高层次人才，并加强我们技术人员的技术培训和专业学习。现在，新的技术发展很快，不学习，自己就跟不上。”邱帅说。



工作让邱帅很快乐。