



编者按

你心中的“最美家庭”是什么模样?在一千个人心中,有一千个对“最美家庭”的美好想象。而在抬头不见低头见的邻居眼里,在日日相见的同事眼中,每个“最美家庭”所呈现的,正是最生动、最朴实、最贴切的样子。今日女报/凤网推出“我的美邻是‘最美家庭’”特别策划,从友邻的眼光出发,去讲述那些孝老爱亲、睦邻友群、守诚敦礼、报国奉公的“最美”故事。

# 他 15 年用心照护“痴”伯母和“瘫”堂兄

今日女报/凤网记者 吴雯倩

“英健、秀梅又来了,你堂兄只要看到你们就欢喜!”“婶婶好,这两天太阳好,正好把被子晒一晒。”10月15日,伍英健和妻子李秀梅照常来到位于张家界市永定区教学埡镇三军村的堂兄伍海洲家。刚一进门,夫妻俩就洗刷、晾晒、收拾,忙得不可开交。

自2008年二伯父去世后,伍英健夫妇就扛起照顾先天智力缺陷堂兄和多病二伯母的重任,十五年来,体贴入微。2023年,伍英健被评为湖南省孝老爱亲类“湖南好人”。此前,他家也曾获评“全国最美家庭”。

10月17日,重阳节前夕,今日女报/凤网记者听他的同事、亲友讲述了“全国最美家庭”、张家界市永定区城市管理和综合执法局十二中队队长伍英健的家风故事。



伍英健正在帮堂兄剪头发。

■科普

## 宝宝吃手指需干预吗

文/陈静琦(湖南省儿童医院麻醉手术科)

宝宝吃手指头是否需要干预,应根据宝宝的具体年龄来决定。对于年龄较小的宝宝,通常不需要干预,但是对于年龄较大的宝宝,则通常需要干预。如2~3个月大的宝宝有吃手指现象,代表宝宝智力正在发育,通过吃手的方式,感知外面的世界,因此不需要进行干预,但是需要保持宝宝手部卫生,以免诱发口腔感染、胃肠道感染。如果是两三岁的宝宝仍然吃手则需要干预,因为可能提示宝宝缺乏维生素或者缺乏安全感。此时可以及时调整宝宝饮食,多吃维生素和蛋白质较丰富的食物,平时父母也要多陪伴宝宝。宝宝在成长过程中需要摄入足够的营养,同时家长要注意引导宝宝养成健康的习惯,不要过分强调纠正宝宝吃手指头的行为。

## 为什么孩子很难入睡

文/刘小艳(湖南省儿童医院麻醉手术科)

1. 环境因素:如果睡觉时环境过于吵闹、灯光过亮、温度不适宜,可能会导致孩子很难入睡。因此建议尽量营造舒适、安静的睡眠环境,保持室内温度湿度适宜,有助于孩子入睡。2. 饮食因素:如果孩子晚饭饮食不合理,过度饥饿或者过饱,可能导致孩子很难入睡。同时,如果睡前食入刺激性饮食,可能导致孩子过于兴奋,进而导致很难入睡。3. 疾病因素:如果小孩存在消化不良、感冒、缺钙等疾病,可能会出现腹痛、腹胀、咳嗽等不适症状,进而导致孩子难以入睡。此情况需要在医生的指导下针对具体病因进行治疗,如消化不良,可以遵医嘱服用益生菌。4. 其他因素:小孩在睡觉之前不要玩得过于兴奋,不要看过于刺激性的视频,这都可能会造成小孩很难入睡。

## 伯父临终前的一声嘱托

2008年5月11日晚,伍英健二伯父伍金林在生命弥留时,一边念叨侄儿英健的名字,一边紧紧握着李秀梅的手久久不松……

李秀梅至今对这一幕记忆深刻,她知道,这是伯父在交代遗愿,希望她和伍英健能照顾二伯母和他瘫痪的儿子。

彼时,伍英健还远在广西南宁武警部队无法赶回,而李秀梅也只是伍英健的未婚妻。但李秀梅郑重地做出承诺:“二伯,我和英健会替您照顾好伯母和堂兄的,您放心吧!”听完这句话,老人松开手,安详地闭上了眼睛。

因父亲在村上教书,母亲又忙于农活,伍英健从小就被二伯带在身边,就连交学费都是二伯操心,更别说每年二伯从单位上领回的肉食年货,都会给英健家分去一半。伍英健从小就对二伯深怀感激,长大后但凡遇到新鲜东西,一定要为二伯捎上一份。

2006年,二伯确诊直肠癌晚期。正在服役的伍英健不能及时赶回家,便嘱托未婚妻李秀梅帮忙照护。

在二伯治疗的两年里,伍英健只要休假就会赶回家探望,并一直守在病床前,端水、喂药、送饭、按摩、倒尿盆……每件事他都亲力亲为,比亲儿子都上心。

病魔最终还是夺走了二伯的生命,风尘仆仆赶回依旧没见到二伯最后一面的伍英健心痛得无以复加。他想起二伯的遗言,下决心“一定要让伯母和哥哥过得好!”从那以后,

伍英健把工作以外的几乎所有时间都花在了陪伴、照护伯母和堂兄身上,几乎没有旁的社交娱乐活动。

伍英健的伯母谢小云早已过了古稀之年,由于悲伤过度,加上患小脑萎缩,精神状态出现问题。而堂兄伍海洲也患有先天残疾和智力缺陷,被评定为一级伤残,丧失基本生活能力。于是,伍英健和母亲熊龙云便成为了伯母的监护人。最初的分工,由父母为主看护堂兄,英健夫妇则需要来回奔波于医院、单位,主要肩负伯母的照护。后来,父母年事太高,照顾堂兄的责任也逐渐转到英健夫妻俩的身上。

邻居熊龙月介绍,2020年9月,谢小云在公路上摔得头破血流,伍英健接到电话第一时间赶去,看到一头银发满脸鲜血的伯母,伍英健心如针扎,忙背起老人找医生缝合伤口,之后老人又因为并发症住院治疗13天,伍英健在单位、医院来回跑,与妻子夜以继日地在病榻前轮换守护,侍候茶饭、端屎倒尿、洗澡穿衣,照顾得尽心尽力。直到去年,二伯母因病去世,伍英健几乎包揽下照顾瘫痪堂兄的全部事宜。

“他家二伯离世十多年了,像他们家这么尽心、孝顺的,真的不多见!”熊龙月发自内心的称赞伍英健夫妇,并一一列举自己这些年的所见所闻:冬天,伍英健夫妇送衣物、棉被、烤火的木炭;夏天,督促伯母勤换衣物;平日里,送小吃、送水果,三天两头送生活用品,为瘫痪的堂兄换衣洗澡、洗脸洗脚、理发剪指甲;逢年

过节会提前买好礼物,带上孩子去陪着庆生、团年……堂兄伍海洲有语言障碍,对其他人从不说话,但每次见到伍英健全家,尽管吐字不清,也会兴奋地喊:“小伯父……小伯母……你是英健……她是秀梅……这是航宝儿(伍英健儿子乳名)……”

## 三代传家风“积善行德”

优秀的品质源自家庭的潜移默化。

伍英健的父亲伍志锋退休前是一名扎根乡村四十载的教师,也是一名有着数十年党龄的老党员。2008年,伍志锋在扑救家乡的一场火中,因火情危急,失足跌落山坡,造成腰椎骨折,被评为市级见义勇为先进个人。

“父亲经常说,我们家的家风第一条,就是要积善行德。”伍英健说,父亲一直教导他,乡亲百客、邻里之间遇有困难,只要知道了,都要伸友爱之手。

父亲勇于担当、刻苦工作、乐于助人的品德,伍英健时刻铭记在心。无论是在部队,还是转业回地方,他都严格要求自己,事事敢为人先、踏实工作、关心同事,得到了身边战友、同事的一致好评,先后多次获评优秀士官、工作先进个人,并记三等功。

“伍队是我们学习的榜样!”同在永定区城管局工作的吕松介绍,伍英健平时非常关心队员的成长、进步和生活,每有队员家庭遇到困难,他总会积极提供帮助。去年辖区里一村镇发生火灾,他克服自身困难,带领队员奔赴一线参与

救援工作,非常出色地完成了灭火任务,“平时的工作中他也是任劳任怨、认真负责,做到严格与人性化相结合,因此他带的队伍上下一条心,很有凝聚力和战斗力”。

“母慈、子孝、妻贤、父严,邻里相处其乐融融,是他们一家的真实写照,他家被评为‘最美家庭’实至名归!”杨育是伍英健的老同学,也是生活中的至交好友。他分享,从上学那会儿,伍英健就非常细心,乐于关爱他人,经常把从家里带的菜分给其他同学,还会送低年级的同学回家,帮邻居挑水、砍柴更是常事,“所以,从小评他‘三好学生’我们都心服口服,后来他参军、成家、工作,这一路走来,我们都能在他身上能感受到满满的正能量”。

有一次,杨育回老家正好遇见伍英健正在给堂兄洗澡。事后,他问伍英健为什么不把堂兄送到敬老院去,“他说堂兄是重度残疾,如果没有合适、专业的护理机构,他宁愿照护堂兄一辈子!”

伍英健敬老爱亲的传统美德也在潜移默化中影响着九岁的儿子。每到双休日,儿子就会主动提出:“走,回家看爷爷奶奶、二奶奶和二伯伯去!”他还常说:“爸,我长大后不仅要好好孝敬您和妈,还要替您照顾他们。”

谈及被评为“最美家庭”,伍英健有些不好意思,直说自己只是在做平常的事,“我希望大家都过得好,因为大家都幸福了,才是真正的幸福”。