

## 两名女大学生为创业做铺垫

# 她们给200多老人洗过澡

你给爷爷奶奶洗过澡么? 两名80后女大学生,今年义务为200多名老人洗了澡!“参加过多场招聘会,发现我们的专业‘太冷门’,就想到了自主创业!”这两名女大学生说,给老人洗澡,是走进老人生活、了解老人内心世界的一条捷径,这么做是为创业做铺垫。

### 社工专业“遇冷” 女大学生决心自主创业

披肩秀发,没有烫染;温和的脸庞,没有化妆……女大学生陆云很纯朴。从小在蜜罐里泡大的她,一点也不娇气。记者见到她时,她正跨上一辆锈迹斑斑的自行车,风风火火要给一位独居老人送饭。原来,今年初她和同学金孝伟自主创业,开办了瑞阳老年之家,为老人做饭送餐是其中一项服务。

陆云和金孝伟都是南京人口管理干部学院社工专业系大四学生,为何没毕业就创业了,而且选择的是很多年轻人不感兴趣的老年事业?陆云笑答:“是受刺激了。”

陆云介绍,今年初,她和另外3名大学“死党”一起参加了几场招聘会,发现社工专业很冷门,“上千家用人单位没有一家招聘社会工作者”,不少用人单位还会反问“什么叫社会工作”。

“社会工作,是针对个人及家庭提供咨询、帮助的服务,或者是社会福利方面的服务专业,在一些发达国家很受捧。但是,这个看似通俗常见的词语,离我

们大家还很遥远。”陆云说,这几次招聘会的经历让她和另外3名女大学生萌生了自主创业共识。由于社会实践与老年人打交道多,4名女大学生把创业目标放在了老年事业上。

### 走进老年人生活 从为老人洗澡开始

“中国老龄科学研究中心调查发现,无论在城市还是农村,老年人在吃饭、穿衣、上厕所、上下床、洗澡、在室内走动这6项日常生活自理能力中,受损最严重的就是洗澡。”陆云认为,陪护老人洗澡,是走进老人生活,了解老人心里诉求的一条捷径!刚巧,今年1月份鼓楼区推出了陪护经济不宽裕、孤寡独居老人“冬季洗澡”项目。4名女大学生一起报名做起“义工”。

这份工作不轻松,为了确保老人安全,带老人进浴室前,她们首先要给老人测量血压!在给老人洗澡过程中,手重了,老人承受不住;手轻了,老人洗不舒服,也洗不干净,这需要很大耐心。

在给老人洗澡的过程中,陆云还遇到过一些特别案例。有一位8旬老奶奶近一年没洗澡,给老奶奶



陆云、金孝伟正在包饺子 快报记者 施向辉 摄

脱衣服时,她差点被老人身上的臭味熏吐出来。还有一些老人有“怪癖”,有一位老奶奶一次就让她帮忙洗了6遍,还多次要陆云看其身上的疤痕,以博同情。

“有一位同学中途转行,去上海做居家养老事业去了,还有一位同学中途放弃,忙考公务员去了。”陆云笑着告诉记者,现在只剩她和金孝伟在坚持。两个20刚出头的女大学生,这几个月已经为200多名老人洗过澡了。

### 很多人不理解 她们要坚守

“你干吗给她洗澡,她的子女呢?”在浴室陪老人洗澡的过程中,不少人对她们的行为好奇、不解。很多人还善意地提醒她们:“这不是开玩笑的事,万一

老人摔倒可不得了,这是要担很大责任的。”

“从不少人的语气中,我还感觉到他们觉得我们这群大学生是在‘不务正业’。”陆云说,不管别人怎么说,她都要坚守。

陆云家境颇优,开明的父亲很支持她创业,父女俩还有一个“君子协定”,父亲给她两年时间创业,并予以金钱支持。两年之后,如果陆云的事业没有进展,就要服从父亲安排,找份其他工作。金孝伟也这么说服了父母。两名女大学生对养老事业,充满信心。

陆云说,在为老人送饭时,在给老人洗澡的过程中,不仅实实在在地帮到了老人,而且也走进了老人的生活,了解到老人的内心世界,这些都是为公司将来的运作做铺垫。快报记者 钟晓敏

### 吃降糖药减肥? 当心要透析救命

快报讯(通讯员 吴青 记者 刘峻)“吃降糖药真的可以减肥!”王小姐非常高兴地将这个减肥秘笈通过QQ告诉办公室的好友,让好友吃惊的是,王小姐身材确实苗条了,而且看起来没有什么副作用。江苏省中西医结合医院药剂科主任居明乔告诉记者,还真没有听说过可以减肥,如果吃多了,可能要透析。

王小姐告诉记者,这个方法也是网上学的,吃降糖药二甲双胍片就可以了。记者打开一家著名网站,随便搜索一下,发现不少网友对这个方法很感兴趣,“二甲双胍有降脂和减重作用”,不少网友都很“迷恋”这个药品的效用。南京一家药店负责人告诉记者,看到不少年轻的小姑娘来买这个药。网上甚至有人说,二甲双胍的优点不仅是价格便宜,而且比减肥药更安全,就连医生自己也用它来减肥或保持体重。

居明乔告诉记者,他还从来没有听说过这个减肥方法。从说明书上看,二甲双胍是临床上常用的口服降血糖药,主要用于II型糖尿病患者,适用于通过饮食控制及运动治疗血糖仍然较高的人群,同时适用于肥胖型糖尿病患者,不仅能控制血糖,确实还可以有减轻少许体重,但是如果滥用则是不可取。首先,二甲双胍的药理作用是减少肝糖输出,增加糖元合成,但降低体重的效果并不是那么明显,所以不能将其视为减肥药。其次,虽然二甲双胍的不良不良反应发生率很低,但双胍类药物最严重的不良反应是乳酸酸中毒。轻度乳酸酸中毒者会出现乏力、恶心、食欲降低等症状,重度者会发生意识障碍、四肢反射减弱,出现休克而危及生命的严重后果。最严重的患者,可能要通过透析挽救生命。

## 胎宝宝动一动 准妈妈们“枉凝眉”

### 近期孕妇心理疾病多爆发,千万马虎不得

再过几个月,张先生就要当爸爸了,可他的心情却不那么轻松。每天早晨起床,妻子的枕头上满是掉落的长发。“最让我担心的是,这些头发居然全是妻子自己揪下来的。”张先生紧皱眉头,心情很沉重。原来,妻子是患上了产前抑郁症。

记者了解到,春季是躁郁症、抑郁症高发季节,近期出现躁郁症、抑郁症和心理问题的特殊人群——“孕妇”急剧增多,南京市妇幼保健院甚至增开了针对孕产妇心理疾病的孕妇心理门诊。

张先生说,最近他起床,就会发现枕头边满是揪下的长发,起先以为是妻子脱发,但一连数天都如此,“应该不是脱发,问了她也不说。”老婆已经怀孕几个月了,张先生

心理特别紧张,细细观察了几天,“情况比我想的要严重,每天晚上大家睡着了,因为失眠她会哭,并会抓自己头发,早晨床上满是她揪下的头发。”张先生说,“我们担心胎儿,更担心她的精神状态。”

张先生将妻子带到了医院,和医生没说上几句话,她就开始掉眼泪。“我很担心,万一生出来的宝宝不健康怎么办?”“有了宝宝之后,我想给他最好的条件,可现在在家里收入非常低。”这位准妈妈一直哭哭啼啼,说话也十分悲观。原来,这位准妈妈曾有抑郁病史,怀孕后来自其家庭的各种生活压力及负性生活事件在短期内无法缓解,怀孕后这些事情更像一个导火索,将这些长期压抑的情绪串联式点燃爆发。

心理门诊的李红啸医师告诉记者,现在女性怀孕既是一种幸福,也是一种焦虑和担忧,她们要承担比常人更大的心理压力。因此,产前抑郁也越来越多。有的孕妇在孕期期间发现有一项检测指标不好,不告诉家人和朋友,反而采取逃避态度,到多家医院多个医生那里反复询问反复检查,一个B超或抽血反复做上七八次。孕期心理压力增大,产后心理问题同样不少,50%~70%的产妇会出现反应性的抑郁。

李医师提醒,及早预防和及时治疗孕期心理疾病对母子身心健康十分重要,孕妇自己觉得心理出现波动或家人发现孕妇行为举止出现异常,都应该及时去医院就诊。

通讯员 孔晓明  
快报记者 谢静娴

### 宇内装饰 全市特低价

市装饰协会会员单位  
08年度装饰诚信品牌家装企业  
09年度装饰优质样板房企业  
09年度装饰直通车推荐企业

工艺门	180元/樘	挂衣柜	260元/m <sup>2</sup>
门套	45元/m	电视柜	320元/m
窗套	40元/m	鞋柜	320元/m
地砖铺设人工辅材费	30元/m <sup>2</sup>	电脑桌	320元/m
防火板吊柜	220元/m	吊柜	260元/m
防火板地柜	280元/m	书柜	320元/m <sup>2</sup>
大理石台面	140元/m	环保聚酯漆	37元/m <sup>2</sup>
石膏板吊顶	55元/m <sup>2</sup>	多乐士乳胶漆(家私漆)	11元/m <sup>2</sup>
塑料扣板吊顶	50元/m <sup>2</sup>	电路改造	18元/m
		水路改造	35元/m

以上木制品均为红胡桃面板,如采用其它材料上下浮动5%~15%  
地址:丹凤街虹飞电信大厦后4幢2808室(鼓楼金润发超市斜对面) 电话:83192726

### 恒安装饰

资质企业 / 市装饰协会会员  
口碑经营 假日不休 ★ 实惠家装 ★

特推	面积	半包价	全包价
二室一厅	60m <sup>2</sup>	1.38万元	1.96万元
三室二厅	120m <sup>2</sup>	2.65万元	3.98万元

凭此广告  
1、交500元定金充1000元工程款  
2、新房赠电热水器(价值1000元)  
3、二手房赠防盗门一扇

地板铺贴	30元/m <sup>2</sup>	门套	55-75元/m	环保聚酯漆	38-45元/m <sup>2</sup>
厨房吊柜	280元/m	窗套	45-55元/m	PPR水管	38-45元/m
厨房地柜	380元/m	艺术造型顶	75-95元/m <sup>2</sup>	弱电改造	18元/m
吊顶石膏	350-450元/m <sup>2</sup>	扣板吊顶(整间)	75元/m <sup>2</sup>	弱电改造	100元/位
电视背景墙	380-480元/m	大理石台面	140-240-380元/m	以上报价含人工费	
实木工艺门	230-280元/樘	乳胶漆	12-18-23元/m <sup>2</sup>		

地址:中山南路219号先辉商务楼717室 电话:68678263、84573656

### 融冠装饰

3.15诚信大优惠(先装修后付款) 工程款分期付,材料款分期付

1、门套: 60元/米(含油漆)	8、窗套: 140元/米
2、窗套: 50元/米(含油漆)	9、木柜衣柜柜: 300元/平方
3、工艺门: 360元/樘(含油漆五金)	10、木柜衣柜柜: 270元/平方
4、塑钢门套: 70元/平方	11、水管: 35元/米(含管件)
5、石膏线: 5元/米	12、电路: 18元/米(含线管)
6、吊顶(扣板): 300元/米	13、乳胶漆: 13元/平方(含腻子腻子粉)
7、吊顶(防火板): 240元/米	14、石膏吊顶: 60元/平方

地址:鼓楼区石头城路99号水木秦淮D2-9区(志林大酒店) 热线:68137779 15850557478

### 维登装饰

★ 求真务实 ★ 做事先做人 ★ 南京人自己的品牌

专修: 别墅、复式、商业空间、二手房出租房翻新

特推	实用型	小康型
二室一厅60m <sup>2</sup>	1.18万	1.38万
三室一厅80m <sup>2</sup>	1.58万	1.88万

电话: 83352567 13814507386 QQ: 31703876  
地址: 湖南路255号505室(湖南路商场正对面)

### 祖茂装饰

老房、二手房装修专家

- 报价详细透明 材料人工分开预算
- 用材环保 规范施工 价格实惠
- 全程监理 层层把关 终身维护

免费量房/设计/报价  
二手房拆旧全免,新房签订9.2折

特别推荐
二室一厅半包价 10800元
三室一厅半包价 16800元

承接家装、酒店、门面房、办公楼等  
地址:中山南路369号盈嘉大厦2002室  
电话:58074487 13584054399

### 言诺装饰

现代家居 推荐单位 签合同守信单位 诚信企业 凭此广告签约8.8折优惠! 先装修后付款

特推半包	两室一厅11800元	三室一厅18800元
	两室二厅15800元	三室二厅21800元

地址:集庆门大街2-3号商务中心204室(家乐福旁) 电话:86406822 13182869923

### 久光装饰

郑重承诺: 环保不达标 全额退款

- 施工: 不转包、参照最新标准、分项验收
- 价格: 透明报价、预算=决算
- 服务: 全程专业监理、质保五年、定期回访

免费专车接送看房
近期签约, 拆除费全免
二室一厅 86m <sup>2</sup> 小康型 16800元
三室一厅 110m <sup>2</sup> 小康型 19800元

■ 木工板: 圆林、绿野 ■ 饰面板: 兔宝宝、莫干山(E1级) ■ 集成板: 莫干山  
■ 油漆: 华润 ■ 乳胶漆: 立邦、多乐士 ■ 电线: 远东 ■ 线管: 中财 ■ 水管: 金牛  
地址: 新街口洪武路户部街口农业银行2楼 电话: 84535618 桥北: 58581678  
地址: 湖南路14号特创写字楼 电话: 83611722 迈皋桥: 85087122