

患阿尔茨海默病的丈夫成为她的“专属观众”，排练、表演都形影不离

七旬老妇用爱与舞步对抗老伴“遗忘”

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边



扫码看视频

12月18日，长沙，贺龙体育馆附近的广场上，74岁的吴锡辉身穿舞蹈演出服，随着音乐节拍迈出优雅的舞步，银发在阳光下闪着自信的光。舞台一侧，74岁的丈夫林禾生静静地坐着，目光有些茫然，却始终追随着妻子的身影。

一曲舞毕，吴锡辉快步走到丈夫身边，轻轻拍了拍他的手背：“老头子，我跳得好吗？”这样的场景，在长沙金色年华艺术团的排练场已成为最温暖的日常。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋

执手四十五载，从青春相伴到暮年相守

“我们结婚45年了，他是井下工，我以前是做企业管理的，家里大小事都是我管，却甘之如饴。”回忆起年轻时的岁月，吴锡辉的语气里满是温情。老两口原本在株洲工作、生活，退休后跟随儿子来到长沙定居。

5年前，林禾生的记忆力开始衰退，“不与人打交道，不打牌不串门，慢慢就病了。”吴锡辉带着老伴求医，最终确诊患上了阿尔茨海默病。“医生说吃药效果有限，关键要多活动、多接触人。”吴锡辉曾将丈夫送进养老院，可在养老院待了一段时间后，丈夫竟认不出她了。“那种滋味太难受了，携手一辈子，怎么能忘了我呢？”吴锡辉把丈夫接回了家。

起初，她外出排练时还会短暂地把丈夫托付到养老院，可每次回来都发现丈夫状态更差了。“他会突然说要去上班，时常会找不到家门，甚至分不清垃圾桶和家具。”吴锡辉决定，无论去哪里都带着丈夫。“就算他看不懂，就算照顾他很辛苦，我也不能再让他一个人孤单。”这个决定，让她的艺术之路多了一个“特殊观众”。

不错过每一场排练与表演，陪伴让时光回甘

“吴奶奶善良又热情，拿过很多文艺奖项，我们都特别喜欢她。”提起吴锡辉，金色年华艺术团团长



吴锡辉无论去哪，都把患阿尔茨海默病的丈夫带在身边。 受访者 供图

夏秋萍满是敬佩。自从吴锡辉带着丈夫林禾生加入后，这个由爱好艺术的中老年朋友组成的小团体更添了温暖。

每次排练，团员们都会主动帮忙照看林禾生。“看着他们的感情如此深厚，心里挺感动的。”夏秋萍说。

如今，林禾生虽然依旧记不住当下的事，却渐渐适应了这样的生活。“一开始坐不住，现在我走到哪里他跟到哪里，不乱跑。”吴锡辉笑着说，带丈夫排练时，她在台上跳，丈夫在台下咧着嘴笑，“能感受到热闹，能陪着我，这就够了”。

每周一次的排练、四处奔走的演出，吴锡辉总是带着自己的“专属观众”。她穿着漂亮的演出服走秀、跳舞，丈夫就坐在台下静静看着，偶尔发出赞叹。“他身体比以前好了，能吃能睡，虽然还是会犯糊涂，但眼神亮了不少。”吴锡辉的语气里满是欣慰，“我喜欢跳舞、走秀，坚持了六七年，现在这份爱好不仅是我的精神寄托，还成了他的‘治病良方’。”

吴锡辉告诉记者，艺术团的伙伴们就像家人一样，让她在照顾丈夫的疲惫中，总能感受到温暖与力量。团长夏秋萍的话道出了大家的心声：“艺术是为了开心快乐，吴奶奶用爱和坚持诠释了什么是相守，她的故事比任何表演都动人。”

暖宝宝连贴三夜，男子被“低温”深度烫伤

三湘都市报12月18日讯 长沙县45岁的张凯（化名）经历了一场因取暖不当引发的意外——为了缓解左膝关节的冬日疼痛，他连续三晚将暖宝宝直接贴在膝盖上入睡，不料竟烫出了巨大水疱，疼痛剧烈。

12月18日，长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院）皮肤科主任、副主任医师赵珊介绍，张凯属于深达皮下组织的Ⅲ度烫伤，罪魁祸首正是看似温和的“低温烫伤”。

“低温烫伤与瞬间高温灼伤截然不同，更具隐蔽性和深度破坏性。”赵珊提醒。

低温烫伤是指皮肤长时间（通常超过6小时）接触

44℃至50℃的温热物体（如暖宝宝、热水袋、电热毯、电暖炉等）所造成的渐进性深度损伤。

其最大隐患在于初期症状极其隐蔽：疼痛感不明显或无强烈痛感，仅表现为轻微红肿或麻木，极易被使用者忽略。然而，温和的热量会持续、缓慢地向深层组织渗透，如同“温水煮青蛙”，渐进性地灼伤深层皮肤、肌肉甚至神经，导致组织坏死。

这种深层损伤极易引发感染，治疗周期长，恢复缓慢，且留下瘢痕等后遗症的风险极高。张凯的遭遇正是典型案例，其烫伤处坏死组织需要医生在严格无菌操作下仔细清创，后续还需依赖定期换药和口服、外用抗生素来控制感染、促进愈合。

■文/视频 全媒体记者 高煜棋 通讯员 乔木 张力 秦璐

站上残特奥会领奖台 无臂女孩踢出精彩人生



扫码看视频

前不久结束的全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会（简称“残特奥会”）上，湖南姑娘宁夏夺得跆拳道项目女子K41级别65公斤级银牌。

幼年意外失去双臂，倔强的她凭着汗水与不屈，用双腿踢出精彩人生。“虽与金牌失之交臂，但只要不放弃，总会达到更高的目标。”12月18日，宁夏讲述了自己的故事。

失去双臂，她用脚写字敲开大学门

今年25岁的宁夏，家住衡阳市祁东县官家嘴镇青联社区，父母都是湖南省清水塘铅锌矿职工。

宁夏2岁时，跟着小伙伴一起玩耍，误入配电房，小手触碰到高压电，从此失去了双臂。

成长路上，小小的她逐渐发现，因为没了双臂很多事都干不了，不能自己穿衣服，不能写字、拿东西，无法像其他小伙伴一样正常上学。

“我要上学，只有上学才能长本事。没有手，我还有脚，妈妈以前讲过，也有像我一样没了胳膊的哥哥姐姐学会了用脚写字、干活，我也行。”好强的宁夏开始练习双脚的灵活度，脚趾磨破了也忍着，脚肿得碗口粗也不抱怨，自始至终没掉过一滴泪。

妈妈看着心疼，劝她不要勉强。宁夏笑着表示：“妈妈，不能让你照顾我一辈子。等你老了，我得照顾你。”

凭着一股蛮劲，宁夏愣是将脚趾练得像手指一样灵活自如。走进课堂，自信的笑容重新浮现在她脸上。学习的机会来之不易，宁夏倍加珍惜，她的成绩在班上一直名列前茅。2019年，她成功考入长沙民政职业技术学院。

“魔鬼训练”，如愿站上领奖台

2025年，听说残特奥会跆拳道项目要选拔人员参赛，宁夏毅然选择了报名。

“我不能一直依靠你们照顾生活，我得走我自己的路。”面对父母的担忧，宁夏笑着安慰，语气很坚定。

跟着教练走进训练基地，宁夏开启了“魔鬼训练”。没有双臂，身体平衡性差，很难跟上训练进度，宁夏咬牙坚持着，摔倒了爬起来，再摔倒再爬起。短短几个月的训练，宁夏实现了从小白到跆拳道运动员的蜕变，顺利通过选拔赛，成为全国残特奥会湖南省体育代表队的一员。

临赛一个月前，摔伤导致她腰椎骨折，医生强烈建议休养一个月。“不行，我得出赛，这是一次难得的机会。”开赛前一周，宁夏毅然走进训练场，咬牙坚持最后阶段的训练。

经过一周时间的调整，宁夏如愿参赛，并在跆拳道项目女子K41级别65公斤级夺得一枚银牌，登上领奖台。“如果不是意外受伤，我想我可以拿到金牌。”宁夏希望未来自己能创造更多的人生奇迹。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 杨昱

通讯员 刘勇



暖宝宝连贴三夜，男子被“低温”深度烫伤

三湘都市报12月18日讯 长沙县45岁的张凯（化名）经历了一场因取暖不当引发的意外——为了缓解左膝关节的冬日疼痛，他连续三晚将暖宝宝直接贴在膝盖上入睡，不料竟烫出了巨大水疱，疼痛剧烈。

12月18日，长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院）皮肤科主任、副主任医师赵珊介绍，张凯属于深达皮下组织的Ⅲ度烫伤，罪魁祸首正是看似温和的“低温烫伤”。

“低温烫伤与瞬间高温灼伤截然不同，更具隐蔽性和深度破坏性。”赵珊提醒。

低温烫伤是指皮肤长时间（通常超过6小时）接触