



从“城市骑士”到大学生

近日,一纸西南科技大学的录取通知书,送到了浙江桐乡外卖骑手胡家龙手中。这位曾三度逆行冲入火场、救下 10 多名群众的“城市骑士”,终于圆了埋藏多年的大学梦。

少年辍学,百万巨债压顶
1992 年出生的胡家龙,年少时因信息闭塞早早步入社会,做过食堂帮工、当过灶台厨师、摆过地摊,后来,在朋友介绍下来到了桐乡。2018 年,一场来自“挚友”的背叛让他背负上百万元债务,人生跌入谷底。但他没有放弃自己,而是选择将电动车作为破局的“战马”。“最多的一天跑了 156 单,平均每天都在百单以上。”胡家龙说。
在桐乡的大街小巷,胡家龙是出了名的“铁人”:台风天里逆风送餐,酷暑日爬楼不停,月月冲上“跑单王”,他用一单一单的累积,硬生生将百万巨债逐步清零。如今,他已成为管理 30 余名小哥的“驻送计划队长”,从冲锋陷阵的“跑单王”,转型为运筹帷幄的“后勤大管家”。当然,更多人认识胡家龙,还是因为他一次次见义勇为的壮举。
“做好事的时候,感觉额头上是有光的”
2025 年 8 月初,送餐途中

胡家龙瞥见一家饭店后厨冒出浓烟,顾不上手里积压的午高峰订单,抄起灭火器就冲了上去。
2026 年 7 月 16 日中午,胡家龙正跑着单,远远瞧见一名老太太瘫坐在路边,他立刻停下车询问。得知老太太不小心摔倒腿部受伤,他一边拨打 120,一边帮她联系家人,守在原地直到救护车来,才悄悄转身离去。
桐乡网约配送行业党委成立后,落地了“急救新星”项目,专为骑手转型“移动救护员”铺路。胡家龙又成了 40 名志愿者之一,他自掏腰包在外卖箱里添置了灭火器、消防面罩、救援绳、救生衣等。
这些年,胡家龙 3 次冲进火场,救助过 11 名事故受伤车主,帮走失女孩找到家人,还多次参与无偿献血,加入了桐乡市红十字会桐安应急救援队。跑单之余,又带动 80 多名小哥组建起志愿消防队。面对“城市骑士社区侠”“桐乡好人”

“浙江省最美外卖骑手”等荣誉,他摆摆手笑道:“做好事的时候,感觉额头上是有光的。”
日子在胡家龙的勤恳中越过越好,但他心里始终揣着一块沉甸甸的缺口——那是年少时仓促合上的课本,是未曾踏进过大学校门的遗憾。这笔亏欠,在女儿上学后愈发清晰。家长会上,别的家长聊起辅导心得滔滔不绝,他坐在角落里,把那份酸涩咽进了肚子里。
不只是为自己翻身,更想着把温暖传递出去
胡家龙越发意识到学习的重要性,在工作之余,他自学了管理学知识,主动参加消防培训和急救培训,顺利考取了红十字救护员证等,尽自己所能充实自己。
今年 3 月,胡家龙无意间得知了阿里巴巴的“城市骑士·橙意计划”旗下的“骑士关爱项目”,项目可以帮助骑士免费走进大学校园,完成“高起专”“专升本”的学习和考



试。他几乎没有犹豫,立马报了名。两千多人竞争,他成了最终人选的一百二十分之一。
最终,一纸西南科技大学的录取通知书,送到了浙江桐乡外卖骑手胡家龙手中。
“我报考了数字媒体艺术专业。”谈起为什么选择这个专业,胡家龙笑了笑,“每天在路上奔波,我见过太多突发瞬间。我想学会记录,拍下那些正能量、能打动人心的画面,把温暖传出去。”
说这话时,胡家龙的眼睛里闪着动人的亮光。对他来说,这张录取通知书的分量,早已超出了“入学凭证”本身——它是一个平凡人对命运最硬气的回答,也是这个世界对千千万万个如他一般辗转在城市街巷、默默扛起生活重担的普通人,最温柔的回响。
(综合《工人日报》、桐乡市人民政府网)

从“技能少年”到世界冠军



一股冲动:“别人能做到,我也想试试,我也想站上那样的大舞台。”他果断报名了特训班。
首次选拔考核,数学基础薄弱的他排名靠后,险些被淘汰。靠着突出的实操能力惊险过关后,孙伟龙更加刻苦自律。
拿到入场券
孙伟龙以梯队选手身份,一边为备赛学长做好后勤保障,一边潜心打磨基本功。同期参训的 50 名伙伴,先后入职企业、自主创业,坚守到最后的仅剩他和另外一个人。“我只想沉下心来练好本领,靠技能实现人生价值。”孙伟龙说。
2023 年 6 月,孙伟龙代表家乡潍坊出战省级技能大赛,拿下管道与制暖项目金牌。
2023 年 9 月,他肩负众望征战全国职业技能大赛。他在实训基地一住就是 6 个月,几乎足不出楼,生活只剩训练、吃饭、睡觉。缺乏大赛经验加上临场紧张,比赛中他突发小腿抽筋,最终遗憾摘银。
攥着银牌,孙伟龙满心不甘:“这次没能冲金,说明我还

有不少短板,必须好好复盘总结。”随后国家队“五进一”选拔开启,这是进军世赛的关键关口,孙伟龙开启了没日没夜的备战。凭借扎实的训练和出色发挥,孙伟龙以巨大优势,获得代表国家参加第 47 届世界技能大赛管道与制暖项目的唯一一张世赛入场券。此前,该项目冠军长期被欧洲选手垄断。
“每道光,都来自一颗不肯认输的心”
为练出“毫厘不差”的手感,孙伟龙扎根在实训车间。清晨天微亮,车间已有金属切割的声响;深夜 11 点,实训楼里唯有他的训练室灯火依旧。夏季车间闷热如蒸笼,工装被汗水反复浸透,后背结满盐渍;冬日金属管件刺骨冰凉,手指冻得红肿开裂,贴上创可贴继续操练,伤口磨破就简单处理,从头再来。
为优化一个切割动作,他重复练习 1200 余次,直到形成肌肉记忆;为适应超长赛程,刻意挑战连续 18 小时高强度专注作业;为攻克管路密封难

题,对着图纸反复推演。
实操之外,全英文赛事手册和技术规范又是一道难关。英语基础薄弱的他,每天高强度训练结束后,坚持挤出时间背诵专业词汇、钻研英文规范。
2024 年 9 月,第 47 届世界技能大赛在法国里昂拉开帷幕。孙伟龙全程沉稳从容、操作流畅。最终,他以绝对优势夺得金牌,实现我国在管道与制暖项目世赛金牌零的突破。
得益于山东省高层次急需紧缺人才引进优惠政策,孙伟龙选择留校任教。2026 年除夕夜,孙伟龙亮相央视春晚,在微音乐剧《每道光》中与全国的技能精英同台,唱响平凡奋斗者的时代之歌。“每道光,都来自一颗不肯认输的心。”
“我格外感恩身处这个伟大时代。”孙伟龙感慨,国家持续弘扬工匠精神,让劳动者受尊重、技能者有舞台、创造者有荣光,为青年技能人才搭建了逐梦圆梦的广阔平台。
(摘自《中国青年报》)

医工协同,3D 打印量身造“新骨”

54 岁的刘女士 7 个月前摔伤,造成左腿胫骨平台、髁骨骨折,接受骨折内固定术后伤口继发感染,胫骨外侧平台连带关节面形成一枚鸡蛋大小的骨缺损。骨骼支撑结构如同塌陷地基,膝关节负重疼痛、屈伸活动严重受限,多方求医后,她前往西安市红十字会医院就诊。
医生接诊后研判,胫骨平台缺损累及关节面,治疗既要修补缺损骨质,还要恢复关节承重、活动功能。传统标准化金属垫块治疗存在多重短板:假体材质弹性与人体骨骼差异大,术后并发症易多发、使用年限有限;缺损形态因人而

异,统一规格假体无法紧密贴合骨骼,远期假体松动风险高。更关键的是传统方案需多次手术,反复清创、植骨、置换,患者创伤大、治疗周期漫长,经济与身心双重负担沉重。
为破解临床难题,医院中西医结合骨病诊疗中心郭征教授团队、骨科首席专家张堃、马腾副主任医师团队联合攻坚,打破学科界限,构建全流程医工协同诊疗模式:临床医师梳理痛点提出诊疗需求,工程技术人员依托数字化技术定制解决方案,多方反复研讨确定个性化手术方案。
医院医务部牵头组建多

学科协作团队,整合严重多发创伤病区、关节病医院、麻醉部、医工科等力量,保障手术安全。
术前,医师联合 3D 打印工程师依托患者 CT 影像重建骨骼三维模型,按 1:1 比例打印实体骨骼样板,精准划定截骨范围、假体安放角度,设计仿生多孔结构胫骨外侧平台专属假体。多孔结构可诱导自体骨细胞向内生长,实现假体与原生骨骼紧密融合。
手术在吴刚主任医师统筹麻醉保障下开展。马腾、许毅博、李东阳医师借助 3D 打印定制截骨导板,精准清除残留

骨水泥,顺利植入个性化金属假体;关节病医院张育民学科带头人、马涛副主任医师团队接续完成膝关节外侧单髁置换。手术同步修复缺损骨骼、保留健康自体关节组织,术后患者膝关节疼痛显著缓解,活动功能大幅改善。
经教育部认证科技查新工作站权威检索证实,该联合术式为国内外首创,为同类复杂骨感染、大面积关节骨缺损病例提供了全新诊疗路径,也为多学科、医工交叉融合的骨科精准医疗树立了实践标杆。
(摘自《现代保健报》刘颖艳/文)

肺癌骨转移老人微创重获行走自由

70 岁肺癌骨转移患者李某,被天津医院骨与软组织肿瘤科刘艳成主任团队确诊为肺癌左侧肋骨转移,伴随骨质破坏、病理性骨折及左侧骶髂关节脱位。此外,老人还合并高血压、腰椎手术史、右小腿静脉血栓,长期靶向治疗导致血象偏低,身体耐受能力极差。
针对骨盆腔肿瘤转移合并病理性骨折,传统开放性手术需要开辟十余厘米大创口,创伤大、出血多、恢复慢、并发症多等诸多问题,为打破救治僵局,刘艳成主任团队果断启动多学科协作(MDT)诊疗模式,联动多个科室专家开展联合会诊,量身探寻安全高效的救治方案。
该院迅速集结骨与软组织肿瘤科、创伤骨盆病区、放射科、超声科、病理科、血管外科、

麻醉科多学科专家,开展全方位术前评估与方案研讨。结合患者高龄、体质虚弱、多发肿瘤转移的特殊情况,团队彻底摒弃创伤巨大的传统开放术式,为患者定制骨盆转移瘤经皮置钉+骨水泥灌注+微波热疗微创一体化综合方案。
据刘艳成主任介绍,该特色微创技术是高龄晚期骨转移患者的优选方案,适配体质差、无法耐受大手术的患者,综合优势显著。技术通过微波消融精准实现局部肿瘤灭活,从根源遏制肿瘤进展;骨水泥灌注兼具双重作用,既可以加固受损疏松骨质,又能辅助杀灭残留肿瘤细胞;配合经皮螺钉精准植入,高效重建骨盆力学稳定性。整体术式创伤小、出血少、并发症发生率低,可即刻稳

定骨盆结构、快速缓解顽固性癌痛,有效预防骨折加重,且不耽误患者后续全身抗肿瘤治疗,在局部病灶控制、肢体功能保留、改善晚期患者生存质量方面,拥有传统手术难以比拟的优势。
方案确定后,刘艳成主任团队与创伤骨盆病区刘兆杰主任团队紧密配合、协同手术,精准完成高难度微创操作,手术过程顺利。
精细化的微创治疗带来了快速康复的良好效果。术后老人髋部顽固性剧痛大幅缓解,未出现感染、出血等并发症。术后一周拆线复查时,曾经卧床不起的老人,已能自主缓慢挪步,仅残留轻微伤口痛感,彻底摆脱了折磨多日的骨折剧痛。
(摘自《中老年时报》)

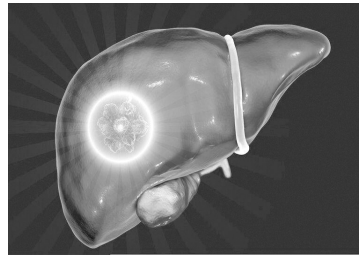
中医麻醉团队针尖阻击带状疱疹顽痛



是,皮疹结痂愈合后,真正的磨难才刚刚开始。剧烈的“带状疱疹后神经痛”接踵而至,让患者夜不能寐,坐立难安。
患者遂到医院求诊,手术麻醉科金梅生主任接诊后,结合患者高龄、基础病重、呼吸功能差、手术风险高等多重难点,率团队完成全面细致的病情评估,最终决定实施椎旁神经阻滞治疗(如图)。
大众熟知的麻醉医生,是手术台上的“无痛守护者”,而在无痛诊疗、慢性疼痛治疗领域,他们更是患者生命质量的“守门人”。
相较于传统药物镇痛,神经阻滞可精准将药物作用于受损神经根,直接阻断疼痛信号

传导,具备起效快、靶向性强、副作用小、镇痛效果确切的显著优势。但针对该患者的胸背部穿刺操作,稍有偏差便可能引发气胸等严重并发症,对操作精度和麻醉团队的综合把控能力是极大考验。
治疗过程中,金梅生全程专注、精准操作,依托丰富的临床经验,精准避开高危组织与血管,将穿刺针稳妥送达目标神经位置。
科室医护团队则全程严密监护患者生命体征,全方位筑牢安全防线。随着药物精准注入,困扰患者一个月有余的顽固性剧痛在数分钟内彻底缓解。
(摘自《西安晚报》王超、张黎娜/文)

抑郁给肝癌火上浇油



近日,中南大学湘雅二医院在《科学进展》期刊上刊发一项涉及近 50 万人的研究证实,长期抑郁会给肝癌“添柴加火”,甚至会通过特定的生物学机制加速肿瘤生长。
研究共纳入 3 个队列数据,评估了抑郁与常见癌症的关联。结果发现,无论在某一组人群中,抑郁都与肝癌风险升高密切相关。其中,在一项涉及近 3 万人的队列中,与无抑郁者相比,中重度抑郁人群罹患肝癌的风险升高近 5 倍;而在另一项涵盖 44 万余人的队列中,抑郁使肝癌风险增加近 40%。研究首次揭示了抑郁加速肝癌进展的机制:慢性压力会诱导体内产生一种名为“牛磺胆酸”的代谢物,它能保护肿瘤细胞不被“饿死”,进而促进肝癌生长。
研究者指出,临床上肝癌患者伴发抑郁十分常见,但过去并未被视作影响肿瘤进展的关键因素。未来,抑郁应当纳入肝癌的风险评估与疾病监测体系。
(摘自《生命时报》张健/文)