

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边

A06

三湘都市报·视听

2026年6月17日 星期三 编辑/苏军华
见习美编/谢德祺 校对/黄蓉

闺蜜双向救赎 重生相约山海

长沙两女孩结伴抗病三年
先后完成肾移植迎来新生



手术前，卢丹(图右)与王颖怡一起出游。受访者供图

双双“重生”，过命的闺蜜相约去看山川湖海

3年朝夕相伴，她们早已超越普通闺蜜的关系，成为彼此最坚实的依靠、最温暖的救赎。无数个疼痛难忍的日夜，她们彼此鼓励、双向奔赴，用细碎的温柔治愈对方的苦难。

2023年4月，卢丹迎来一场关键手术，命运却再次给了她重击，父亲同时期接受手术，家人分身乏术。无人陪伴的她，术后身体虚弱、内心委屈无助，她貌似轻松地给王颖怡发了条消息，“想喝杯咖啡缓解心绪。”很快，王颖怡便带着温热的咖啡匆匆赶来，温柔地托起她的脆弱与无助。真挚的友情消融了卢丹所有的委屈，也让她更加坚信，与王颖怡的相识是苦难赠予她最好的礼物。

顽强抗病，幸运终于眷顾这两位倔强的女孩。2026年3月22日，王颖怡苦等多年终于匹配到合适肾源，顺利完成肾移植手术。5月15日，卢丹也成功接受手术，迎来属于自己的新生。如今，这对闺蜜正在长沙安心休养，身体在日复一日的调理中慢慢恢复。

“以前我们约定，要做‘快乐病人’，以后我们要努力当好‘快乐女孩’！”重获新生，两个女孩表示要坚守最初的约定，乐观豁达地面对人生。

“我们约好了，要去看山川湖海，赏人间烟火，把曾经被病痛偷走的时光，一点点温柔弥补，以崭新的姿态拥抱鲜活热烈的余生。”卢丹笑着说。

“我们是相互救赎、过命的闺蜜！”6月16日，说起从病友变成闺蜜的王颖怡，完成肾移植手术仍在隔离康复中的卢丹笑着评价两人的友情。

27岁的卢丹与25岁的王颖怡，都是长沙人，3年前在透析室相识，同样饱受肾衰竭困扰，两个女孩抱团取暖、彼此支撑，在相互陪伴和鼓励中，扛过无数个与病痛抗争的难熬日夜。

短短不到两个月，两人先后顺利完成肾移植手术，双双迎来“重生”。如今，闺蜜俩正在长沙安心休养，处于术后关键恢复期。褪去常年透析的疲惫与煎熬，她们约定继续保持积极乐观，做热爱生活的“快乐女孩”。

■文/三湘都市报全媒体记者 田甜 视频/刘文

透析室外跷着二郎腿的女孩 改变了她的人生

今年27岁的卢丹，人生并不平坦。年仅14岁确诊罕见病，切除子宫，早早承受了同龄人无法想象的创伤与遗憾。本以为熬过人生低谷便能迎来曙光，23岁那年，肾衰竭的噩耗再次降临，无情击碎了她对生活的所有期待。

“无数次哭过，也绝望过。”2022年4月，卢丹开始了漫长的透析生涯，频繁的穿刺治疗、无尽的身体不适、对未知病情的惶恐，日复一日消磨着她的意志，“当时的我深陷绝望，终日郁郁寡欢，总觉得命运对我格外不公，灰暗与阴霾笼罩了我的整个青春”。

就在卢丹深陷病痛折磨、独自苦苦支撑时，2022年5月，她在长沙市第八医院透析室遇见了改变她人生的病友王颖怡。哪怕青春被病痛与治疗占据，眼前的女孩依旧乐观通透，等待透析的间隙，悠闲地坐在椅子上哼歌，眉眼松弛、心态坦然。

“我当时在透析室看见她时，她哼着歌，跷着二郎腿，一副轻松惬意的表情。”卢丹感觉心底的烦闷被狠狠撞击了一下，同样饱受病痛折磨，已经透析一年多的王颖怡，身上却有着与其他病友截然不同的气质，“散发着蓬勃的生命力”。

冰冷的病房里 她们为彼此点亮一束温暖的光

王颖怡面对病痛依旧向阳的乐观模样，温暖了濒临崩溃的卢丹。她主动上前搭话，两个同命相怜的女孩很快成为无话不说的好友。随后的日子里，她们相约一同透析、结伴谈心，在冰冷的病房里，为彼此点亮一束温暖的光。

为了方便长期治疗，卢丹住进了医院附近一间狭小的出租屋，每次做了好吃的，第一时间就会邀请王颖怡一同分享。一餐餐美食、一次次陪伴，两人的情谊愈发深厚。为了更好地照料彼此、相互打气，她们索性合租同住。漫漫抗病路上，她们一起打工兼职补贴生活，在身体允许的前提下努力谋生；病痛发作时，她们互相搀扶、悉心照料，消解独处的孤独与无助。

在王颖怡温柔且坚定的乐观感染下，卢丹慢慢走出心理阴霾，不再沉溺于悲观绝望，学会坦然接纳病痛，勇敢与生活对抗。

班主任包47个福袋粽 为学生中考加油打气

6月15日，湖南师大附中语树人学校2310班的课堂上满是欢声笑语。中考即将到来，端午的粽叶清香飘满教室，班主任周俏把47份亲手筹备的福袋粽一一送到学生手上。甜蜜糖果、祝福纸条、专属毕业登机牌轮番亮相，孩子们紧绷的情绪，融化在温柔又热闹的端午惊喜里。

连夜赶制福袋粽，藏着两层心意

“上周五到周末我都在忙活这件事，周日晚上包粽子忙到凌晨。”6月16日，周俏笑着向记者介绍礼物的筹备过程。购买浸泡新鲜粽叶、采购糖果信封，全家上阵帮忙分装，她把周末时间都用来为相伴3年的毕业班学生打造专属惊喜。

每一只福袋都藏着两层心意：青翠粽叶裹住糖果、祝福语，取“一举高中”的吉祥寓意；红色纸条写满祝福，“语文选择题满分”“数学压轴题全对”句句戳中学生期待。周俏还别出心裁地准备了专属登机牌，始发站印着母校校名，目的地写着“前程似锦”，背面是全班三年合照。

周俏表示，这份融合端午民俗与中考祝福的礼物，没有沉重的说教，只用鲜活热闹的小美好，给孩子们注入奔赴考场的底气。

日常仪式感不断，暖心陪伴迎接中考

毕业班47名学生，周俏陪伴了3年。在她的班级里，解压小惊喜从来不是特例，自从百日冲刺开启，每周都有轻松有趣的小活动调剂枯燥备考生活。

课堂沉闷时，她备好奶茶零食玩套圈游戏；学生们备考疲惫时，她联合家长举办美食品鉴会；今年恰逢端午撞上中考，她打造福袋粽，让传统节日氛围为孩子们考前温柔缓冲。

“教育是一朵云吹动另一朵云，是点燃而不是压制。”周俏直白道出自己的育人想法，学生整日埋首习题，比起说教式的鼓励，周俏更愿意用细碎的仪式感消解孩子们的焦虑。“我希望他们笑着走进考场，从容答完试卷，开开心心走出教室。中考只是人生一小关，前路还有漫天星辰等着他们。”周俏说。

采访结束前，周俏也为所有中考考生送上祝福：愿所有少年青春无憾，放平心态奔赴考场，顶峰相见，一举高“粽”！

■三湘都市报全媒体记者 高煜棋 通讯员 胡慧婷



周俏为全班同学亲手准备福袋粽。受访者供图