

一人身兼旅游规划师、生态讲解员、演出策划师——

会服务懂经营，民宿管家是个多面手

本报记者 王欣悦

因新职业新故事

“欢迎来到清欢渡，一路上辛苦了，我是你们的民宿管家孙姐……”见到重庆市北碚区澄江镇缙云山村石华寺组清欢渡民宿管家孙德红时，她正身穿棉麻材质旗袍、头梳单侧麻花辫，站在一簇绣球花旁，盈盈地在门口迎接到来的客人。

“这个时候天气热，上山度假的人多，堵车不？”孙德红一边和游客沟通，一边接过行李，“明天有什么想玩的地方都可以告诉我，我来帮你们设计旅游计划。”

当天入住的游客是一家三口，趁着暑假，父母带着孩子来山上乘凉。“他们20天前就预订我的民宿。”孙德红说，“7、8月的时候民宿生意最好，客人需要提前20多天才能预订上，淡季也需要提前一周才能预订到。”

将客人送到房间后，孙德红赶紧回到前台打开电脑。“我几乎每隔2小时就要看看各个民宿预订平台的咨询和订单情况。如果订单不多，就得及时更换标题、图片、视频来提升浏览量。”

作为民宿管家，孙德红擅长烹饪、插花、茶艺、烘焙、园艺、扎染、互联网营销等技能。而在2018年前，孙德红还是一家农家乐老板，“只会打扫卫生和做饭，要天天到缙云山景区门口招揽客人才有人来。”

改变开始于2018年9月，为响应缙云山“缙云乡趣”农村风貌提升工程的号召，在政府免息贷款等优惠政策支持下，孙德红先后投入400万元，请来专业团队将30间客房改造成13间民宿。

硬件有了，还得提升内核。澄江镇以“缙云乡趣”为契机，衔接北碚区文化旅游委、区总工会等单位，围绕民宿设计、文化挖掘、品牌建设、宣传推广、活动策划等内容，举办6期培训班，通过“理论+实训”等方式，累计培训民宿管家60余人次，为缙云村民宿产业培养了一批懂经营、服务优的管家式人才。

2018年10月，培训班第一期“新媒体技能培训”开课，孙德红第一个报名参加。如何打造爆款文案？如何剪辑视频？如何提升视频完播率？……孙德红的手机里，还记录着当时的课堂内容。在新媒体技能培训班，孙德红学会了拍摄、剪辑、特效制作、流量投放等技能。

说话间，孙德红拿出手机，随手拍下前台陈设的插花作品。这是一件以绣球花为主的作品，用散尾葵略作点缀。近景、特写各拍一张后，孙德红用修图软件调色、加滤镜，而后



用AI软件生成朋友圈文案，加上AI制作的视频，一键发送。“我目前一个人运营着抖音号、微信视频号等几个平台账号。”

2019年10月，镇里组织“自然生态讲解员”培训班，孙德红又立刻报名。

科普课上，孙德红认识了缙云山上的动植物；中医课上，孙德红学会了辨别中药材……在老师指导下，孙德红利用几款食材自制渡娘四宝茶。“以黄栀子为底，我加入烤梅干、药菊花、缙云山甜茶三味食材，在缙云山甜茶的基础上制成了渡娘四宝茶。”

3个月下来，孙德红收获满满，将学到的知识转化为一项民宿服务内容。“四宝茶、草木扎染、青梅酒、插花、青团、梅干，时令不同，主题不同，就地取材，让客人真正回归大自然。”

清欢渡的特色服务，让客人好评不断。在孙德红看来，贴心的态度是民宿经营的关键所在。“民宿管家要提供有人情味的服务，为客人营造一个‘远方的家’。民宿要发展，特色与服务缺一不可。”

一次，一位客人反映客房里蚊虫太多，身上多处被叮咬，痒痒难耐。孙德红专门找到培训课的中医老师，在其指导下制成了一款驱虫液，免费提供给客人使用。“客人有任何问题我们都会想方设法解决，24小时随叫随到。”孙德红说。

客人想吃夜宵，她就在院内现场搭烤架举行烧烤聚会；想看日出，就5点起床陪着客人上狮子峰；想听歌，就邀请西南大学的学生到店里开小型露天音乐会；想拍照出片，就购买落日灯和卡通贴纸营造温馨的氛围……

“作为民宿管家，游客住宿要求、出行需求、兴趣爱好都得了解清楚，要根据不同人群定制不同的服务，做多面手，迎八方客。”孙德红说。

图①：孙德红在给客人制订旅游计划。
图②：孙德红在插花。
图③：孙德红在制作茶品。

图①至图③均为代宇航摄



因快评

保持进取心，不断求新知

商 畅

随着经济社会发展，人们对物质生活、精神生活的需求逐渐升级，越来越追求更加个性化、多元化、精细化的项目和服务。人们不断增长的对美好生活的需要催生出许多新职业。

在一个高质量发展的时代，新职业者只有拿出更加精准的服务，才能关照到不同对象的切身需求。以民宿管家为例，它突破了过去住宿服务人员单一、粗放的职业定位，将旅游规划、活动策划、自然科普、保健养生等技能集于一身，提供的是贴心、多样、有特色

的服务。对民宿客人而言，由此带来的体验感自然是优越的、舒适的。当越来越多的人肯定并追求这种服务，从业者的发展空间将会愈加广阔。

新职业确实带来了新机遇。能否抓住机遇，劳动者个体的努力必不可少。想要在新职业发展中风生水起，从业人员就必须不断学习新知、不断更新迭代，永远以奋斗者、奔跑者的姿态前行。只要始终保持饥饿感、进取心，就能把个体的价值实现与社会发展融汇，搭建起人生出彩的大舞台。

因服务窗·体检报告怎么看

重点关注尿常规报告中的四个指标

本报记者 申少铁

在体检中，尿常规是基础检查项目。尿液反映了人体的代谢状况，是许多疾病诊断的重要指标。体检报告中的尿常规结果一般有20多个指标，大多为专业术语和数据，普通人很难理解。尿常规哪些项目重要？出现异常情况怎么办？首都医科大学附属北京朝阳医院（石景山院区）体检中心副主任医师徐爱民对此进行了解读。

“体检中的尿常规主要检查受检者的泌尿系统和代谢功能。”徐爱民介绍，尿常规结果指标虽多，但可重点关注4个关键指标：尿白细胞、尿红细胞、尿蛋白、尿糖（葡萄糖）。如果这4个指标正常，尿常规很大概率就是正常。

在人体中，白细胞主要功能是抵御外来的病菌，当有炎症感染时，白细胞数量增高。正常情况下，尿液中会有少量的白细胞，在高倍视野下检测数量不超过5个，尿常规镜检结果显示“阴性”。当泌尿系统感染时，尿白细胞计数增高，尿常规结果会显示“阳性”或“+”提示。当尿急、尿频的症状轻微时，建议多喝水，注意别吃辛辣等刺激性食物，做好定期复查；如果远超这个数，且有尿频、尿急、尿痛等症状，说明可能伴有泌尿系统感染，比如膀胱炎、肾炎、尿道炎，建议到泌尿科接受治疗。

尿常规中红细胞计数结果正常的应该是

“阴性”或者“-”。如果显示“阳性”或者“+”，说明尿液中红细胞数量超标，尿液中有血。如果女性在经期进行体检，就会出现这个结果，属于正常现象。此外，受检者如果出现红细胞计数结果阳性，且后面有3个“+”及以上的，很可能是尿道损伤、膀胱黏膜损伤、膀胱肿瘤导致的出血。这种情况一旦出现，建议受检者去泌尿科接受进一步检查。

检测尿蛋白主要是了解肾功能。正常尿液中含有少量小分子蛋白，普通尿常规检查测不出。检查结果中，尿蛋白指标正常的应该是阴性，提示“-”，不正常显示为阳性，提示“+”。如果体检前一天剧烈运动，尿蛋

白可能显示阳性，出现一两个“+”。这是人体代谢的一个应激反应，属于正常现象，休息后再去检查就是阴性了。如果没有剧烈运动，尿蛋白阳性，且提示多个“+”，可能是肾功能不全、肾小球肾炎。这需要受检者到肾内科复查，由专科医生根据血糖、血压等指标来判断具体疾病。有部分受检者的尿蛋白结果显示“+-”，意思是可疑阳性，并不是真正的阳性。

检测尿糖主要是为了看是否有糖尿病。尿糖结果正常应该是阴性；结果不正常显示为阳性，提示“+”。尿糖结果为阳性的，建议再看看血糖指标。如果血糖不高，可能是受检者体检前一天吃得太多；如果血糖超过正常值，建议到内分泌科进一步复查。

为了提升尿常规检查的准确性，徐爱民建议，受检者要重视体检，注意休息，别熬夜，正常饮食，别猛吃大鱼大肉，避免喝酒。对于女性而言，最好避开经期。此外，受检者在获取尿样的时候，需确保尿液不受外界污染。

扎西已经第四次来到西藏自治区山南市人民医院了。

“这是非常关键的一次手术机会。”安徽援藏医生、山南市人民医院肝胆胰外科主任吴维看着检查报告对扎西说。

距离扎西确诊肝脏恶性肿瘤已经5年了。5年中，他多次往返于西藏和其他省份求医问药，但是由于病症的特殊性，经历了多次手术和治疗。这给他和他的家庭带来了很大压力。

两年前，扎西抱着试试看的心态来到了山南市人民医院肝胆胰外科。没想到，医生告诉他：“你的疾病，目前在我们医院就可以开展救治。”

这让扎西喜出望外。于是，扎西开启了在山南市人民医院的救治之路——经过一年多的免疫靶向治疗，他终于迎来了最后的关键时刻。

手术室内，吴维和本地医生强巴旦增一起，开始了紧张的手术过程。手术十分复杂，医生们全神贯注，仔细地分离、切除病灶。经过6个多小时的努力，扎西的手术终于顺利完成，目前正在住院恢复。

“能在家门口得到救治，极大地节省了路费和生活上的支出，也便于家人的照料，让我的治疗之路轻松了许多。”扎西感慨。

扎西的经历不是孤例。“近年来，我们医院肝胆胰外科的治疗能力不断提升，越来越多群众可以从中受益，在家门口享受更好的医疗救治服务。”强巴旦增说。

“科室的发展离不开安徽组团式援藏医疗的长期支持。我们已连续9年派出9名经验丰富的副主任医师支援山南市人民医院的肝胆胰外科。”吴维说。

除了强化本地科室的医疗任务，吴维等人还需要外出支援。山南市人民医院与多个区县医院都建立了医联体，当县一级人民医院遇到困难，市人民医院需要派出医生前往指导。

“主任您好，咱们这里有个急性胆囊炎患者需要你们的支援……”一天值班时，吴维接到了县医院打来的求助电话。在了解病情后，他初步判断患者病情相对严重，需要及时手术。随即，他和科室里值班的同事联系，几人迅速乘车出发，第一时间赶到县城，顺利为患者实施了手术治疗。

“下去支援和巡回诊疗，都是我们工作的重要组成部分。山南地广人稀，很多基层地区医疗能力相对薄弱。能尽量帮助患者在家门口得到救助，是我们的职责所在。”吴维说。

强巴旦增在山南市人民医院工作了近20年，他对科室的变化印象很深——早年间，山南市人民医院底子薄弱，很多基础的疾病都缺乏救治能力。群众往往选择前往拉萨市或其他省份治疗。

组团式医疗援藏启动后，科室里就一直有来自安徽的援藏医生。跟着他们认真学习，强巴旦增的医疗技术不断提高。如今，他已经能独立开展多项治疗技术，成为科室的“顶梁柱”。以强巴旦增为代表的本土医疗团队正在逐步成长，在当地的影响力也在迅速扩大。

“我刚来的时候，发现本地的医疗水平比我想象的好一些。一问才知道，正是我们这些年来打下的良好基础。”吴维笑称，“很多人在援藏时都说是‘师带徒’，我觉得很多时候是‘教学相长’。我们和本地医生相互提高，我们带来新技术，他们也提供本地特有的病例，一起给山南人民带来健康。”

“选择肝胆胰外科作为重点突破口，是我们经过调研本地实际后做出的选择。山南市肝胆胰相关疾病高发，医疗需求较大。”安徽省组团式医疗援藏队领队，山南市人民医院党委副书记、常务副院长夏志强说，“今年以来，我们在大组中突出小团队，围绕医院年度发展目标及临床诊疗需要，集中选派人员对口支援肝胆胰外科、内科学等重点科室。去年，安徽围绕重点学科选派4批次26名相关领域专家进行短期支援，其中半年期的有4人。”

贵州建立政府救助与慈善帮扶衔接机制

本报贵阳7月9日电（记者程焕）贵州省民政厅近日印发《政府救助与慈善帮扶有效衔接机制》，以进一步畅通公益慈善力量参与社会救助渠道，加快健全分层分类的社会救助体系。

机制明确，贵州省将加强政府救助和慈善帮扶信息互通共享。对暂不符合政府救助条件或政府救助后生活仍有困难的群众，各地民政部门可积极寻找公益慈善资源，在征得困难群众同意的前提下，向慈善组织提供其有关信息，争取慈善帮扶。

对于民政部门转介的对象，慈善组织可简化程序，根据其困难类型、救助需求等，及时给予帮扶。慈善组织要建立救助帮扶对象档案管理制度，将受助家庭或个人基本情况、接受慈善帮扶情况等资料存档备查。加快推进贵州省慈善信息管理平台建设，与社会救助信息平台实现数据互信互认。各地民政部门要协调发挥乡镇（街道）社会工作机构在发现救助需求、衔接慈善资源、促进供需对接中的作用，为公益慈善力量参与社会救助、精准高效帮扶困难群众提供有力支撑。

广州举行结婚登记户外颁证仪式

本报广州7月9日电（记者罗艾桦）7月9日，广州市海珠区民政局、广东省婚庆行业协会与广州公交集团客轮公司携手，在珠江会展码头“鹤潭印象”号游船上举行水上结婚登记户外颁证仪式，同时推出“浪漫流金·水上婚礼”专项婚庆产品，为新人献上全新的婚礼体验。接下来，海珠区将继续打造海珠湖最美湖景颁证点、文艺户外颁证点、婚俗文化颁证点等不同特色的结婚登记户外颁证点，吸引各地新人前来体验别具一格的户外颁证仪式，进一步构建全域全链条婚庆产业示范区。

安徽持续开展组团式医疗援藏——
立足地方疾病特征，集中力量开展攻关

本报记者 徐驭尧