

尼泊尔医生阿思势：

真情“热血” 温暖他人

本报记者 崔寅

在上海浦东一所国际学校的校园开放日活动上，记者很快在喧闹的人群中找见了阿思势。他身着一件自己设计的白色T恤，胸前印着醒目的卡通血滴图案。

“如果你们当中有人很勇敢，愿意拯救几个孩子的生命，就请走向一旁的献血大巴吧！挽起袖子并不难——无偿献血，我已经献过63次了。”阿思势与小志愿者们并肩而立，用质朴真诚的话语，向在场师生和家长们传递公益

善心。

来自尼泊尔的阿思势，是一名在沪外科医生，已在中国生活23个年头。上海市血液中心外籍志愿队队长、全国“最美志愿者”、“感动上海”年度人物、上海“白玉兰”系列荣誉获得者……20多年来，阿思势用一次次善举、一份份关切，实实在在地融入中国大地。

“我不是中国人，但我有一颗温暖的‘中国心’。”阿思势说。

况危急、急需输血。得知自己的血型匹配后，阿思势当场对导师说：“我来献！”

阿思势走下手术台献血，稍作休息，便重返台边完成手术。孩子得救了，家长紧紧握着他的手致意。

“那一刻，我知道，挽救生命带来的幸福感，无可替代。”阿思势说。

2003年，在父亲鼓励下，已是执业医生的阿思势来到上海，进入华山医院深造。“父亲当年对我说，中国是伟大的国家，中国人民勤劳善良。来了后我发现，中国比父亲讲的还要好！”

上海这座城的包容与温暖，很快留住了阿思势。在华山医院历练3年后，老师们对他说：“我们要把你留在上海！”一句挽留，便是20多年。

工作之余，阿思势继续无偿献血。从“自己献”到

“组织者”的转变，源于一次刻骨铭心的急救经历。

约10年前，一名来沪旅游的法国女孩遭遇车祸，急需O型Rh阴性血，也称“熊猫血”。这种血型十分稀缺，千人中仅有约3例。阿思势发了一条朋友圈求助，前后有80多人主动联系献血。

“这么多人愿意为一位陌生人伸出手臂，为什么不把他们聚在一起？”阿思势与几位好友一拍即合，在上海市血液中心指导下，名为“血缘”的献血志愿者组织成立了。

“不少在沪外籍友人都有献血救人的意愿，却不了解流程、找不到途径。我想，我可以帮大家搭一座桥。”阿思势说，他想用自己的献血经历，把规范和意义讲清楚，让外籍志愿者真正参与进来。

“想给中国送出最好的礼物”

如今，阿思势的时间被手术和公益填满，回复消息往往是在刚下手术台，或结束24小时连班后。写方案、做海报、运营公众号、拍宣传视频……常常深夜也忙个不停。但阿思势并不嫌累：“每件事都让我快乐，帮助别人的同时，我也学到了很多新技能。”

“血缘”志愿队俨然成了他的“第二个孩子”。10岁的女儿偶尔会抱着阿思势委屈：“爸爸陪‘妹妹’的时间太多了，多陪陪我！”

阿思势便用陪伴带动女儿参与公益，亲手为她设计拼搭玩具，还原急救、献血场景。在公益活动中，他为孩子们讲解：“车祸、化疗、分娩，生活中急需输血的场景无处不在，一袋血或许就能拯救一个家庭。”

来自印度的白是浦东一所国际学校的高中生。在校园无偿献血活动现场，他与阿思势一起忙着科普讲解、引导登记、维持秩序。“我是学校献血志愿队的‘重要人物’！”他骄傲地和记者分享，眼里满是热忱。

多年来，阿思势与上海市血液中心紧密协作，策划了一系列有趣的公益活动：表演、绘画、亲子互动……现场气氛热闹而温馨。目前，他的足迹覆盖10余所国际学校和迪士尼小镇、儿童医院等地，把善意的种子埋进孩子们的心田。

阿思势常常向年轻人分享澳大利亚传奇人物詹姆斯·哈里森的故事：一生献血上千次，血液中含有罕见

抗体，这种抗体可制备成药物，挽救了约240万名婴儿。他鼓励青年用社交媒体分享献血知识与亲身经历，让善意被看见、被传递。

阿思势的手机里，存着上百个微信群，按血型、地域细致划分，方便快速对接紧急用血需求。他说：“我想给中国送出最好的礼物——从我身体中流出的热血，流淌进需要的人的血管。还有什么礼物，比这个更有意义呢？”

“我是外国人，但不是外人”

除了公益志愿者，阿思势还有一个身份——“上海国际体验官”。

“我是外国人，但不是外人。”这是常挂在阿思势嘴边的一句话。社区议事、政协座谈、友协交流，他几乎场场不落。

上海打造入境游第一站，推出“入境通”一站式服务，阿思势逐项体验测试功能，提出改进建议；结合从医与公益经验，他建议将献血间隔适当缩短并放宽年龄上限，让更多爱心人士参与奉献，相关建议正被有关部门认真研究。

“扎根基层，关注民生，每一个微小诉求都能得到重视，人民的声音能被听见、问题可被解决，我切实参与其中，深有体会。”作为基层立法联系点的外籍信息员，阿思势对中国的全过程人民民主感触真切。

在沪生活，阿思势见证着上海的多元开放。他用自己的爱吃的火锅做比喻：“上海就像一个火锅，什么都放进去，本地人、外地人、外国人融合在一起，才最‘有味道’。”面对海外访谈，他真诚邀请外国友人来上海走一走、看一看。“我在这里呼吸、走路、交朋友，我就是这里的一分子。”

刚来上海时，阿思势并不懂中文。在菜市场，他指着鸡蛋比画：“我要它的妈妈。”现在，他不仅能用中文和记者流利交谈，还能随口说出几句地道的上海方言。

阿思势的献血志愿团队多出了一个分支——“血缘Y”。“Y”指年轻人，他的女儿也是其中一员。“或许有一天，我会回到故乡，但公益不能停，我要把接力棒交给下一代。”

从尼泊尔到中国，从留学生到外科医生，再到公益带头人，阿思势感慨：“上海善待我、接纳我，给我安稳的生活和广阔的舞台。我没有太多物质需求，我想温暖更多人，给大家带来快乐。”

我在中国·行耕记

“挽救生命带来的幸福感，无可替代”

阿思势出生于尼泊尔加德满都，父亲是当地医生。小时候跟随父亲出诊，遇到家境困难的病人，父亲不但不收钱，还自掏腰包买药相送。“父亲告诉我，医生不只看病，更要帮人。”阿思势说。

这份信念深深植根于阿思势心中，并在青年时代化为行动。在尼泊尔做实习医生时，一台手术中，患儿情



阿思势(左)在参加志愿献血活动。

本文图片均为受访者提供

海关答疑

进口餐具选购指南

陈先生：

您好！进口餐具这类与食品直接接触的产品，安全标准不容忽视。以下是一份详细的选购指南，供您参考。

进口餐具有哪些国家标准

所有在中国境内销售的进口餐具（食品接触产品），都必须符合中国强制性安全标准，海关会依据国家标准进行检验监管。

通用要求：GB4806.1-2016《食品安全国家标准 食品接触材料及制品通用安全要求》。

特定材质要求：针对陶瓷、玻璃、塑料、金属等不同材质，有对应的GB4806系列标准（如GB4806.4-2016对食品接触用陶瓷制品的要求）。

添加剂规范：GB9685-2016对食品接触材料用添加剂进行了规范。

进口餐具材质多样，该如何挑选

不同材质的餐具，风险点各不相同。

1. 陶瓷餐具。合格产品需符合GB4806.4-2016国家标准。釉上彩产品可能析出铅、镉等重金属，长期摄入危害健康。购买时优先选择内壁素色，釉中彩或釉下彩工艺（表面光滑，图案摸不出凹凸感）。

2. 塑料餐具。合格塑料餐具需采用食品级新料生产，符合GB4806.7-2023国家标准。塑料底部三角内的1~7号是回收标

中山海关：

我想购买一批进口餐具，但发现餐具材质种类繁多，让人眼花缭乱，又担心买到劣质商品，危害身体健康。想咨询一下，海关对进口餐具有什么检验标准？能否给一些简单实用的选购建议？

中山市民 陈先生

识，仅代表材质种类，不是安全等级。不建议使用塑料制品长期存放热油、醋、果汁、汤汁。

3. 竹木餐具。合格产品需符合GB4806.12-2022国家标准。竹木材质不可用于微波炉。日常应保持干燥通风，出现发霉、开裂、变形、异味或涂层脱落时，应立即停止使用。

4. 玻璃餐具。合格产品应符合GB4806.5-2016国家标准。部分水晶玻璃杯可能会添加氧化铅以提升折射率与光泽，使用时应避免长时间盛放酸性饮料。无铅玻璃更适合日常使用，避免骤冷骤热以防炸裂。

5. 搪瓷餐具。合格产品应符合GB4806.3-2016国家标准。内壁素色、无破损脱瓷更安全。搪瓷餐具不可微波使用，使用时需避免骤冷骤热，出现掉瓷、裂纹应及时更换。

6. 金属餐具。金属餐具可明火、可烤箱使用，但因含金属基材，严禁放入微波炉加热。现行食品接触用金属材料及制品国家

标准为GB4806.9-2023。应尽量选择不锈钢（如304、316L），避免长期存放汤、咸菜等电解质食物。

购买进口餐具时，有什么甄别方法

1. 看标签。查看产品销售包装上的标签、说明书等标识内容和产品合格证明。食品接触用餐具需清晰标注“食品接触用”或等效用语，也可加印、加贴调羹筷子专用标志，确保来源可溯、安全合规。

2. 明条件。认真确认产品标注的使用期限、适用场景、使用限制、警示标志及中文警示说明，严格按照说明规范使用。例如，是否可用于微波炉、可接触明火、可长时间盛放酸性或油性食物等。

3. 闻气味。打开包装后近距离闻一闻餐具是否有刺鼻塑料味、油墨味、化学异味或其他不正常气味。若出现明显异味，大概率存在残留溶剂、使用劣质原料或有害物质超标问题。

4. 观外形。仔细观察产品是否外形规整、结构完整、表面光滑、色泽均匀，重点检查是否存在破损、开裂、变形、掉漆、掉色、毛刺、气泡、针孔、脱瓷、划痕等影响安全与使用的缺陷。

最后，无论通过何种渠道购买，务必索要并保留好发票、小票或电子订单截图。一旦发现产品质量问题，可凭此拨打12315投诉举报，维护自身权益。

（拱北海关所属中山海关驻石岐办事处查检三科陈锐城）

杜老师语文信箱

杨女士：

“拧”有二声、三声和四声三种读音。三种读音用法，分别如下：

一、读二声时，表示：

1. 两手握住物件反向扭动。例如：

(1) 小刘洗完脸，把毛巾拧了两下，搭在绳子上。

(2) 老李把洗好的衣服拧干，然后晾在院子里。

(3) 他把萝卜缨儿拧下来洗干净，准备做盘菜。

(4) 只要我们几个人拧成一绳绳，完成这个任务没有问题。

2. 用手指夹住皮肉扭动。例如：

(1) 即使孩子犯了错，也不该动手拧他耳朵。

(2) 他听台上的人讲解时直犯困，想打瞌睡，赶忙拧了一下自己大腿。

(3) 医生在孩子屁股上轻轻

杜老师：

“拧”字在生活中挺常用，如“拧螺丝”“拧毛巾”等。它是多音字，我经常搞不清楚该读二声还是读三声。请问“拧”字的不同读音，分别用于什么场合？谢谢！

江苏读者 杨女士

拧了一下。

(4) 刘阿姨高兴得在孩子脸上拧了一把。

二、读三声时，表示：

1. 使物体转动。例如：

(1) 他拧开水龙头，水哗哗流了出来。

(2) 喝完水先将保温杯的盖子拧好，再把它搁包儿里。

(3) 刘师傅用改锥把螺丝钉拧紧了。

(4) 小郭把新灯泡儿又往紧拧了一下，灯泡儿这才亮了。

2. 形容情状相反、对立。例如：

(1) 这本是好事，对方听拧了，老王忙解释了几句，人家才明白。

(2) 一字之差，意思满拧。

(3) 两人出发点不同，越说越拧。

(4) 你们俩不能老拧着劲儿，得多沟通，齐心协力才能把事做好。

三、读四声时，表示“脾气犟”。例如：

(1) 这孩子脾气真犟，不让他去他偏去。

(2) 老王禀性特别犟，谁都劝不动。

(3) 小李虽然脾气有点儿犟，但活儿干得不错。

(4) 他有一股犟劲儿，一直坚持自己的看法。

《语言文字报》原主编杜永道



近日，参加“长江丝路情 青春同心行”庆祝中巴建交75周年友好交流活动的巴基斯坦友人走进湖北襄阳，先后探访智慧农场、唐城影视基地等地，感受当地现代农业发展成果与传统文化魅力。

图为国际友人在襄阳金美科林农业开发有限公司参观智慧农场。

李旭晖摄
(人民视觉)