

为了爱 我们能捐出什么

当无偿献血已深入人心，捐精、捐卵也不再是新鲜事儿，你是否想过，为爱，我们还能捐些什么？

如果你在哺乳期，喂饱家里宝贝之余奶水还有多，不妨来母乳库捐乳吧，医院里那些早产儿和新生儿或许就能因此获得新生。

如果你有一头未经烫染的长发，如果你可以接受剪去15厘米的头发，那就成为一名爱心捐发志愿者吧，用这15厘米的美丽换来白血病孩子的笑容。

甚至连便便也是一味良药——粪菌移植已在儿童复发性艰难梭菌的治疗上取得了良好的疗效，炎症性肠病等病症的患儿也因此受益。

奶水、头发乃至便便都能帮助别人，这是太美好的事情。上海市儿童医院运营着全市首家母乳库和“肠道菌群银行”，爱心捐发也从最初的单位共建活动发展成随手做公益的范本，并推出了首张上海爱心捐发地图，让有爱人士能够按图索骥“随手捐”。

捐乳 多余奶水别浪费，母乳库喊你捐奶

■本报记者 何易 周渊

初为人母的刘女士出了月子就养成一个新习惯：每周两次来儿童医院捐母乳。

时值盛夏，搭电梯来到11楼的母乳库，刘女士推门而入，驾轻就熟地在绿色沙发上坐下，拉起帘子便开始泵奶，不一会儿她就将一瓶新鲜母乳和带来的2000毫升冻奶一起交给了工作人员。接着她又来到三楼的重症监护室，隔着玻璃在门口张望一会儿，才转身离去——她的孩子自出生起已在这里住了两个月，她和其他爱心妈妈们捐出的母乳，将成为这里数十个孩子的“口粮”。

445位妈妈的爱心接力

上海市儿童医院母乳库是沪上首家母乳库，成立于2016年，截至今年2月，已有445位志愿者妈妈爱心接力，总共捐赠了近144万毫升母乳，使得309位宝宝受益。

捐乳最多的志愿者然然妈妈，半年多来已捐献了30万毫升母乳。然然妈妈是让许多哺乳期母亲羡慕的“奶牛妈妈”，出月子会所的第二天，她就前往儿童医院进行了母乳检测，合格后便正式“上岗”了。她不仅长期提供充足的冻奶，还每周抽空来医院现场捐乳。

“宝宝比较给力，她每天吃完还能存下1000多毫升，多出来的母乳我希望捐给有需要的宝宝。”肩负着喂养多个宝宝的重任，然然妈妈平时非常注意日常饮食和生活作息。爱心妈妈也离不开家人支持，然然外婆是一名退休护士，每周她会整理好七八十包冻奶，细心地贴上日期，装进冰袋，再打车送来医院。

儿童医院消化感染科护师乐君在母乳库建立不久就加入爱心妈妈队伍，不仅平时捐乳，母乳库存量告急时，她还会第一时间送上冻奶救急。她说：“对我而言只是举手之劳，但对重症监护室里的宝宝来说就是实实在在的帮助。”

母乳不仅是食物 还是患儿治病良药

全球医学界公认母乳是最适合人类婴儿的食物，当妈妈因为某些因素无法提供给宝宝母乳时，使用捐赠的母乳是最好的选择。

母乳库正是在强大的现实需求之下应运而生的。据悉，我国早产儿出生率为7%—8%，每年约有110万人，居世界第二。对早产儿来说，母乳既是口粮，也是治病良药。“母乳喂养能有效降低早产儿坏死性小肠结肠炎的发病率，但由于很多早产儿妈妈自身没有足够的奶水，建立母乳库就十分必要。”儿童医院消化科主任张婷说，作为上海市危重新生儿转运中心，医院也经常需要接收缺乏母乳喂养的婴幼儿。

走进母乳库，除了现场捐乳的私密空间外，这里还摆放着硕大的冰箱和检测设备。检验合格的母乳将被存入零下36℃左右的冰箱中，这样可以保存6个月，另一个零下80℃的设备则存储着所有母乳样本，作为后续研究的依据。

为保证捐献母乳的安全性和可追溯性，母乳库还对捐赠者的健康申明和相关各项检测结果存档，保证每瓶被受捐者使用的母乳可追溯。

捐“便便” 甲之废物，乙之灵药

■本报记者 周渊

你的“废物”，也许就是拯救孩子的“灵药”。

准确而言，捐“便便”就是捐肠道细菌。上海儿童医院消化科主任张婷介绍，一个健康人的肠道内存在1000多种细菌，总数达到100万亿，被称为人体的第八大器官。我们每天排出的粪便中，干重量50%以上是由这些细菌及其尸体构成的。肠道菌群和人体健康有着极为密切的联系，它可以通过自身屏蔽和影响机体免疫系统，阻止病原菌入侵人体，对肠道也具有很好的调节和营养作用。

如果肠道菌群失调，就可能患上各种肠道疾病，尤其是小朋友，更加难以调节。肠道菌群移植(FMT)是最为直接的治疗方法，简单而言就是将健康人的肠道微生物植入患者体内，迅速纠正后者肠道微生态失调状态，恢复肠道功能。

5岁的小患者阿宝就是通过粪菌移植治愈疾病的典型案例。阿宝三岁时曾因一次腹泻连拉半个月不止，心急如焚的家人将孩子送到儿童医院消化科。张婷给孩子进行了粪菌移植，很快他就恢复了健康。一年多以后，阿宝又因为一次感冒治疗引起了肠道菌群紊乱，这次腹泻甚至令他住进了重症监护室，经粪菌移植后再次治愈，阿宝如今已和正常孩子无异。

张婷表示，针对这种重症和复发性的艰难梭菌感染，粪菌移植单次有效率可达近90%，多次有效率可达百分之百。目前医院已对50余例患儿实施了100余次肠道微生物移植，取得良好效果。近年来，医院还尝试用粪菌移植治疗或辅助治疗更多病症，比如过敏、炎症性肠病等等，取得了良好效果。

志愿者捐出的便便如何处理？张婷介绍，医院会将筛选出志愿者的粪便制成菌液，进行低温保存，需要时利用软管或注射器注入患者肠道，操作简单而且无副作用。

但与操作简单相反的，是招募志愿者的困难。据悉，医院最初采用患儿亲属的粪便，后来慢慢扩大到医务人员，2016年首次面向社会招募志愿者。“到目前入库的志愿者也仅有30余名，菌液保存时间约为6个月，加之冷冻后菌群存活率会下降，便便的缺口依然不小。”张婷说。



捐发 让爱从“头”出发

■本报记者 周渊 何易

上海儿童医院社工余婷的桌上，摆放着一张母亲怀抱孩子的照片。照片中的这位母亲拥有一头乌黑亮丽的长发，上面写着：“爱从头出发，捐发用于上海儿童医院白血病患儿，祝所有宝贝健康成长。捐发人：陈韵。”

陈韵是一位来自江苏南京的二宝妈。如今，她的长发已经剪去，伴随着这张照片一起寄到了上海儿童医院社工部，即将成为白血病患儿的假发。

陈韵告诉记者，养育两个宝宝并坚持母乳喂养的她已经有六七年没有烫染过头发。不久前，陈韵从微信朋友圈里刷到了上海儿童医院举办的为白血病患儿捐发的公益活动信息，于是致电医院社工部，了解捐发用途和相关要求后，很快就寄来了自己的长发。“这是一种正能量的传播，我发了朋友圈之后有四五位妈妈都来询问怎么捐，希望能给白血病孩子献上一份爱心。”她笑着说，“为爱蓄起了一头齐腰长发，也希望把这份爱延续下去。”

爱美之心人皆有之，病房里的孩子也不例外。儿童医院社工部主任钮骏还记得，三年前，他无意中了解到医院里那些脱发的小女孩们迫切想要假发，但碍于家庭条件等原因难以如愿，她们渴望的眼神深深触动了他们。

爱心捐发活动由此诞生。“2016年我们首次在华师大四附中举办了捐发



题图：志愿者的捐献需经过多道检测才能确保安全使用。

01：儿童医院的捐乳室从陈设到色彩搭配都很温馨。给来到这里捐乳的妈妈们提供了一个既保证私密性又科学的捐乳环境。

02：专业的医护人员对母乳进行监测并存档。

03：检验合格的母乳被保存在-36℃的冰箱中。

04：在被称为新生儿ICU的危重新生儿病房内，每个早产儿宝宝都得到最专业最细致的照料。

本版摄影 袁婧

提示：

如果你愿意参与爱心捐发行动，请保持爱心头发在15厘米长以上，不能烫、不能染，因为烫染过的头发破坏了毛鳞片，会损伤头发。不妨按图索骥，找到你身边的捐发点，为白血病患儿献上一份爱心吧。

去哪里捐头发

- | | |
|---|--|
| 1. 黑黛增发服务股份有限公司(仙乐斯广场店)
黄浦区南京西路388号仙乐斯广场401 | 普陀区澳门路729号(近西康路) |
| 2. 华安美容美发有限公司
黄浦区南京西路110号 | 14. 梵创长风大悦城
普陀区大渡河路196号长风大悦城B101 |
| 3. 京世沙龙淮海路店
黄浦区雁荡路5号金雁坊2楼(近淮海中路) | 15. 梵创武宁南路店
普陀区武宁南路387-389号 |
| 4. 京世武定店
静安区武定西路1178号(近武宁路)风尚店 | 16. 舒雨美容美发有限公司江湾店
虹口区新市南路792号 |
| 5. 梵创静安寺晶品店
静安区愚园路68号晶品中心04层15室 | 17. 梵创理发店日月光店
徐汇区徐家汇路618号日月光中心B2-TK01-03 |
| 6. 艺流临汾一店
静安新区临汾路718号 | 18. 组合发型顾问有限公司襄阳路店
徐汇区襄阳南路110号 |
| 7. 碧云美发厅
普陀区武宁路80号 | 19. 黑黛增发服务股份有限公司龙之梦店
长宁区区长宁路1018号龙之梦购物中心9楼9010-9012 |
| 8. 舒雨美容美发有限公司梅川路店
普陀区梅川路1365号 | 20. 新新美容城东号
浦东新区浦东南路2058号 |
| 9. 艺流武威店
普陀区武威东路500号 | 21. 曼都美容美发有限公司爱琴海店
闵行区虹井路120弄2号爱琴海购物中心虹桥上海之眼风情街283店铺 |
| 10. 永琪亚新店
普陀区新会路369号 | 22. 米洛护肤造型沙龙
闵行区吴中路647号 |
| 11. 永琪延长店
普陀区宜川路318号 | 23. 蒂梵尼牡丹江店
宝山区牡丹江路1620号 |
| 12. 京世乐购环球店
普陀区中山北路3300号月星环球B1-B2(乐购) | 24. 维天造型护肤中心
静安区胶州路772号(余姚路口) |
| 13. 京世澳门店
普陀区中山北路3300号月星环球B1-B2(乐购) | 25. 组合发型顾问有限公司龙茗路店
闵行区龙茗路956号 |