

每天500个俯卧撑、400个单腿上高……她一天也没落下 5岁半女孩丫丫用坚强刷屏

□本报记者 李科学 燕亚男

10月9日下午1点多,5岁半的丫丫从幼儿园放学,回到位于市城乡一体化示范区的家中。短暂的休息过后,她开始当天的康复训练:俯卧撑、单腿上高……头发很快湿了,她喊着累,动作却一直没有停止,笑容依然灿烂。

近日,平顶山女孩丫丫每天坚持做500个俯卧撑的视频刷屏,被人民日报、央视新闻等多家媒体平台关注报道。丫丫因先天性后鼻孔闭锁,出生时缺氧致脑损伤,小小的她顽强不屈,几年来每天都坚持康复训练达四五个小时。每天上千个康复动作,她一天也没落下。

►10月9日,丫丫在踩平衡脚踏车 本报记者 李科学 摄



出生时不会呼吸

丫丫出生于2016年4月3日,今年5岁半。今年春节过后,她开始上幼儿园,按年龄分到中班。由于疫情放假等原因,满打满算,丫丫真正才上了两个多月学。

喜欢幼儿园吗?丫丫想了想,歪着头说:“喜欢,就是有小朋友撞我。”“你走得慢,小朋友不小心碰到你是吧?不是故意的。”妈妈马欢欢笑了。丫丫也绽开笑颜,额头正中贴着上午幼儿园老师发的“棒棒贴”,一直没舍得取下。“老师奖励的,因为我吃饭好!”

丫丫在解放军第989医院(原解放军第152医院)出生。尚在剖宫产缝合手术中的马欢欢听到护士说孩子一直憋气,脸憋成了紫色。经检查,发现孩子不会呼吸,立即转入儿科,并于当晚转到郑州儿童医院。

丫丫是先天性后鼻孔闭锁,很罕见,同时伴有肺气肿、支气管狭窄。确诊后,丫丫一直靠呼吸机辅助呼吸。由于不能正常进食,她从出生起就插上了胃管,吃奶用注射器通过胃管打进胃里。医生说,即使能够幸运地存活下来,丫丫也可能因为一场小感冒而危及生命。

“怀胎十月期盼来的孩子,结果有病,很崩溃。”但家人无法放弃,多方打听,得知北京儿童医院有位专家能做后鼻孔闭锁手术,正在国外。在等待的过程中,孩子从郑州儿童医院出院,由救护车送回,直接安置进原解放军152医院保温箱。待情况稳定,家人带着丫丫

坐高铁去了北京。三个月零八天时,丫丫在北京完成了手术,能正常呼吸了。去掉胃管,她鼻子里又插上了扩张管,每两个星期还要去北京复查一次。后来,许昌、郑州高铁站的保安都认识了这名总是随身带着吸痰器、氧气袋的特殊小乘客,对她照顾有加。“在高铁上给丫丫吸痰,孩子由于痛苦一直在哭,大家都围过来看。乘务员也很同情,把我们安置到商务舱。”提起陌生人的善意,马欢欢心存感激。

扩张管露在鼻腔外约两三厘米长,为防止鼻内分泌物堵塞鼻管,每天要吸七八次痰。因为不舒服,小丫丫经常哭闹。为防止孩子拉扯管子,白天丫丫身边从不离人,晚上睡觉用布条把小手固定在身侧。妈妈和奶奶轮流带她睡,一只手搂着,另一只手摁住胳膊,很难睡踏实。

没有胃管,给丫丫喂奶更难了,一滴滴地往嘴里滴,“咽一口,再滴一滴。”奶奶魏丽说,喂100毫升奶通常需要1个多小时,最快也得40至50分钟,“吃着吃着就凉了,热热再吃。”即便这样,正常孩子一天得吃700至800毫升奶,丫丫只能吃400毫升左右。

丫丫10个月大的时候去掉了鼻管。“当时还在北京,住在地下室旅馆。”马欢欢说,再也不怕孩子乱动碰到管子,晚上睡觉也不用捆着手,“去掉鼻管后的那天晚上都睡得可香。”

10个多月被发现脑缺氧

做完手术,全家人刚沉浸在孩子能

正常呼吸带来的喜悦中,却又发现10个多月的丫丫还不会坐、爬和翻身,只能小幅抬头。“到市中医院一查,是脑缺氧,当时觉得天都塌了。”魏丽说。11个月的时候,丫丫开始了漫长的康复之路。

丫丫出生时,马欢欢只看了一眼,就被抱去了重症监护室。“我看不见她,也没有照片,又特别担心她,所以只要一出来就给她拍视频,自己翻翻看看。”马欢欢养成了给孩子拍照、拍视频的习惯,也记录下了孩子多年坚强的康复过程。

为了进行康复训练,全家辗转于平顶山、郑州、北京等多家医院。做针灸时身上、背上扎满针,小丫丫十分难受,哭得声嘶力竭,大夫、家人和做康复的家属等一起摁住。丫丫1岁4个月时,转到市妇幼保健院康复治疗。今年春节后,开始在郑州一家私人康复机构视频指导下进行训练。

家中卧室里有一块区域是丫丫的训练场地,摆放着各种训练器械。以前,丫丫全天候训练,每天要做1000个俯卧撑,上幼儿园之后时间减少,每天也要做500个。

妈妈和奶奶将丫丫的双脚固定在康复架上做俯卧撑,丫丫双手撑地,动作娴熟,妈妈在一旁计数。很快,丫丫额头的头发丝就被汗水浸湿了。她一边喊着“热”,一边继续,速度偶有放缓,但不停歇。单腿上高,她抓紧绳索,咬紧下唇,用力伸直腿后上上下下。

丫丫的一天自200个蹲起开始,再训练下肢肌肉力量,然后去上幼儿

园。中午回家也先做一个项目,短暂休息或者小憩后继续。500个俯卧撑、400个单腿上高、200个蹲起、200个单腿跪蹲起,仰卧起坐200个起步,跪走半个小时……每天累计训练四五个小时。

“孩子从1岁3个月开始进行康复训练。当时还不会站,躺在大球上,我拉着她的手做仰卧起坐。对普通人来说轻而易举、理所当然的动作,她得练上万次才能学会。”马欢欢说,孩子小时候做训练“天天哭”,现在有时累了也会哭,做得不好也会沮丧、懊恼,但只要不说够了,她会坚持做完。

由于长期坚持进行理疗按摩和康复训练,丫丫的身体素质也越来越好,个子在同龄人中属于比较高的。她患呼吸道疾病时咳嗽等病程持续很久,但已比预料好很多。如今,丫丫不但能自己走路,还学会了上楼梯。“刚会上楼梯时,她脸上的表情扬扬得意。”马欢欢说,丫丫第一次从1层爬到6层用了46分钟,现在只需要6至7分钟了。

爸妈心愿:希望孩子能融入社会

毕竟丫丫大部分时间都在做康复训练,出远门很少。作为奖励,爸爸妈妈每周带着丫丫逛一次超市,偶尔看看动画片。丫丫喜欢逛超市,货物堆得满满的,自己可以任意选择。拿袋子、装东西,再找售货员阿姨称重……丫丫特别享受自己走路、挑选东西的过程。“做康复训练时,必须听指挥。所以她能自己做主干点什么,就特别开心。”魏丽说。

马欢欢说,平时带丫丫出门都是把她当成一个正常的孩子,所以她从小不觉得自己和其他人有什么不同,只是丫丫自己跳不起来,看到别人跳舞、蹦跳会很羡慕。丫丫上幼儿园时,家人找遍了附近的私立幼儿园都被拒绝,就没敢考虑公立幼儿园,最后被现在这家幼儿园接收。由于没有经验,小时候没有给孩子办理医保,仅手术就向亲友举债20多万元,现在还没有还上,这些年做康复开销很大,也存不下钱。马欢欢希望能有一所公立幼儿园肯全天候地接受丫丫,让她能够学会和其他孩子交流,被社会接纳,也能减轻一点家里的负担。

今年8月,马欢欢开始在快手平台上发布丫丫的视频。“看到她每一个进步的瞬间,感觉她的付出没有白费,很感动。”丫丫的视频上了微博热搜,央视新闻、人民日报、新华社等,都给予了关注和报道,她的坚强感动了无数人。国庆长假期间,市妇联工作人员特意带着玩具上门来看望丫丫并予以鼓励。

“我们对丫丫没有啥要求,希望她长大了能有一门谋生的技能,生活能自理。毕竟我们不能跟她一辈子。”马欢欢说。有人说丫丫的成长中大人付出了很多,但其实大人和丫丫受的苦难相比,不值一提。丫丫也渴望能够像正常孩子一样走好路,急着蹦跳,但也知道只有通过艰苦的训练才可能达成。“孩子从生下来就和疾病抗争,一直求生,我也希望她的坚强能激励更多陌生人。”