

全能女超人:人生无赢家

在今年清华大学生命科学学院的毕业典礼上,一位美丽精干的女性作为校友代表发表了一场英文演讲,因为想要“向世界发声”。她是李一诺,1996年考入清华,后赴美读书,毕业后在世界顶级的咨询公司麦肯锡工作10年并成为合伙人,又跳槽去了盖茨基金会,还被世界经济论坛评选为“2016年全球青年领袖”。在光鲜的职业成就之外,她还是3个娃的母亲。空余时间,她和先生华章还创建了一个近50万粉丝的原创微信公众号:奴隶社会。近日,李一诺和丈夫出版了《你的梦想,自己会来找你》一书,分享了自己和人生故事。

■见习记者 周旭

女超人的妈妈也是女超人

在一次北大与哈佛中美学生领袖峰会上,李一诺受邀做主题演讲,结尾有人问:一诺老师婚姻幸福、事业有成,还有三个孩子,是如何做到人生赢家的?她说,这是个伪命题,人生没有赢家,人生就是一连串的难题。

一诺今年38岁,26年前,她的母亲也同样38岁时和她父亲离了婚。1990年,她母亲带着12岁的一诺过上了“颠沛流离”的生活,搬了好几次家,住在跟小姨和舅舅借的房子里,后来单位分房,再后来辞职房子又没了。

妈妈是个“女强人”,40岁不到在一家三千多人的化工厂做总工程师、副厂长。在一诺的记忆里,她几乎天天加班,到家也经常看书写东西,因此她跟妈妈并不亲密。从记事起,父母就不幸福。离婚时,妈妈不把她当小孩子,而是征求她的意见。她说:应该离。妈妈又让她选择跟谁,她自己决定跟着妈妈。

但有一位“女强人”的妈妈就意



■李一诺和她的妈妈

味着,妈妈没时间“管”自己,一诺三岁起被送整托,一周只接一天。上学以后的学习功课,妈妈也从来不管,她从小就知道学习是自己的事情。

妈妈在34岁时得到公派留学德国一年的机会,从零开始学德语。7岁的一诺看着妈妈每天早起背单词读课文。后来妈妈40多岁,从国营化工厂辞职,变得“一无所有”,先后在意大利公司做化工产品、“待业”打毛衣、做酒店培训学校校长、帮留德国的奖学金项目在中国落地……一生起伏,直到一诺的老三出生,她才算退休,帮女儿带孩子。

一诺觉得,从小到大,她从妈妈事业进取、追求卓越的过程中,得到了巨大的榜样力量,远远超过了由生活照顾而来的“力量”。因此,有三个孩子的她从未想过会因孩子而放弃工作,妈妈那时候靠送整托,而她则靠阿姨、妈妈和小姨。

长大后回看妈妈这段失败的婚姻,一诺才真正体谅到,在一个对离婚不宽容的社会里,妈妈带着一个

女儿面对着怎样的黑暗和孤独。不过,妈妈爱说的一句话是:“都已经这样了,想办法呗”。这对她的影响就是,在遇到问题和失败时,第一个反应是想办法。4年后,妈妈遇到了一个男人,又结婚了。当时16岁正值别扭青春期的她,对继父说:如果对妈妈好,以后就当亲爸一起照顾;如果不好,自己也没义务。想起那时候“小大人”的自己,一诺觉得很有趣。

拒绝“市井智慧”给女性的限制

2010年,33岁的一诺有了自己的第一个孩子,4年内生了3个。而她在从麦肯锡项目经理到副董事、从副董事到合伙人这两步晋升过程中,都是大着肚子的,中间还休了小半年产假。特别令她自豪的是,三个娃都是自己母乳喂养的,各喂了8个月、10个月、13个月,越战越勇。“奴隶社会”公众号是在她生老三前10天开始的。(下接第3版)

【本期导读】

市民遭遇电信诈骗 状告银行



第04版

银行卡内三笔非自己操作的转账交易,任小姐一气之下将开户银行告上法院。

夏季养生 请喝这几杯水



第13版

每个季节有每个季节的喝水方法,在夏季,我们喝水有什么讲究呢?

讲述家族史 奥巴马兄弟出书



第16版

作为现任美国总统奥巴马同父异母的兄弟,马克·奥巴马·狄善九娶了一位中国太太,他写的自传高居美国畅销书榜首。



■李一诺夫妻和他们的三个娃

远离烫伤,你做对了吗?

瑞金医院 邹京宁

大于5%,或是成人大于10%,属于较严重的情况。特殊部位如头面部、颈部烫伤无论面积大小,都要引起高度重视。

通常说的烫伤度数是指的深度,一般用三度四分法区分,就是将皮肤烫伤的深度分为一、二、三度,二度又分浅二度和深二度。一度很浅,比如太阳暴晒引起的皮肤充血。浅二度表现为局部红肿疼痛,有大小不等的水泡。深二度的水泡较小和扁薄,皮肤剥落,创面呈浅红或红白相间,疼痛感变得迟钝。三度烫伤累及皮下的脂肪、肌肉等组织,皮肤呈发焦或发白的状态。

不慎烫伤如何紧急处理?

一旦发生烫伤,应立即用清水冲进行应急处理。创面二度以上可以用磺胺嘧啶银乳膏等常见烫伤药或是烫伤辅料、凝胶等进行早期抗感染。不建议用抹牙膏、涂酱油等民间偏方,因为里面含有细颗粒或是霉菌等容易引起皮肤损伤,刺激创面。深度深、面积大、特殊部位烫伤的,降温处理后,小心脱掉覆盖创面的衣物,但如果衣服和皮肤粘在一起不要强行拉扯,然后敷上湿毛巾迅速送医院治疗。

孕妇烫伤了怎么办?

由于磺胺类药物、银离子等都会对胎儿发育造成影响,因此早期前三个月孕期的孕妇烫伤后不建议

用药,如果病人非用不可,必要时考虑终止妊娠。

烫伤恢复期如何修养?

恢复期病人需要清淡饮食,如果创面较大,影响到体内的营养代谢,可要求他吃一些鸡蛋、肉沫等高蛋白食物。

腿部烫伤的病人建议卧床休息或是抬高下肢以减少水肿,暴露部位尽量不要在太阳下暴晒。

如何预防家中老人和小孩烫伤?

家长给孩子洗澡、洗脸、洗脚时,要先放冷水,再倒热水调节到适温。反之,倒了热水再转身去取冷水时,孩子以为水放好了,马上进入盆

中,造成烫伤。热水瓶、电饭锅、热茶杯等不要放在孩子能够直接或间接触及之处,放置热容器台面上的台布,也容易被孩子拉扯导致热水自头顶泼下。不要让孩子独自面对热汤、热粥、热奶等。

老人主要是防止热水袋、电暖气、电褥子、理疗仪等造成的低温烫伤,不要长时间接触温度超过体温的物品,患有糖尿病、脉管炎或长期卧床的老年人更需要特别注意。

中国医药工业信息中心采编

邹京宁,教授,上海交通大学医学院附属瑞金医院灼伤整形科主任

上海市卫计委授权发布
合理用药
上海医药特别支持

炎炎夏日,各种烧烫伤的问题如同陡升的气温一样增加。沸水、滚粥、热油、热蒸汽和化学物品,如强酸、强碱等都是常见的烫伤源。一旦发生烫伤,人的第一道物理屏障——皮肤受到损害,就很容易发生感染,如果处置不当更是会引起功能障碍等其他并发症。生活中烫伤应以预防为主,不慎发生事故莫慌张,早期紧急处理是关键。

如何判断烫伤的严重程度?

烫伤严重程度要根据面积、深度和部位来判断。如果小孩的创面