

全国五一劳动奖章获得者赵斌——

把小活做成绝活

本报记者 李治国

用双手握住玻璃片两端，在电缆接头处轻划过，前、后、前、后……接着，放下玻璃片，拿起一条砂布以每秒2.5次的速度在绝缘层表面均匀拉拽，左、右、左、右……35分钟后，被赵斌打磨完成的绝缘头，似一块晶莹剔透的玉，色泽光亮。

近日，全国电力行业电缆安装运维职业技能竞赛在广州进行最后一场技能实操比赛。作为教练的赵斌在赛前给选手们示范超高压接头削绝缘。一片普通的玻璃片在他手中成为一把精准的“手术刀”。经他处理的电缆绝缘接头在光线下用放大镜观察，看不出丝毫的凹凸感。

赵斌是上海久隆电力(集团)有限公司电缆工程公司接头三班班长，参加工作30余年来，始终坚守在电缆接头工作一线。他能用一片普通的玻璃片在要求极为精细的电缆绝缘层上做接头“手术”，能在近300摄氏度的电缆接头上，在不损坏绝缘层的同时，搪出标准的铅封。近年来，他先后获评中央企业技术能手、上海市和国家电网公司“双劳模”“双工匠”。今年“五一”国际劳动节前夕，赵斌荣获全国五一劳动奖章。

锤炼过硬本领

电缆接头作业是一门精细的技术活。“由于接头处的电缆绝缘层不像非接头处那样完整闭合，处理不好极易在通电后产生放电，进而引起重大安全隐患。”因此，赵斌在处理电缆接头绝缘环节时特别精细，进行反复打磨，动作细微之处宛如在“头发丝”上跳舞。

变电运行专业毕业的赵斌，1989年实习时便接触了电缆接头。从入门到独立上手工作，赵斌经历了3个阶段的艰苦锤炼。第一个阶段是观摩学习。刚开始参加工作时，他基本都是跟着师傅天天观摩，熟知牢记各种技术要点。第二阶段是打下手，在师傅的监督下，做些辅助性工作。第三阶段才是独自上手干，这时才算是真正“出师”。从“门外汉”到上手，要经历3年时间的磨炼。这3年时间里，赵斌从不懂、不敢做到懂了大胆做，再到熟练后细心做，每个阶段都虚心学习，终于掌握了高压电缆接头技能。

从掌握接头技术到成为一名技艺高超的电缆接头工匠，赵斌几乎参与了久隆电力集团的全部重点工程，在每一项重点工程中锤炼自己，技艺日渐提升。1997年，赵斌参与垂直大落差大截面500千伏交联电缆工程——天荒坪抽水蓄能电站工程建设。为了确保电缆接头质量，每次收工归来，赵斌都把自己关在工具间，拿起废旧电缆头反复练习切割绝缘，直至将其打磨达到精度要求为止。最终，赵斌圆满完成了天荒坪500千伏交联电缆接头任务，线路一次送电成功。

2005年，久隆电力集团决定储备一批优秀的超高压电缆接头能手。赵斌通过技术竞赛、技能比武等形式的层层选拔，



赵斌(右二)与班组成员一起探讨超高压电缆接头技术。(资料图片)

入围最终名单，赴国外接受专业培训。学成回国后，赵斌在陆续开工的上海轨道交通、磁悬浮列车、沪崇苏隧桥等超高压电力配套工程建设中进一步锤炼技能。2008年以后，赵斌开始在项目上担任重点工程电缆接头技术负责人，先后完成了一批超高压电缆工程。

破解技术难题

在电缆接头这项看似简单的工作中，一个细小的环节处理不好，就有可能产生十分严重的后果。“面对各种技术难题时，我们既要有足够的细心和耐心，也要有不放弃、不认输的精神。”赵斌说。

最近一次棘手的问题出现在2021年开工的静安500千伏变电站扩建工程中。由于工程首次采用一种新型电缆，为确保后续安装万无一失，当年8月份，作为技术负责人的赵斌到生产厂家接受受训安装培训。按照厂方工艺，500千伏超高压电缆从缆盘上完成展放后，均需要对接头端进行9小时加热，以便消除应力弯曲。但这种新型电缆在按规定时间完成加热后，接头端仍然未能完全消除应力弯曲。赵斌知道，如果这个问题不解决，一定会影响接头质量。厂方技术人员一时也找不到好的解决办法。

根据专业经验，赵斌判断问题可能是受电缆芯应力影响产生的，于是提议在电缆加热过程中，对电缆芯进行专门温度监控。经过反复试验，他终于找到解决方法——线芯控温法，即在电缆加热过程中，加强对线芯的温度监控，当线芯温度达到60摄氏度至65摄

氏度时，继续保持两小时的加热保温，最终确保了电缆接头安装质量。

在平时工作中，赵斌有一个习惯——喜欢记笔记。他总是随身携带笔记本，把重要的事记录下来。2013年7月26日，赵斌参与长春站220千伏气体全封闭组合开关设备电缆附件安装。现场施工人员气喘吁吁地跑过来，说电缆仓位筒体是欧洲标准，需要一个关键零件过渡法兰才能确定基准面。这是一项紧急工程，时间非常紧迫，必须争分夺秒按时完成任务。过渡法兰从生产厂家运到现场需要一天时间，等法兰运到现场再进行后续安装，工期就被耽误了。赵斌记得前几年遇到过类似状况，当时就把过渡法兰的尺寸记在笔记本上了。他找出那个笔记本，并按照上面记录的尺寸量出电缆基准面，保障了电缆附件安装按计划进行，难题就这样迎刃而解。

传承工匠精神

2010年10月起，赵斌担任电缆接头三班班长。在他的带领下，电缆接头三班在工程中解决了许多难题。在一次次挑战和磨砺中，班长赵斌既是这个团队的管理者，又是班组这个大家庭中贴心的“家长”，积极鼓励青年员工学习专业知识。在他的带领下，接头三班积极开展“青工结对”活动，挑选了经验丰富、工作能力和责任心都很强的班员担任师傅。师徒间签订协议，实行“一带一”“一带一”“安全互保”等制度。这一过程中，老班员毫不保留地把自己多年来积累的工作经验和

体会传授给年轻人，青年员工顺利通过了各项岗位技能考核。青年员工也发挥特长，在计算机应用方面给予师傅们帮助。

随后不久，久隆电力集团以赵斌班组为核心组建创新工作室。作为工作室带头人，赵斌把从老一辈那里传承下来的手艺和施工经验进行归纳整理，参与汇编企业级《施工标准化工艺》，拍摄《110千伏电缆接头安装工艺规范流程》系列教学视频。赵斌还负责编写或参与制定省市级以上制度规范和技术标准20余项，进一步推动了超高压电缆安装操作流程标准化规范化。

2021年10月，以赵斌名字命名的工作室获评上海市劳模创新工作室。赵斌劳模创新工作室自成立以来，共申请发明专利22项、申请实用新型专利41项、在各类专业学术期刊发表论文58篇、创造发明45项、完成科技项目39个、解决生产技术难题127项。

电缆接头三班副班长胡富蓉是赵斌一手带出来的徒弟。2022年，他曾和赵斌一起参与上海静安500千伏变电站扩建工程三回路电缆的建设施工。

在胡富蓉看来，一位好的师傅，教给徒弟的不仅仅是某项技能，更重要的是如何做人。“我的师傅赵斌总是能发现我身上的闪光点，一直鼓励我、支持我。他不仅教会了我接头技能，更多的是通过自己的行动向我一次次诠释着精益求精的工匠精神，教导我如何将普通小活做成绝活，将平凡的事做到极致，而他那种面对任何任务都不退却、不推脱的工作作风也通过言传身教深深地感染着我、激励着我。”胡富蓉说。



赵斌在进行超高压电缆接头搪铅作业。(资料图片)

无论是在太行山绝壁上开出“愚公路”的“孤勇者”，还是在新疆阿拉山口卫国戍边的战士；无论是逐梦星辰大海、默默无闻的航天一线工作者，还是奔走于乡间地头、发展富民产业的驻村第一书记，身处不同岗位的青年志存高远，敢于担当，不怕吃苦，勇于奋斗。他们用自己的行动奋力书写新时代赶考新篇章。

党的二十大报告对广大青年提出了“立志做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年”的要求。吃苦奉献是青年人成长成才的“催化剂”。唯有在吃苦中练就扎实的作风、过硬的本领，才能够长才干、壮筋骨，在改革攻坚中勇攀高峰。

当代中国青年施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。各地各部门推出一系列就业创业、住房安居等方面的优惠政策，为青年的成长成才提供良好的发展环境，着力满足青年多样化、多层次发展需求。在这个利于创新创业创造的环境中，当代青年要实现自身进步与社会发展“双向奔赴”。

青年要有敢为人先的探索精神。青年是整个社会力量中最积极、最有生气的力量，面临着难得的建功立业的人生际遇，也面临着“天将降大任于斯人”的时代使命，要深刻理解把握时代潮流和国家需要，勇于跳出舒适区，学会“自找苦吃”，扎根到广袤的乡野，投身到火热的实践中，做走在时代前面的奋进者、开拓者、奉献者。

青年要有攻坚克难的信心勇气。青年的人生之路很长，前进途中有平川也有高山，有缓流也有险滩。心中有阳光，脚下有力量，为了理想能坚持、不懈怠，才能创造无愧于时代的人生。青年要在吃苦耐劳中磨炼坚韧的品格，磨砺出不惧风雨吹打的从军斗志，真正做到不怕事，能干事，干成事，不断增强自身适应能力和解决问题的能力，在勤学苦练中淬炼本领。只有深耕自己的专业领域，做到“人无我有，人有我优”，成为行业里的“能工巧匠”，才能在真刀真枪的实干中成就一番事业。

一代人有一代人的使命和担当，新时代的青年要倍加珍惜干事创业的广阔舞台，积极锻造自己的吃苦能力，用心用情书写奋斗篇章，勇于“挑大梁”，当好“排头兵”，为建功新时代贡献出自己的一份力量。

李丹丹

新三百六十行

□ 本报记者 康琼艳

陪诊师：做患者的“临时家人”

在北京、上海、重庆等多个城市，陪诊师作为一个新兴职业正悄然兴起。今年35岁的韩铮从事陪诊师工作两年多，“幸福感很强”是他对这份工作的评价。“工作时间灵活自由、能够帮助有需要的人是大部分人选择成为陪诊师的主要原因。”韩铮说，随着社会老龄化程度加深，陪诊师越来越被大众认可，看到患者就诊更加安心舒适，自己也非常开心。

细心“跑腿”

下午1时许，距离医生接诊还有约半个小时，韩铮到达同仁医院门口等候患者的到来。“一位老人因眼痛和视力减退，专门从山东烟台来到北京，希望得到知名专家诊治。”韩铮告诉记者。

和老人会合后，韩铮在拥挤的候诊大厅找到一个空座，将他安顿好。之后，韩铮前往窗口排队，办理取号等事宜，并通过导诊台确认是否需要预先进行视力检查。

候诊过程中，韩铮一边关注大屏幕上的叫号情况，一边询问老人之前都做过哪些检查。一个半小时后，韩铮帮助老人顺利完成问诊，拿着医生开具的病例记录，把医嘱逐项念给老人确认，再将他送上出租车。“这个职业的进入门槛并不高，但需要

耐心、细心、热心。很多患者处在病痛之中，陪诊师既要保证顺利完成问诊，还要尽可能缓解患者焦虑、紧张等情绪。”韩铮说。

韩铮原本从事国际贸易工作，偶然看到的一则新闻促使他选择成为一名陪诊师。“2021年，我看到新闻报道说，一些外地患者因各种原因不方便到北京，于是成立了病友群，由北京本地的患者帮助他们代问诊、代取药。这让我很受触动。”韩铮说，由于在大城市工作的年轻人比较忙，老年人无人陪诊的情况越来越多，许多外地人不方便就诊的情况也很多，他们都有陪诊的需求。

从业两年来，韩铮发现，在众多线上平台上，陪诊服务的搜索热度不断上升，在选择陪诊服务的患者中，超过70%的人来自外地。“小到取送报告、复印病历、代取中药、医嘱提醒，大到就医导诊、陪同检查、术前咨询，陪诊师几乎包揽了与看病相关的工作。”韩铮说，在节约就诊时间的同时，节省了食宿等开支，降低了就医成本，这是患者找陪诊师的主要原因。

真心陪伴

医院太大像迷宫、科室太多不好找、设备智能太复杂、身体虚弱无人陪……每天辗转于不同医院，韩铮对于老年人“独自看

病难”的问题深有体会。在他看来，陪诊师除了完成代取报告、邮寄病历、代预约等“跑腿”工作，还承担着患者“临时家人”的角色。

“不少老年人行动不便，但排队取药、检查缴费往往需要来回跑，再加上对自助机操作不熟练，就医确实存在诸多不便。”韩铮说。

《第四次中国城乡老年人生活状况抽样调查成果》显示，2020年，我国失能老年人已达4200万，空巢和独居老年人达1.18亿，看病就医已成为这部分人群面临的突出困难。“我陪诊过很多老人，订单大多是子女下的。这些老人或有慢性病，或是身患癌症需要定期化疗，一个月跑医院五六次，子女们分身乏术。”韩铮说。不久前，韩铮陪同一位患有帕金森病的老年患者前往医院就诊。因在外地出差，患者的女儿委托他帮助父亲完成就医，并完整转达医嘱。

需要陪伴看病的不仅有老年人。漂泊在外的独居年轻人、疲于照顾孩子的宝妈、需要产检的孕妇、病急不知如何投医的“小白”……当身体的痛苦与精神的孤独同时袭来，即便是年轻人也会变得脆弱。在韩铮看来，陪诊师临时代替家人陪同患者看病，不仅要提高就诊效率，帮助病人尽快缓解病痛，同样重要的是给予病人一份温暖

的陪伴。

用心提升

除了“跑腿”之外，陪诊师还需要具备必要的职业技能。韩铮说，刚入行时，自己下了不少笨功夫。比如，陪同患者去一个不熟悉的医院，他会提前跑一趟，了解开诊时间、挂号数量、检查注意事项，还会摸清每个科室、检查室、缴费处的位置。

为了帮助患者高效预约诊疗，韩铮下载了近30家医院的客户端，每天关注医院的最新动态，了解各医院的专长和相关医保政策。

随着陪诊服务走入大众视野，行业的规范化发展也受到关注。调查显示，由于行业制度尚不健全，从业人员资质水平参差不齐、缺乏规范的岗前培训等成为影响陪诊师职业发展的“绊脚石”。韩铮认为，对一名合格的陪诊师来说，要不断加强学习，既要具备熟练使用互联网的技能，还要有基础的医疗知识，成为医生与患者之间的桥梁。韩铮这样想也这样做，持续努力提升自己，今年4月，他参与心肺复苏、创伤救护的理论和实操培训，拿到了由北京市红十字会核发的救护员证。



韩铮帮患者打印检查报告。 本报记者 康琼艳摄

本版编辑 刘佳 张苇杭 美编 吴迪