

近日，2025年第二批次“成都好人”发布，来自全市各行各业的60位候选人被评为“成都好人”。温江区涌泉街道官河社区8组居民张星明榜上有名。今年82岁的他，用50年的坚守感动了无数人。1975年，其妻子周翠华突发疾病导致终身瘫痪，时年32岁的张星明毅然扛起全部家庭重担。50年来，他将卧室改成病房，自学护理，以“每3小时翻身、每日4次喂食”的精准照护，让卧床妻子安心。从青春壮年到白发苍苍，他用无微不至的陪伴，诠释了“执子之手，与子偕老”的最美承诺，书写了一份关于责任与深情的温情答卷。



# 照顾瘫痪病妻50年 “成都好人”诠释最美伉俪情深

□ 华西社区报记者 李玥林 社区供图

08>  
华西社区报

凡人微光

2025年  
12月19日  
星期五  
编辑 董峰  
版式 张进



## 命运的重击

### 从厨房新手到“专属医生”

1975年的那个春天，阳光和往年一样温暖，但对于时年29岁的周翠华和她的丈夫张星明来说，生活的调色板却骤然灰暗。在刚刚迎来小儿子的喜悦之后，一场毫无预兆的灾难降临了。在“坐月子”期间，周翠华突发高烧，关节剧痛，最初以为是普通的产后不适，但病情在几天内急转直下，最终被确诊为凶险的类风湿性疾病。这种自身免疫性疾病如同无形的枷锁，不仅侵蚀了她的关节，更在极短时间内导致了她全身瘫痪。曾经能操持一家衣食、笑语盈盈的她，如今连抬起一根手指都成了奢望。

在病床前，看着妻子枯槁的容颜和怀中嗷嗷待哺的幼子，这个时年同样29岁的男人说出了那句注定要用一生来践行的话：“她在，家就在。”

这五个字，重若千钧。他把卧室变成了“长期照护病房”，也把自己逼成了“全能专家”。他向医生护士请教每一个细节，在笔记本上密密麻麻地记录：体温的测量、褥疮的预防、流食的配比与喂食、肌肉的按摩与复健……第一次为妻子清理失禁的污物，他强忍着生理不适与内心的酸楚，动作笨拙却异常轻柔，生怕弄疼了她，也生怕伤了她的尊严。为了学会做营养均衡、易于吞咽的流食，他不知在厨房烫了多少回手，反复调试着食物的温度和稠度。这个曾

经不谙家务的男人，开始懂得如何将一只鸡蛋做出花样，如何将蔬菜肉糜打磨得无比细腻。夜深人静时，他对着护理书籍一遍遍研读，困极了就伏在妻子床边打个盹，生物钟被切割成以三小时为单位的片段，只为准时翻身，杜绝任何一个褥疮可能发生的机会。

## 与时间赛跑

### 一张令人惊叹的“爱的日程表”

时光在张星明这里，仿佛被拉长又被压缩。拉长的是每一个需要精心照料的日日夜夜，压缩的是他个人的休息与闲暇。他的生活，严格遵循着一张让专业社区护士都为之动容落泪的“爱的日程表”：

清晨5点，天际刚泛起鱼肚白，他已轻手轻脚地起身，开始准备第一餐流食。厨房的微光下，他仔细检查食物的新鲜度，用温水热好，再用针管一点点、极有耐心地喂到妻子嘴里，一边喂一边轻声说着：“慢点，不急。”

上午9点，是雷打不动的翻身、拍背时间。他运用自学的手法，熟练地为妻子变换体位，仔细检查她全身的皮肤状况。五十年的光阴，周翠华的身上竟从未出现过一处严重的褥疮，这被医生惊叹为“家庭护理史上近乎不可能的奇迹”。

下午3点，是专属的“康复与对话”时间。他会一边为妻子按摩日渐萎缩的肌肉，活动僵硬的关节，一边充当她的“眼睛”和“耳朵”，讲述着窗外梧桐树发了新芽，巷口的孩子们在嬉戏，小孙

子今天在学校又得了朵小红花……尽管常常得不到言语的回应，但他坚信，她一定能听见，能感知。

晚上9点，完成最后一次细致的擦洗，换上干净清爽的床单，让妻子能在舒适中入眠。而他则开始清洗当天的衣物、整理用具，准备着深夜又一次的起身。

这张日程表，没有节假日，没有暂停键。它记录的不仅是时间，更是一个丈夫用18000多个日夜，为挚爱搭建的、抵御病魔、绝望与遗忘的坚固堡垒。在这样极致精心的照料下，周翠华虽然身体被禁锢，但精神状态却维持得比较好。

张星明用半个世纪书写的不离不弃，早已超越了个人家庭的范畴，像水面的涟漪，一圈圈扩散，温暖了整个社区。他的事迹被邻里口口相传，感动了无数人。

社区书记在一次慰问中，看着正在给老伴细心梳头的张星明，感慨万千地对周围人说：“张叔叔给我们这些年轻人，实实在在地上了一课。他让我们真正懂了，婚姻不光是婚礼上那句‘无论贫穷富贵，无论健康疾病’的誓言，更是落实到每天端到床前的那碗不烫不凉、刚好入口的温粥，是渗透在每一个平凡日夜里的耐心与守护。”

50年的藏着日复一日的琐碎，布满老茧的双手托着跨越半生的深情。这份平凡到极致的坚守，没有轰轰烈烈的誓言，却让“爱”这个字，有了最动人的模样。