

编者按

这一期“乡村视角”，让我们把目光投向农村老人，共同来关注他们身体、心理的健康问题。希望大家在关爱留守儿童的同时，还要多关注留守且独居的老人，多给他们一些关心和爱护，让他们少一些孤独和寂寞，多一些温暖，让他们幸福地度过晚年。同时，我们也提醒更多的儿女切实关心好父母的健康，不要因孝顺而让父母盲目进补。

病残老人需要关爱

开封县 贾文丽

婆婆前几年一直腿疼，走路需要推着轮椅，日常生活就很难自理。我陪她到医院做检查，结果是股骨头坏死。要不是换了股骨头，恐怕现在已经瘫在床上。每当说起这些事，婆婆的眼睛就有晶亮的东西要涌出。

我们村还有一位脑血管后遗症偏瘫的老人，平时连看个病都得家人搀扶着，一步三摇、缓慢地挪步。他已经不会走路了，充其量叫移动。平时，我们很少见他说话，偶尔说一句还模糊不清，而且他的一只眼已经失明了。其实在乡村，像这样的老人还有很多。每次这样的老人来看病，我心中都洋溢着心酸。

随着农村生活水平的不断提高，老年人的寿命也在不断延长。同时，随着年龄增长(特别是超过75岁之后)，高血压、冠心病、糖尿病等疾病也在不断地威胁着老年人的健康，患病率、伤残率上升，自理能力下降，将更多地需要日常护理、生活照料和社会服务。我希望社会能给予这一部分老人一些关爱，温暖他们因病而伤感的心。



让我心酸的患者

新蔡县 李新

从医以来，我一直无法忘记那个患病又独居的老人……

那是一个下雨天，我刚从一个患者家里出来，一位老婆婆拄着一根棍子，踏着又湿又滑的路，淋着细雨，颤巍巍地走了过来。老婆婆有七八十岁的样子，是患者的邻居。

见到我，老婆婆顾不上用手捋一下还在滴着雨水的头发，对我说：“医生啊，我病了四五天了，全身酸痛，还冷得难受。我腿脚不灵便，找医生困难，听说你来了，就找你给瞧一瞧。”

我给老婆婆量了量体温，39.2摄氏度。老婆婆听力不好，我只好附在她的耳边，大声地询问她的病情。最后，我为老婆婆注射了一针，又给她拿了几天药，叮嘱她按时服药。

之后，老婆婆颤巍巍地站起来，掀

开她那用棉布做的旧式布衫，好不容易才从贴身的衣兜里掏出了叠得方方正正的、带着体温的5元钱。她用微微发抖的双手把钱递给我，说：“李医生，这钱是我女儿几天前来看我时给我的，让我买盐吃，也不知道够不够付医药费。要不，你先拿着？”

看着老婆婆拿着钱的双手微微发抖，我的心涌出一丝无法形容的酸楚，眼泪几乎就要掉下来了。我对着老婆婆的耳朵说：“老婆婆，您还是用这钱买盐吃吧！”

其实，从医以来，我遇到过好多这样的事。就拿这个老婆婆来说，她病了那么久，又是高热，我只能用好一些的药，按进价算也得十几元。虽然我不是一个有钱人，以个人的能力能做的事情也微乎其微。但是，遇到此情此景，我又能说什么呢？

乱用补药惹出祸

新密市 付文娜

村里的张奶奶快90岁了，儿子女儿共有6个。

年轻时，张奶奶为了把孩子们抚养成人，吃了不少苦头；如今，孩子们都事业有成，每到周末都提着大兜小兜的营养品孝敬她老人家。而张奶奶除了血压有点高外，眼不花、耳不聋，身体很“结实”！

前一段时间，张奶奶突然被女儿搀扶着来村卫生室看病。一进门，她就喊道：“文娜，你快一点儿给我看看病吧！我最近头疼得厉害，成天就像‘坐船’一样晕乎乎的，还总是拉肚子……”

我知道张奶奶有高血压，赶紧给她测量，血压果然比平时高出很多。我问她啥时候开始头晕、头痛的，她说是最近半个月。我再问她：“最近吃啥药或者吃啥东西了吗？降压药按时吃了吗？”她说：“除了按时吃降压药，啥也没吃。”张奶奶性格开朗、为人和善，应

该不会和别人生气，那血压咋会突然升高这么多？正当我纳闷时，张奶奶的大女儿说：“会不会是因为俺娘吃了俺哥给她买的老人参啊？俺哥说让俺娘多吃一点儿，好补补身子。”

这下总算找到病因了。人参中的蛋白质因子能抑制脂肪分解，可加重血管壁脂质沉积，故有冠心病、高血压病、脑血管硬化、糖尿病、脉管炎的患者应慎服人参。张奶奶年龄偏大，又有高血压病，再吃那么多人参肯定是不行的。我告诉张奶奶：“您把人参停了，就啥事都没有了。”后来，她把人参停了，血压稳住了，精神状态也和以前一样好了。

看来，今后遇到那些为孝顺父母而盲目购买人参、阿胶等补药的人群，我们有义务向他们解释这些补药的作用和适应症，以免老人滥用补药而产生不良后果。

屈指一算，我当乡村医生43年了。在这43年的行医生涯中，我深有体会的是，与患者的沟通与约定是最重要的。

一位女性患者因感冒发热，让我去她家出诊。前些年，她患了感冒，却没有重视，以致病情加重，发展成了胸腔积液。她辗转几家大医院治疗，花费了近2万元，现在提起她还心有余悸。在住院治疗时，大医院的专家告诉她，如果当时再延误治疗几天，就会危及生命。

一番测体温、听诊心肺等物理诊断后，我详细地询问了病情。原来，她是因为洗澡后扇电风扇而导致的风寒，西医的诊断名称叫病毒性感冒。给患者用药后，我说，夏季的天较热，所注射的药物在身上只有五六个小时的

“医生的口是将军的令”，乡村医生的一言一行都是在维护群众的健康、关爱着患者的生命。

有约与失约

温县 王道永



作用，超过限定的时间就起不到应有的疗效了，继续进行诊疗才能让病情快一点儿好转。我告诉患者，现在是早上6时，中午12时必须再注射一次药物。

11时30分，我刚端上饭碗准备吃饭，就接到急性阑尾炎患者让我出诊的电话。12时，我正在给急性阑尾炎患者治疗。由于我没有按时到第一个有约的患者家，患者的丈夫连打2次电话，还发起了牢骚。

群众常常对乡村医生寄予厚望，把乡村医生的话视为全家健康的指南。想到这里，给急性阑尾炎患者做过治疗后，我匆忙赶到第一个有约的患者家，及时给患者注射药物，并给患者解释原因，这才免去了一场“因有约变成失约”而引来的误会。

出诊箱

宜阳县 王双永

总是 在人们最需要的时候 伴随着乡村医生 走过多少泥泞 经过多少风雨 那鲜艳的红十字啊 依然 光芒四溢

病患者所痛 急患者所急 小小的出诊箱啊 挤不进女儿的团圆与欢愉 却装满了太多太多 患者的希冀

无题

林州市 王斗金



身在农村志未休， 亦农亦医度春秋。 巡诊常按云千里， 读书多伴月一钩。 农活岂嫌粪土臭， 悬壶只为病者求。 医改东风杏林秀， 老当益壮再加油！

在这10年里，无论是“非典”期间的一线值班，还是每年手足口病高发季节挨家挨户地排查、背着喷雾器进行“消杀”，我始终牢记：凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦。

我的十年乡医路

民权县 黄华

1999年，我毕业于商丘医学高等专科学校。毕业后，我拿着毕业分配介绍信去民权县人才交流中心报到，工作人员让我回家耐心等待。

回到家里，我已经身无分文，就在一个熟人的药店里除了1台血压计、5支体温表和1000多元的药品，开始了悬壶济世。现实是无情而残酷的，在农村人眼中，“大学生”应该有一份好工作，如今我又回到农村老家，上了那么多年学真是白搭了。我无言应对，心里很内疚，觉得有愧于父母。为此，我曾一度闭门不出，终日卧床。

世俗的偏见、创业的艰辛让我不堪回首。最终，我挺过来了，而且这一坚持就是10年。在这10年里，无论是“非典”期间的一线值班，还是每年手足口病高发季节挨家挨户地排查、背着喷雾器进行“消杀”，我始终牢记：凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦。

10年间，太多的酸甜苦辣让我回味，太多的事情历练着我，有些经历至今记忆犹新、难以忘怀。那是2003年的一天，一个一岁半的孩子吃东西时卡住了喉咙，情况十分危急。年轻的小两口吓得脸色苍白，抱着孩子飞奔到我的诊所。当时，孩子的脸色青紫，随时都有窒息的危险。我赶紧把孩子倒过头来，提起患儿的双肩，用



资料图

右手掌用力拍打其背部。随后，孩子吐出了卡在喉咙里的食物，“哇”地一声哭出了声音。孩子没事了，我吓得瘫坐在椅子上。万一张卡在喉咙里的食物出不来……对这件事，我后怕了很久。小两口喜极而泣，告诉我，如果不是我，孩子会被憋死的。小两口非要给我钱，表示感谢。我当即拒绝了。其实，遇到像孩子把卫生纸塞进鼻孔、村民被树枝上的刺扎破了手和脚这类事，我都是尽心尽力、免费治疗的。

由于我们是乡村医生，不管啥病，也不管啥得了病，他们都会想到我们。

在他们眼中，我们就是为他们解除痛苦和灾难的“万金油”。在农村，经常有人牵着狗、羊找乡村医生看病。忍心，属于超范围营业；不治，我们又不忍心看到乡亲们愁苦的神情。这个问题让我们很无奈。

10年来，不管是白天还是夜晚，出诊是最平常的事情，但是，我最不愿意为那些生命垂危、回天乏术的患者出诊。不知为何，生命经常在夜里消逝。患者的家属在敲门时很急；等我到了他们家，患者的心跳、呼吸已经停止了；很多次，家属还坚持让我再听听、再看看。宣布患者死亡之后，家属们都趴在那里哭成一片，邻居们都忙着收拾东西，而我只有在深夜一个人静悄悄地回诊所。

十年磨一剑，虽然磨难、历练早已磨平了我年轻气盛的棱角，但是我也是一个不甘落后的人。通过努力，我先后考取了专科学历和执业医师资格证。2010年，我参加了民权县一家医院的公开招聘考试，并被录用。试用期还没开始，我的医疗机构执业许可证就被吊销了，我的乡村医生路也在无限留恋中结束了。但是现在，我的妻子也考取了执业医师资格证，想成为乡村医生，继续为群众服务。

10年乡村医生路，虽然是辛苦而曲折的，却是一段刻骨铭心的回忆。

寻找“最美乡村医生”

的中年才俊，也许是毕业后扎根基层的有为青年，也许是温暖的巾帼女将……

从本期起，《乡村医生特刊》在全省范围寻找“最美乡村医生”，欢迎广大读者以来信来电的方式提供新闻线索，将身边的乡村医生美丽的闪光点告诉我们。我们将以图文并茂的形式进行报道，让他们的关播向四方，同时也欢迎来函自荐。

诊室里，有他们凝神为患者诊治的身影；村子里，有他们微笑为村民进行公共卫生服务的身影；夜晚的乡间小道上，有他们出诊的身影；田间地头，或许还有他们辛勤劳作的身影。风吹雨打、无假无休的他们，一定有着平凡而动人的故事。走进他们，一定能发现朴实然而美丽的光芒。他们也许是曾经的“赤脚医生”，也许是经验丰富的

欣赏谜语记中药

博爱县 呼廷法珩

- 一江春水向东流(胖大海) 二十一(三七) 三九时节冷入骨(天冬) 四通八达(路路通) 五除三十(商陆) 六枚童起死回生(人参) 七仙女长生不老(万年青) 八仙吕洞宾吹箫(神曲) 九死一生(独活)

世界上最早的医疗体操

一般认为，瑞典是世界上开展医疗体操较早的国家，大约有500年的历史。其实，世界上最早的医疗体操出现在我国。为很多人所知道的“五禽戏”由我国东汉名医华佗发明，比瑞典的医疗体操早1000多年。这套医疗体操是模仿虎、鹿、猿、熊、鹤5种动物的自然动作编成的。实际上，在华佗发明了“五禽戏”之前，我国就有了医疗体操——“消肿舞”。据《吕氏春秋·古乐》记载：“昔陶唐之始，阴多滞伏而滯积，水道壅塞，不行其源，民气郁滞而滯着，筋骨屈伸不达，故作为舞以宣导之。”说的就是在4000多年前的尧舜时期，由于河道堵塞，大水泛滥，人们心气郁闷、筋骨不舒，当时的领袖尧便教大家跳舞，以使气血畅通。在实践中，一个叫康明氏的人编创了一套叫“消肿舞”的医疗体操，用来防治关节炎，可以说是世界上最早的医疗体操。

《黄帝内经》也有这样一段记载：“中央者，其地平以湿，天地之所以生万物之众，其民食杂而不劳，故其病多痿厥寒热，其治宜导引按跷，故导引按跷者，亦从中央出也。”这里的中央即我国的中部地区，属河南省洛阳市一带，那里常发洪水，使人们常患“痿厥寒热”之病，当时人们主要用“导引按跷”的方法来治病。“导引”是一种医疗保健体操，“按”即指现代医疗常用的按摩，“跷”是手舞足蹈的动作，是跳舞的意思。这段记载说明，“消肿舞”最早产生于中原一带。(郝时民)

从《清明上河图》看宋代中医药(上)



商业性质的医药机构——药局中的官名，兼管医药。“五劳六损”是一般内伤外感病的统称。依据画面，这个赵太丞大概是一位擅长儿科、内科的医官。他热心行医，注重医德，深明“医乃仁术”，故能做到“贫不计利”。

《清明上河图》是宋代画家张择端所作的，反映宋朝首都——汴京(今河南省开封市)清明节繁荣景象的名画。这幅画被不少画家临摹、复制，较有名的是清代画院陈枚、孙祜、金昆等画家合作的复制品。

《清明上河图》中有不少反映宋代医药事业的真实描绘。画中的四眼井旁，有一家临街的店铺，门上高悬“赵太丞家”的横匾，门旁的对联一联被一个高大的招牌挡住，另一联直书“五劳六损□□□”，招牌上写着“治酒所伤真方集香丸”，其旁边的幡上还可看到“□理小儿贫不计利”的字样，室内有一个柜台，旁边一位医者正聚精会神地给一位如人怀中的小孩诊病。“丞”是宋代太府寺所属的具有

商业性质的医药机构——药局中的官名，兼管医药。“五劳六损”是一般内伤外感病的统称。依据画面，这个赵太丞大概是一位擅长儿科、内科的医官。他热心行医，注重医德，深明“医乃仁术”，故能做到“贫不计利”。

画中另一临街小店，门旁挂着“专门接骨”的招牌，其上有一个醒目的“十”字，这在当时表示什么还有待考证。在其门前的街道上，有人背着一个大汉正在向行人询问，行人指着这个“专门接骨”的小屋，显然是在给求医者指点就医处所。在画中，街道僻静处的一个小院的门旁写着“祝由科”三个字。“祝由”是古代祈禱治病方法的名称，最早见于《黄帝内经》，后世称用咒语禳病的为“祝由科”。它虽然有些浓厚的迷信色彩，但是也借助于一些药物进行治疗，类似于现在的医学心理学治疗。由图可见，“祝由科”在当时是正式为政府所承认的。据说，元代太医院分十三科，其中就有“祝由科”；元代以后，渐渐只流行于民间了。(王一平 王剑飞)

葫芦——中医行医的招牌

古时候的行医者无论走到哪里，身上都背着一个葫芦。葫芦作为行医的招牌，据传这还很有来历呢！

东汉时期，有个叫费长房的人，见一位老翁在街上卖药，凡吃过他的药的患者，立即见效，药到病除。他看了以后，就想拜老翁为师。于是，待人散后，他尾随老翁，见老翁跳进一家酒店墙上挂的葫芦内。他心想，这老翁决不是等闲之辈，于是增强了拜师的决心。他在酒店挂葫芦处备好一桌上等酒席，恭候老翁出来。不多时，老翁便从葫芦内跳出来。他立即磕头跪拜，认师求教。老翁见他诚心求学，便收他为徒，将自己的医术传授给他。后来，费长房便成为当时的一位名医生。他为了纪念老翁，行医时总是将葫芦背在身上。从此，郎中行医，使用葫芦当招牌，以表示医术高超，人们也因此把葫芦当做医生的标记。

其实，葫芦本身也是一味中药，味甘、淡、性平，有利水通淋之功效，可用于治疗水肿、小便不利、黄疸、腹满等症，每次15~30克，水煎服，也可配入复方中应用。葫芦籽还可治疗牙痛及牙龈肿痛，配牛膝煎水含漱，即可见效。(刘安)

