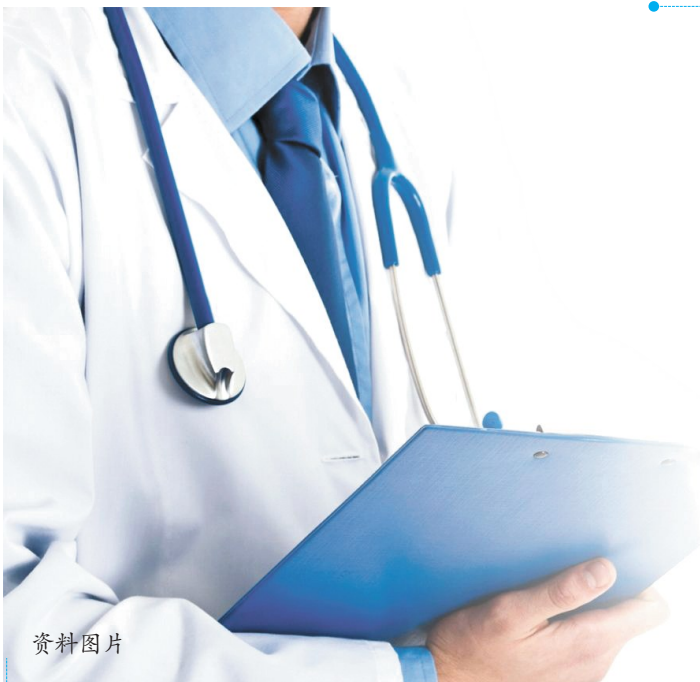




资料图片

我认识卢院长已经有20年了。20年前,我刚从护校毕业,被分配到一所乡镇卫生院工作。年轻加上是卫生院为数不多的护校“正规军”,我经常被院领导派遣到上级医院进修学习。在宜阳县人民医院内科学习期间,我有幸认识了善良、慈祥又博学的卢医生。

我第一次见到卢医生是在一个清晨。那天,我到内科报到,刚推开内科走廊大门,就看见一位衣衫褴褛、肩上扛着麻袋、步履蹒跚的老先生迎面走来。他一边走,一边轻唤:“卢医生上班了没?”随即,一位年轻的女医生从医生办公室快步走出。她梳着齐耳短发,一双炯炯

有神的眼睛里透露着亲切。看见老先生,她立刻小跑上前:“哎呀!大伯,你怎么来了?背的是啥?真沉,赶快丢下来。你身体不好,不能干重活!来,赶紧到屋里坐着歇一会儿!”说着,年轻的女医生把麻袋从老先生的背上提了下来。这时,我也走进了医生办公室,听到老先生对年轻的卢医生说:“卢医生,我今天是特意来感谢你的!这是俺家地里新出的红薯,我给你捎了点儿尝尝鲜。我是今年春天你救活的杨××啊!你还记得吗?”年轻的女医生笑着说:“大伯,我记得!大伯怎么知道我爱吃红薯呢?好!那我收下了!”看到这情景,当时我想:这医生怎么

医者仁心

□娟 子

一句客气话都不说,就收病人的礼物呢?老先生见女医生收下红薯,憨厚的脸上露出甜甜的笑容。就在老先生起身准备离开时,我看见女医生迅速撩起工作服,从上衣口袋里掏出20元,悄无声息地将钱塞进了老先生的衣兜,叮嘱老先生看好衣兜、慢走。

老先生走了,我还没回过神来。旁边的同事笑着说:“今天卢医生又买了这么多红薯,小心胃酸哦!”女医生笑着说:“老百姓种地挣个钱不容易!这点儿红薯卖掉还能换点儿油钱、盐钱。病人说谢谢,咱都知道足了,不能再要礼品了!可是不

要也不行,总不能让大伯再提着这么重的麻袋回去呀!”就是在这样的情景中,我认识了20年前还是一名普通的内科医生的卢医生。

从这以后,我对卢医生敬佩有加。在后来的学习中,我发现卢医生每次给病人听诊,都用双手捂一下听诊器头。她说听诊器头是用金属制作的,紧贴着病人的皮肤太凉了,会不舒服。病人一不舒服就会影响听诊效果。她总爱弯下身子给病人诊断;查房时候总爱拿个笔记本,面带微笑地记录着什么。虽然很忙碌,但是她乐此不疲。

10年后,因人事调动,我来

到县人民医院内科工作。这时的卢医生已经是我们的院长了。虽然她升为院长了,但是在内科的病房里我们依然能看到她忙碌的身影。见到我们,她总会先笑着给大家打招呼,俨然一位慈祥的大姐。她常说:“我从内科走出来,这里就是我的家,大家就是我的兄弟姐妹!”遇到疑难病例,大家的第一反应就是找卢院长看。卢院长更是有约必来。她常说:“我首先是个医者,其次才是院长”。

记得有一次上小夜班,我和年轻的郑医生搭班。深夜一点左右,病房里一位病人病情突然发生变化,心率达到160多次每分钟,呼吸困难,说不出话来。我和大夜班护士赶紧建立静脉通路并通知郑医生急救。当时,郑医生看到病人病情危急,又是首次单独处理危重病人,为了安全就立刻给卢院长打电话说明情况。卢院长在电话里一边指挥我们抢救,一边从家往医院赶。到医院后,卢院长立即来到病人床前,一边安慰病人一边询问情况。经过一个多小时的用药观察,病人的生命体征逐渐平稳,情绪也稳定了下来。卢院长又仔细阅读了患者的病历,和郑医生分析患者的病情。

后来,我从内科调入急诊科。在急诊科里,处理危重、抢

救濒危患者,这种场景太多了。每次,我都会看到卢院长的身影。我们科的医务人员渐渐养成了一种习惯,只要有疑难危重患者,都会异口同声地说,“赶紧给卢院长打电话!”卢院长也是逢约必来,到现场指挥抢救、安抚家属,请求外援,总是那么有条不紊。看到我们抢救病人汗湿衣衫,在得知我们的工作服布料透气性差后,她当即给我们更换了新的工装,她说不能让战斗在一线的同志们流汗又委屈。有时看到大家热情工作,卢院长也会即兴吟诗一首献给大家。她既是大姐,又是良师益友,更是心系群众健康的医生!她总是对我们说,要学会总结,学习如何追踪病人;病人流向哪里,最后诊断出什么病,治愈了没有?尤其对转向上级医院的病人更要追踪;要学习上级医院的经验,总结自己的不足,更好地为老百姓服务!

今天,我又在科室里看到卢院长了,看到她脊背驼了,头上也有了白发,还听到她熟悉的话语在空气中飘荡;评审要达标,离不开医院每个人的努力,让医院发展,让老百姓得到更多的实惠比啥都强!我想这就是一个医者最大的心愿!

(作者供职于宜阳县人民医院)

心灵絮语

题记:

每一个不曾起舞的日子,都是对生命的辜负。心若花开,便岁月飘香;心若明澈,则人世静美……

做一个有温度、有爱心、有智慧、有趣味的女人吧!不必太过耀眼,三餐、四季不必太过匆忙,不疾不徐地把自己活成一道亮丽的风景。

寻找失落的世界

□韩凤琴

人到中年,活着活着,好像就把自己弄丢了。每天做饭、上班、下班、买菜、做饭、接孩子……像一个上了弦的钟表,固定时间必须出现在固定地点。

直到有一天,我静静地坐在室内,脑子里突然出现我十三四岁的模样。想起那时在乡下过年,我和哥哥、妹妹一起在除夕晚上守岁。我们等呀等,终于等到了子夜12点。父亲在院子里拖着一根长长的木棍,上面拴着红红的鞭炮。哥哥负责点炮。我和妹妹则捂着耳朵躲在一边儿倒数着“五、四、三、二、一”。听到鞭炮声震耳欲聋,我们开心得手舞足蹈。

我上初中的一天,父亲告诉我说,要观看日全食。那天,我和哥哥早早地来到院子里,接上一盆凉水,拿上几个玻璃片,涂上蓝色的墨水。父亲记录着时间,我们一起好奇地等待着神秘时刻的出现……那时,我对蓝蓝的天空充满了好奇。不记得从什么时候开始,我的好奇心逐渐消失了,生活的热情减退了,对所有事情都不感兴趣,变得麻木、世俗。生活也变得呆板、枯燥,没有活力与朝气,快乐也逐渐离我远去……

改变我的,是一只蜗牛……

那是一个雨后的下午,我带着两岁多的女儿在小区里玩耍。小区超市南边的花池旁蹲着几个年龄一样大的小朋友,正好奇地看着什么。我无聊地坐着,突然被一对母子的对话吸引了。只见小男孩指着一只蜗牛,兴奋地对他的妈妈说:“妈妈,你快看,有蜗牛、有蜗牛!”小男孩的妈妈低下头,温柔地对小男孩说:“来,宝宝,咱们一起把小蜗牛放在树叶上,让它慢慢爬,好吗?”他们母子俩就蹲在草边儿,观察着眼前这个小小的、慢慢向前挪动的蜗牛……我被他们俩专注的表情打动了。刹那间,我怦然心动。这是多么单纯、多么美好的一件事啊!我的记忆之门也被悄然打开。我情不自禁地对女儿说:“佳佳,咱们一起找找小蜗牛吧!”

然后,我们真的在雨后的台阶上,找到了好几只蜗牛。它们是那么娇憨、可爱,用那么小的躯体执着地按着自己的节奏,用力地向前爬……

我陷入了沉思:人随着年龄的增长,心灵不再通透。面对现实,又无力改变时,会滋生很多不良情绪,变得暴躁、焦虑、功利、世俗;此时,若能适时清除心灵杂草、摒弃抱怨、及时清零,对社会、对世界依然保持最初的惊喜、好奇、热情、善良……则活得更明白、更通透些,也会少生许多烦恼……

人生在世,不能总低头觅食,总要仰望点儿什么。哪怕是一轮红日、一弯新月、一片云朵、一座山峰、一棵古树……只要能激起你心底的波澜,向着高处,向着远方,支撑起整个生命和灵魂,便是好的。

如果有一件热爱和坚持的事情,你的人生就有奔头,生活因此而紧凑。当趣味塞满你生活的角落,你会无暇孤独。所以,如果可以,不妨寻找一件事来让生命丰盈,用心感受每一天。我想,这就是生活的意义……

以后的日子里,每个清晨醒来,我在为孩子准备早餐的间隙,会拿上一本自己喜欢的书,安静地看一会儿;也会抬头望向窗外,欣赏日出的静美。上班路上,看到野花开得正浓,我会随手拍下来;看见路边有老人摔倒了,会扶上一把……认真工作,好好生活,给自己确定一个可行的目标,提升自己的内涵。工作之余,做做美食,听听音乐,养养花,开心地陪伴孩子玩耍……我仿佛找回了那个曾经失落的世界,找回了以前的快乐时光,找回了久违的笑容,找回了以前那个真正的我……

“我和我的祖国”主题征文活动

为热烈庆祝新中国成立70周年,展示70年来的发展历程和辉煌成就,本报特推出“我和我的祖国”主题征文活动,欢迎广大写作爱好者踊跃参与。

征文主题:紧紧围绕“我和我的祖国”这一主题,以个人感悟、家国情怀为视角,讲述感人故事,抒发爱国情怀,传播积极向上的正能量。

征文要求:文章可以采用散文、诗歌等文体。散文字数不超过2000字,诗歌行

数在60行以内。

征文刊登与评奖:征文中的优秀作品将在《卫生文化》版《我和我的祖国》专栏刊登。届时,本报将组织专家对入选作品进行评奖,并颁发获奖证书和奖品。

征文时间:即日起至截至12月底,将电子版发送至指定邮箱。

投稿邮箱:568689252@qq.com

投稿电话:0371-85966391

『打双升』的启示

□李颖

提起“打双升”这项娱乐活动,几乎是家喻户晓……

为什么“打双升”如此受人们喜爱呢?我想大概是因为其老少皆宜,操作简单便捷。

有人“打双升”是为了打发时光;有人是想赶走寂寞、忘掉忧愁;还有人是要结交朋友或者感悟生活……

在业余时间和朋友小聚时,我喜欢“打双升”来娱乐。从30年前的初级水平,到现在的中级水平,虽然进步不大,但是它带给我了很多启示:

其一,团结精神。“打双升”过程中,即使再小的牌,只要组合成“拖拉机”,在不遇到“大拖拉机”的情况下,基本就能把对家给拖下去。更甚者,若是在出最后一把牌时,特别是在“台下”者,用“拖拉机”扣底,把手中的分数翻倍,可连升数级。打成这样的牌,那可真叫精彩!

其二,协作精神。“打双升”一般是4人成局,两两组合,对面两人为一组。在台上的组叫庄组。庄组一般分主、辅。

庄主先起牌、扣底,再发牌,对方为辅。庄主打牌时,辅者一定要同庄主保持一致,尽全力保护庄主,明白庄主的发牌用意。如果主辅配合默契,“打双升”胜算的概率就很大。

其三,竞争意识。“打双升”就是用两副扑克牌,两人一组。一般从2开始打,竞争升级,看哪一组最先升到A,最先打到A者为赢的一组。因此,在“打双升”的过程中,哪一组在台上,哪一组就掌握了主动权,就有先发牌的机会,升级的机会,赢的机会就多。在台上的庄组,不仅可以先起牌,还可以把底下剩余的8张牌手里牌的牌进行重新排列组合,然后把多余的8张牌再放进底中,先发牌,时时占领主动、优势地位;台下组就没有这种优势,时刻处于被动地位,只能凭借挣分来争取上台升级。

每次玩的时候,我都在想,这种团结精神、协作精神、竞争意识,能够在“打双升”中体现出来,在生活中又何尝不是呢?

家和万事兴。在一个家庭中,如果大家团结协作、尊老爱幼、相亲相爱、和睦相处,那么,这个家庭就会幸福、兴旺发达、其乐融融。

在一个单位中,如果大家能够团结友爱,劲往一处使、心往一块聚,有明确的奋斗目标,正确的努力方向,那么就没有克服不了的困难,没有完不成的任务,没有实现不了的目标。

一个国家更是如此。新中国的建立,中国人民站起来了,扬眉吐气,靠的是团结协作,万众一心,不怕牺牲,奋力拼搏。习近平总书记治国理政、党的建设中,强调全国人民要树牢“四个意识”,坚定“四个自信”,坚决做到“两个维护”,其根本就是号召全国人民团结一致、步调一致、齐心协力、攻坚克难,全面建成小康社会,实现第一个百年奋斗目标,实现中华民族伟大复兴的伟大复兴梦。

(作者供职于河南省第二人民医院)

郑州松恩生物科技有限公司

郑州松恩生物科技有限公司第四代治疗鼻炎技术,是纯中药疗法,具有不痛苦、操作简单的特点,对鼻窦炎、鼻甲肥大、慢性鼻炎等疾病可以签约治疗。该技术对过敏性鼻炎也有较好的临床效果。

寻求合作伙伴,携手打造地方品牌。

加盟松恩,助您实现药店、诊所成功转型发展。

地址:河南省郑州市中原区陇海路与桐柏路交叉口凯旋门大厦B座2705室。

联系人:李经理 电话:13275972217

广告

摄影作品



一抹春色

史尧/摄

我的骨折康复之路

□罗晓华

我是郑州大学第五附属医院临床一线的一名护理人员,今年五月初出头。今年1月25日凌晨6时,天还未亮,我在跑步赶公交车的时候不小心将左脚崴伤,跌倒在地。当时,一阵刺痛感传遍全身。缓过劲后,我坚持上了一天班。1月26日,我因脚面疼痛肿胀,去拍了片子,检查结果显示第五跖骨基底部骨折。

常言道:“伤筋动骨一百天。”按照常规处理,骨折需要进行石膏固定6~8周。有些骨科专家甚至建议我做手术打钢钉。打上石膏的我休息了两天就开始上班。在石膏固定后的第三天,我洗澡时不慎将石膏弄湿,后来便将石膏拆除。没有再继续打石膏。因为不愿意卧床休息,且一直坚持上班的缘故,我的脚面肿胀得像面包似的。

在医院同事介绍下,我来到医院骨骼肌肉疼痛康复中心接受治疗。康复中心主任朱毅为我制定了个体化康复治疗方案,进行蜡疗、超声治疗、高能激光治疗及骨关节松解术等。除此之外,每天我还要进行小腿肌肉及踝关节康复锻炼,促进血液循环,防止肌肉萎缩及关节僵硬。这个年纪是骨质疏松发展的阶段。我决定拿自己做实验,打破骨折后的常规治疗,以特有的康复形式进行骨折后的康复治疗。

在朱毅主任的精心治疗和自己的努力下,我于骨折后第十四天开始无拐杖行走;第二十天复查,X线片提示骨折没有移位,骨折线模糊;第五十天完全恢复正常行走。在“第三届国际运动康复大会”上,康复专家励建安用亲身经历告诉人们,运动是很好的康复手段。他

在右脚第五跖骨骨折的第十二天,去爬了紫金山;第十八天,去徐州跑了10公里;第八十天,又到广州跑了个全程马拉松……

励建安表示,卧床会导致心肺功能衰退,血容量减少,有氧运动能力降低,静静脉血栓形成风险增加,肌肉萎缩,关节活动障碍,骨质疏松,肾上腺皮质激素分泌增加,糖代谢和脂代谢紊乱,泌尿系统结石,免疫能力低下和感染率增加;反之,运动则可以改善情绪,减轻疼痛,改善疲劳,改善躯体、心理和社会功能,改善体质,增强免疫功能等。因此,我们要注意防范卧床引起的并发症。至于如何快速康复同时又不会影响生活质量,就要在专家的指导下制定个体化方案。

(作者供职于郑州大学第五附属医院)

人生感悟

看一朵花开,会让人心生愉悦,而看漫山遍野的花全开,会有情不自禁的狂喜和幸福。徜徉在千万朵杏花中,是多么幸福的一件事情啊!

春风解意,花期如约。农历二月中上旬,是芒砀山杏花盛开的日子。我爱很多种花,特别是春天开的花。二月里,我最想念芒砀山的杏花。从腊月起,我就不止一次来看她,看她的枝干以优美的姿态伸向阳光,看她小小的花蕾在枝头孕育萌发。一串串如红豆般大小的蓓蕾长满枝头,直到一颗颗红豆变成粉粉的花苞。我的心也跟着急切起来,开始数着日子,总担心会错过花开的时间。待我再一次赶



□王洪云

与杏花一起的时光

到时,远远就看到山坡上一片白色,仿佛刚下了一场小雪。我的脚步也变得轻快起来。来到山脚下,我看到娇艳的花蕊在阳光下肆意地伸展开来。山风吹来,空气中到处飘满了淡淡的香味儿。步入杏林,我便被杏花包围住了,满眼都是洁白的杏花,就像少女在向春天“吐露”爱情,那么大胆,那么不顾一切。透过一枝枝杏花看天空是如此的蔚蓝,我闭上眼睛,心也跟着陶醉了。

在豫东平原能看到山的地方只有永城芒砀山。这个季节,来看杏花的游人很多。他们大多是慕名而来。我身边时不时有三五人谈笑经过,有的在林间拍照,有的坐在树下面带笑意,闲谈着,快乐也在杏林间流淌着。沿着山间崎岖小路,不知不觉爬到铁角山半山腰,人渐少,杏林也更稠密,只能弓下身来前行。一抬头,一棵开满

了淡粉色杏花的树出现在我的眼前。粉色的花朵更娇俏,含苞待放的花蕾沁出胭脂一样的颜色,花瓣像婴儿的粉嫩脸庞,让人忍不住想去亲吻。到了山顶,正是夕阳西下时,光线也开始变得柔和起来。一阵风吹过,花瓣纷纷落下,落在衣襟上,落在发间,就像感受了一场杏花雨,让人幸福得想要呐喊。向远处望去,村庄安静,阡陌交错,麦田一片葱绿,村在漫山遍野的白色

花海中,俨然一幅山水田园画。虽然杏花的花期很短,但是有什么关系呢?“草木有本心,何求美人折”,只要在属于自己的季节里绽放过属于自己的美丽,哪怕没有结果,哪怕零落成泥,也已足够。对我来说,在这个春天能看到这满山的杏花,能拥有一段美好的时光,便觉得日子丰盈而甜蜜。

(作者供职于永城市中心医院)