



用微光照亮患者

□席 娜

制图:李歌

“把地面打扫干净,把毛巾用水浸湿后拧干认真擦拭桌子,清理垃圾桶并套上干净的垃圾袋。”在郑州市第八人民医院瑞民街院区七病区主任张中发的办公室里,梦帅(化名)麻利地完成这套动作后,拉过凳子坐在对面轻声说:“张伯伯,等您忙完,我想和您说说话。”

善于倾听
在交流中走进患者的内心世界
“来,跟伯伯说说最近睡得怎么样,又遇到啥烦心事啦?”刚结束手头的工作,张中发立刻拉过凳子凑近梦帅,语气里满是亲昵。

40年的一线临床工作经历,让张中发始终以身作则,要求科室成员聚焦“以患者为中心”。面对情绪不稳定、行为紊乱的精神障碍患者,既要体谅关爱,更要以医术为支点,破解这一群体病情复发率高的“魔咒”,帮助他们回归社会、重燃希望。

梦帅是张中发的康复患者之一。2005年8月,梦帅首次住进张中发所负责的病区,经过3个月的对症治疗后康复出院。2008年打工时,梦帅觉得疾病已痊愈便擅自停药,半年后因顽

毛病复发,再次入院。从此,张中发成了梦帅口中“亲切的张伯伯”。自前年年底,梦帅再次出院后,遇事总爱找张中发倾诉,后来更养成习惯,没事就找张中发聊家常。梦帅每次来复查,都会主动帮助张中发打扫卫生;如果张中发不让干,梦帅还会生闷气。“张伯伯教我静心的小诀窍,总是在我犯病前提醒我该注意哪些问题。因此,我做点儿小事儿是应该的。”梦帅的话里满是感激。

在张中发看来,与患者相处的每一个细节都可能是治疗的关键。之所以能提前预判梦帅会犯病,正是源于日常互动中对其情绪波动、语言思维变化、行为细节的捕捉,进而评估精神状态,及时进行心理疏导和药物调整。张中发坦言,精神障碍患者多有“病耻感”,内心脆弱敏感,“细微”的言语都可能造成影响。精神科医生既要医术过硬,还要用心沟通,真正去理解接纳患者,才能赢得患者及家属的信任。

捕捉细节
从患者话语中找到问题症结
半年前,36岁的王起(化名)被诊断为抑郁症,治疗3个

月收效甚微。张中发等人会诊查房后,通过与患者的沟通交流,结合王起的行为表现,诊断为强迫症。调整用药不到2个月,王起便康复出院。如今,从事电气维修的王起经常打电话向张中发倾诉,比如对“老板不干活儿拿钱多”感到不平衡。张中发在沟通中让其换位思考:“你的今天是老板的昨天,老板的明天是你的明天,老板也是从丫头干起来的,别急于求成。”王起豁然开朗,不再郁闷纠结。

今年5月初,李成(化名)陪同出院半个月的爱人复诊时,特意将年近80岁的父亲也一起带来了。李成的爱人因家庭变故出现失眠、敏感多疑、恐惧、怀疑被跟踪等症状,在多家医院治疗无效。张中发诊断李成的爱人为抑郁症,患者住院治疗2周后症状缓解,不到1个月便出院。而老人的“怪病”更令人印象深刻:大热天还穿薄棉袄,整天没精神,怕冷,外院诊断为抑郁症却用药无效。张中发结合中医基础理论,判断老人气虚怕冷,并开具相应的药物为老人治疗,1个月后退老人便不再畏寒。

“用药如用兵,对症治疗效果好。”张中发认为中西医各有

优势,应取长补短。这得益于张中发扎实的中医功底——高考时曾获全省中医统考第二名。1985年8月,张中发进入临床一线,阴差阳错被分配到精神专科后,凭借勤学上进,仅用半年时间就拿到单独执业处方权。

心怀敬畏
帮助更多患者回归正常生活
多年来,张中发破解过不少疑难杂症:2002年,治愈贵州一名发作性饮酒的间发性酒狂患者;2005年,在医院“全国性疑难病例会诊”考核中,唯一准确诊断“体相障碍·冲动人格”。由此,张中发被提拔为科主任。

6年前,62岁的刘名(化名)术后出现严重精神失常,在多家医院治疗未愈,经张中发诊断为应激障碍,住院7天便痊愈。如今,刘名已正常生活6年。

目前,张中发管理着3个病区:临床心理科(开放性管理,侧

重成人心理及情绪障碍,追溯与心理应激或创伤的关联并进行修复)、早期干预一科(封闭病区,收治重性男性患者,专注不同时期干预及复发管理)、早期干预二科(封闭病区,收治重性女性患者,功能同早期干预一科)。80余人的医护团队,在他带领下各展所长。

“医者父母心,对患者要像对儿女那样;替他着想,给他希望,让他快乐。”在张中发心中,每一个精神障碍患者都需要呵护。这位幽默的“心灵修复师”,用40年时间从手足无措成长为业界权威,患者家属赞誉他为“神医”。

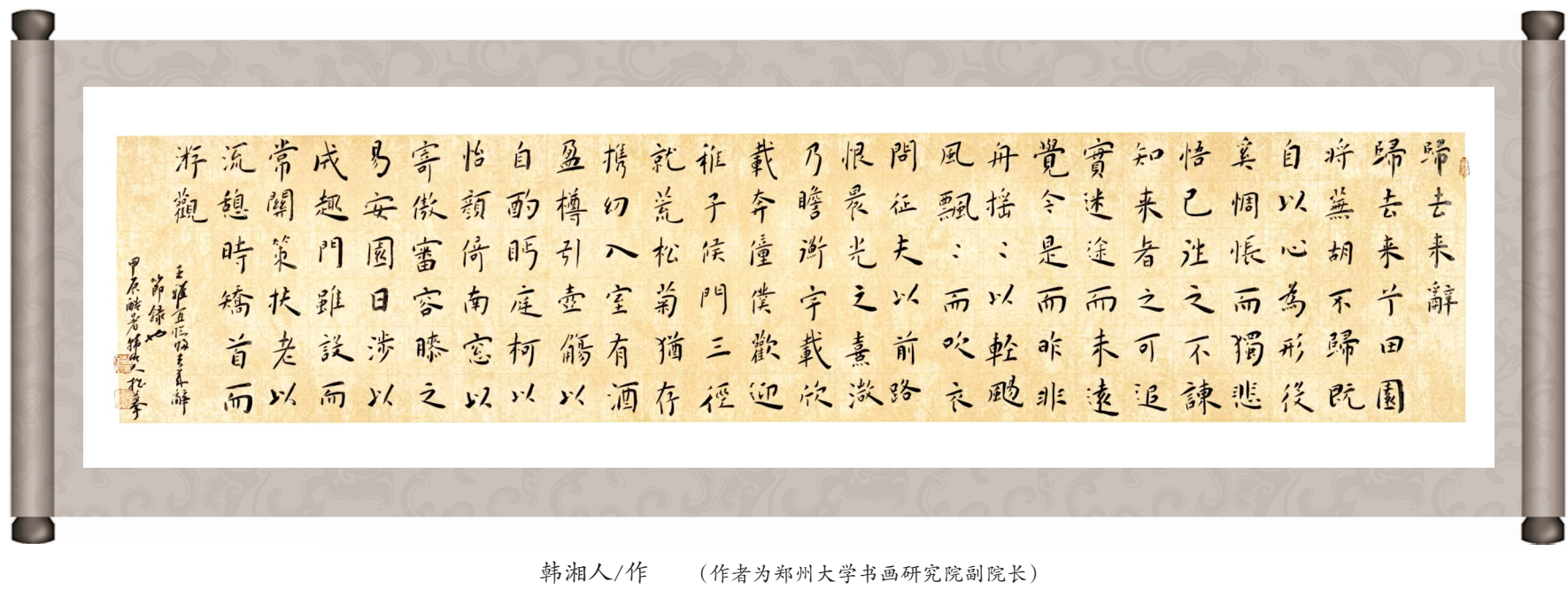
张中发说,虽然精神障碍复发率高,但是每当自己看到患者重返社会,听到家属的感谢,内心的自豪感便化为无穷动力。

(作者供职于郑州市第八人民医院,本文由杨须整理)



河南省卫生健康委宣传处指导
河南省健康中原服务保障中心主办

书画作品



韩湘人/作 (作者为郑州大学书画研究院副院长)

心灵絮语

夏日的热浪席卷大地,空气中弥漫着沉闷与焦躁。阳光如火焰般炙烤着每一寸土地,仿佛要将所有的生机都榨干。然而,在这无边的酷热之中,夜晚却悄然带来了一丝凉意,尤其是那场夜雨,更是为这炎炎夏日增添了几分柔情与诗意。

夜幕降临,天边最后一抹夕阳也被黑暗吞噬。城市的喧嚣渐渐平息,只剩下偶尔传来的虫鸣和远处的车声。此时,天空开始聚集起层层乌云,它们像被无形的力量牵引着,缓缓向中心汇聚。风,也悄然起了,带着一丝丝湿润的气息,给人带来久违的凉爽。

不久,雨珠悄然落下,打破了夜的宁静。紧接着,雨珠纷纷扬扬地洒落,像是天空打开了闸门,任由雨水倾泻而下。这是一场期

待已久的雨,它带来了清凉,也带来了生机。雨珠落在树叶上,发出“沙沙”的声响;落在屋檐上,溅起一朵朵水花;落在泥土里,滋润着干渴的大地。雨声、风声,交织成一首美妙交响曲。

我站在窗前,静静地看着这场雨。雨滴在玻璃上划过一道道痕迹,像时间的印记,记录着这一刻的宁静与美好。我不禁想起古人对雨的赞美:“好雨知时节,当春乃发生。”这场雨来得恰到好处,它洗去了白天的尘埃与疲惫,让人的心灵得到了净化。

雨势渐渐变大,窗外的世界

一场夜雨

□李志辉

变得模糊。远处的灯光在雨幕中闪烁,像夜空中的星星,点缀着无边的黑夜。雨声也更加急促而有力,像大自然的倾诉,诉说着夏日的热烈。我闭上眼睛,深深地吸了一口气,空气中弥漫着泥土的芬芳和雨水的清新,这是大自然的礼物,让人心旷神怡。

这样的夜晚,我喜欢一个人静静地坐着,聆听雨的声音,感受雨的气息。雨,是大自然的恩赐,它滋养着万物,也滋润着人的心田。每当这个时候,我都会想起那些关于雨的诗:“夜阑卧听风吹雨,铁马冰河入梦来。”虽

然我没有铁马冰河的豪情壮志,但是雨夜带给我的那份宁静与遐想,让我感受到了生活的美好与诗意。

雨,继续下着,像一位老朋友,默默地陪伴我度过漫长的夜晚。我看着窗外的雨,思绪万千。我在生活中奔波,追求名利与梦想,却忽略了内心的感受与需求。这个雨夜,像在提醒我停下脚步,聆听内心的声音,感受生活的真谛。

在这场夜雨中,我找到了久违的宁静与平和。我仿佛置身于一个梦幻的世界,所有的烦恼与

忧愁都被雨水冲刷得一千二净。这一刻,我只想静静地坐着,享受这份难得的宁静与美好。

雨,终于停了。天边露出了一抹淡淡的曙光,宣告新的一天到来。我走出房间,来到院子里,空气变得清新宜人,树叶上挂着晶莹的露珠。远处的山峦在晨雾中若隐若现,宛如一幅水墨画。我深深地吸了一口气,感受着大自然的恩赐。

这场夜雨,像一首动人的诗,让人陶醉其中;像一幅美丽的画,让人流连忘返。它让我在忙碌的生活中找到了片刻的宁静与美好,让我在喧嚣的世界中找到了一丝慰藉与力量。我会珍惜每一天,用心感受生活的美好与诗意!

(作者供职于宜阳县第二人民医院)

人生感悟

自我记事起,对中医药的那份亲近,便如初春藤蔓,悄悄缠上了心壁。这情愫的根,深扎在家里四代相传的医道里。那时,爷爷是鄢陵县第二人民医院有名的中医大夫,无论上班期间还是下班回到村里,找他看病的人总是络绎不绝;父亲则在村中经营卫生室,数十年如一日守护乡亲们健康。听爷爷讲,我的太爷平时在务农的同时,兼在家里的炉坊院帮工,还曾跟随家人和其他乡村医生学习了中医知识,擅长运用膏、丸、丹、散治疗伤寒、绞肠痧和跌打损伤等常见疾病。

我上小学五年级时,我家从村子的土岗上搬到了岗下鄢陵至扶沟公路的北边路旁,并在院子前专门盖了配有诊室、药房、治疗室的卫生室。药品也随之丰富起来,父亲特意购置了大中药柜,备有100多种常用中药。新诊室的牌匾和药柜上的药名,由书法精湛的爷爷题写。木制牌匾上,白底衬着的红字诊所名笔力苍劲、风骨尽显;药柜之上,红底托着的黑字中药名则工整流利、厚重沉稳。字体苍劲、工整,透着岁月沉淀的专业与安心,让人不自觉心生信赖。

家里的药材大多购自禹州药市,但是故乡的田埂上和沟渠旁,也遍地生着能入药的草木:枸杞子、旋覆花、紫苏、地肤子、二丑(牵牛子)、苍耳子、车前子,还有夏蝉鸣歇后,挂在枝上半透明的蝉蜕等。因此,闲暇时,我经常跟着爷爷沿着田埂寻觅从泥土里钻出来的宝贝,采回后按古法在屋檐下晒干、炮制,最后收进陶罐。记得当时爷爷总念叨说:“药得三分晒,七分藏,火气收住了,药性才留得住。”

出家门往南,骑着父亲给我买的二手红色无车梁自行车,仅用十几分钟便来到一段锈迹斑斑的铁轨旁,那是西至禹州、东到商丘的地方铁路。小时候,我常见绿皮火车慢悠悠地驶过,车轮碾着铁轨“哐当哐当”作响,混杂着路边的蝉鸣,汽笛一声长嘶掠过田野,车窗里偶尔闪过几张探出来的笑脸,惊起的麻雀扑棱掠过天地,把夏日的时光拉得又轻又长。

夏天铁轨两旁的碎石缝和坡上,是牵牛花的天下。7月骄阳似火,暑气蒸腾,牵牛花的籽粒饱满,藤蔓顺着铁轨护栏恣意攀爬。爷爷常带我去采药,他弯下腰,手指灵巧地捻开干枯的灯笼状蒴果,黑黢黢皱皱的种子便簌簌落入掌心布袋。他捻着蒴果的手停在半空,声音沉稳:“这叫黑丑,也有白丑,是同一种植物的不同的颜色,合称二丑。二丑性苦寒,微毒,入肺经、肾经、大肠经,不仅能泄水通便,消痰涤饮,还能杀虫。”我盯着掌心的小颗粒,它们似沾着铁轨的灰,却蕴藏着治病救人的力量。不由得感念天地生万物的玄妙,总让人心生敬畏。

沿铁轨往北走,穿过一片稀疏的豆田,步行三五分钟就到了团结构(原名芦义沟)。这个河沟常年无水,龟裂的河床裸露着黄泥土,唯两岸的杨树郁郁葱葱,枝叶相连如一片绿云。乡亲们干完农活儿,常会聚集在树荫下,用粗瓷碗喝着自带的白开水,水的“咕咚”声清晰可闻。河坡上,枸杞子倔强生长,红果子一串串垂挂,风一吹便悠悠晃动,像在黄土地上撒了一把细碎的朱砂。

枸杞子熟透时正值夏末秋初,日头最烈的时节。爷爷提着小竹篮带我穿行其间,指着红得透亮的果子说:“枸杞子是好东西,能滋补肝肾、益精明目。长年累月辛劳的人,以及腰腿酸软、耳鸣眼花的人,都离不开它。”说着,爷爷用药锄轻刨根边的土,剥下带黄褐色皮的根,“这叫地骨皮,专清虚热,治骨蒸盗汗、肺热咳嗽最是拿手。”那时我懵懂,只记得枸杞子在阳光下红得像要滴出汁水,地骨皮剥开后,透着泥土的凉苦气息。

村子东边的土岗上,夏日清晨总氤氲着紫苏的辛香。农历六七月暑气正炽,天边刚泛起青灰,爷爷便唤醒我,提着小竹篮往岗上走。坡上草茂露重,裤脚很快湿透,凉丝丝的潮气顺着脚踝往上钻。爷爷蹲在紫苏丛边,指着青紫相间、叶缘带齿的叶子说:“紫苏叶性温,能散寒解表、行气宽中,可以治疗风寒感冒、鱼蟹中毒。”我学着他掐下鲜嫩的叶片,指尖稍一捻碎,一股冲鼻的辛香便直窜进来,像根细针倏然挑开了晨雾,那点儿因倦顿时消散,人也精神起来。露珠在叶面滚动,映着初升的日光,也映着爷爷专注的侧脸。

村北挨着田地的荒坡,是旋覆花的领地。9月秋风起,天高气爽,金灿灿的旋覆花便一朵接一朵地绽放。细茎顶着毛茸茸的花球,密密匝匝铺在枯黄草丛里,远远望去,像撒了一地小太阳,暖意融融。爷爷总挑个晴好的午后带我去采药。他挎着荆条筐,在秋阳里弯着腰掐花,专挑花瓣尚未完全舒展的新鲜花朵。“这花味苦、辛,性微温,能降气消痰、行水止呕。胸闷暖气、咳嗽痰多、心下痞硬,用它准没错。”他手指抚过花瓣,毛茸茸的触感微糙,如同摩挲着秋天干燥的风。那股又辛又苦的独特香气沁入肺腑,成了秋天最深刻的印记。

青春年少时,我常无事便坐在卫生室的药房里,对着药柜上爷爷题写的药名出神。柜门一开,百草气味便弥漫开来,或苦或辣,或甜或沉,缠缠绕绕,尽是旧日时光里,跟随爷爷在田埂上、沟渠旁寻药的身影,在心中刻成了磨不掉的印记。这药香早已渗入骨髓,化作了血脉里流淌的暖意。

后来,我到外地求学、生活、工作,只要嗅到一丝熟悉的韵味,或许是煎药时氤氲的热气,或许是老陈皮悠长的醇香,或许是雨后泥土散发出的草根清幽,儿时的故园瞬间在眼前鲜活:草木丛中,爷爷的身影依旧清晰,他弯着腰,对着土地,用一颗朴实的心解读着泥土里生长的药草,手指拂过叶片,如同摩挲着生命的密码。

爷爷如今已趋近鲐背之年,身子骨还很硬朗。每次回老家,我总能回忆起跟随他采药的时光,便由此不由自主地想到,人生亦如采药,须在适宜的时节俯下身,承接天地的雨露,方能得到大自然馈赠的真味。家里卫生室那高高的药柜,一个个小抽屉,都是盛满泥土精魂与时节密语的匣子,爷爷题写的字便是药的魂魄,在静静诉说着人与大自然亘古的交情。当每一缕药香掠过鼻尖时,感觉都像是故园在心底轻轻叩门,门后是爷爷的身影,是草木的絮语,是那永远散不尽的暖意。

“我们的选择”征文启事

人生路口,向左还是向右?每一次选择,都铺就了未来的轨迹。选择不易,但每一次抉择都铸就了独一无二的你们。花样年华时,你们选择跨入医学之门,研究人类健康的奥秘;风华正茂时,你们选择成为敬佑生命、救死扶伤的医务人员。你们有的扎根基层,兢兢业业地担负起“居民健康守门人”的职责;有的坚守重症救治一线,竭尽全力守好患者的生命线;有的成为心灵的艺术家的,有的奔忙在公益事业上……

征稿要求:文章主题突出,形式灵活多变,语言生动,字数不超过2000字。

欢迎广大卫生健康系统干部职工投稿。

投稿邮箱:258504310@qq.com

联系人:李歌