

照亮健康之路

□王城玠

人生如同一段漫长的旅程，在无数个十字路口，我们的选择决定了前行的方向。站在人生的关键节点，我选择了医学，成为一名全科方向的住院医师。这一选择，如同一束温暖的光，照亮了我独特的青春轨迹，也让我对医生的价值有了更深的理解。

规培(住院医师规范化培训)初期，我曾经经历过许多同龄人都有的迷茫阶段。看着一些同学在心脏介入科、神经外科等领域钻研“高、精、尖”技术，我却要学习如何鉴别上百种皮疹，安抚焦虑的家长，劝说固执的老人坚持服药。这种“广泛”与“专业”的对比，曾让我在心里反复追问——这条路的价值究竟在哪里？

答案，就在日复一日的临床实践中悄然浮现。

在社区卫生服务中心轮转时，我遇见了患者李女士。李女士因为反复头晕，多次就诊，头颅CT(计算机层析成像)、颈动脉彩超检查结果均未见异常。那天，诊室里难得清静，我便多问了李女士几个问题。原来，李

女士退休后独自照顾患阿尔茨海默病的老伴儿，每天夜里都要起身三四次，已经3年没有睡过整觉。

“医生，我不怕累，就是觉得孤单。”李女士眼睛里的疲惫，让我恍然大悟——这不是单纯的眩晕，而是长期照顾老伴儿压力过大的表现。我没有再给李女士开具新的药物，而是花了20分钟和她聊聊生活。1个月后再复诊时，她握着我的手说：“王医生，谢谢你看见了我的难处。”

“看见疾病背后完整的人”——这就是全科医学的灵魂。在医学不断专科化、精细化的今天，我选择坚守整体观的医学智慧。我既要准确识别危急重症，做好居民健康的“守门人”，更要关注疾病背后的人——他们的生活方式、心理状态、家庭支持、社会环境。这种“既见树木，又见森林”的视角，正是全科医学不可替代的价值。

在医院急诊科轮转时，1次夜班让我对这份“守门人”的职责有了更深的体会。一位45岁的男性

患者因为胃痛就诊，心电图检查结果仅提示轻微ST段改变。然而，患者提出烧灼感向背部放射的症状，让我提高了警惕。我坚持请心内科专家会诊，患者最终被确诊为主动脉夹层。主动脉夹层这个“伪装大师”，如果没有细致的问诊和足够的警惕性，后果不堪设想。这次经历让我明白，全科医生的“广博”必须建立在扎实的临床功底上。因此，我立志要做一名敏锐的“侦察兵”，在复杂的表象中识别真正的危险信号。

选择全科医学，更是选择了一种独特的医患关系。从为新生儿做第一次体检，到指导年轻的父母科学育儿；从管理中年人的“三高”(高血压、高血脂、高血糖)，到陪伴老年人安详走完人生最后一程——我参与的是完整生命历程。我在时间长河中建立信任，是任何高科技设备都无法替代的医疗温度。

一位高血压病患者每次就诊时都会对我说：“王医生，你了解我的情况，你开的药我放心。”这句话背后，是3年来的定期随访、无数次调整用药方案、耐心的健康指导累积起来的信任。

更高层次上，全科医学让我站在公共健康的视角看待健康问题。在工作中，我逐渐理解“每天走6000步”的建议，可能比开出一张降糖药处方产生更长远的影响；一次成功的戒烟干预，可以有效降低心肌梗死和肺癌的风险；一场关于预防跌倒的健康讲座，可能让多位老人避免骨折卧床的命运。我不仅是临床医生，还是健康理念的传播者。

当前，我国正在建设“基层首诊、双向转诊、急慢分治、上下联动”的分级诊疗体系。全科医生是这个体系的基石，肩负着为亿万居民提供连续性、综合性、个性化健康服务的重任。选择全科，就是选择了一条非常重要的道路。走这条道路，不仅需要广博的医学知识、沟通的艺术、协调资源的能力，还需要一颗愿意理解、愿意陪伴的仁心。

规培即将结束，我越来越坚定自己的选择。全科医学天地广阔，既需要我在常见病、多发病的诊疗上精益求精，也需要我们在人文关怀、健康管理上不断探索。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”在未来的日子里，我将继续扎根基层，做一束温暖而持久的光，照亮患者的健康之路。

这就是我的选择，虽然平凡，但是承载着守护亿万家庭健康的不凡使命。

(作者供职于南阳市中心医院)

我们的选择

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

心灵絮语

“东风带雨逐西风，大地阳和暖气生。”当第一缕春风轻柔地摇动柳梢，当第一声春雷在遥远的天际隐隐滚动，春天的脚步，就这样轻盈而至。世间仿佛被一只温柔而神奇的手轻轻拂过，沉睡一冬的大地渐渐苏醒，冰河在暖阳的轻抚下悄然解冻，潺潺的流水声恰似大地的低吟浅唱。枝头萌动着嫩绿的新芽，那是生命在春日里的初绽，处处洋溢着生机与希望，宛如一幅徐徐展开的绚丽画卷。

春天，是四季的开篇，是时光的新起点，是大自然赋予世间万物重新开始的契机。春天宛如一位神奇的画师，手持细腻的笔触，精心勾勒出大自然的复苏画卷。田野里，麦苗在微风中轻轻摇曳，像绿色的波浪在涌动，又似在低声诉说着对春天的无尽期盼。树林间，鸟儿欢快地歌唱，那清脆悦耳的歌声，宛如天籁之音，在空气中荡漾，传递着春天的喜悦与活力。每一朵含苞待放的花蕾，每一片嫩绿的新叶，都在诉说着生命的故事，都在展示着大自然的神奇与美妙。

在这个充满希望的季节里，一切都显得生机勃勃。有这样一群人，他们无暇欣赏这如诗如画的春日美景，无暇享受温暖阳光洒在身上的惬意。他们身着白大褂，如同圣洁的天使，穿梭于医院的各个角落，忙碌在病房之间。他们用精湛的医术和无私的爱，守护着每一位患者的生命健康，成了这个春天里一道独特而动人的风景。

春天的阳光透过窗户，轻柔地洒在洁白的病床上，却无法驱散患者脸上的痛苦与忧虑。患者被病魔折磨着，眼神中充满了对健康的渴望和对未来的迷茫。医务人员就是那束温暖的春光，他们带着温暖与希望，走进患者的世界。在他们眼中，患者的生命高于一切，他们愿意用自己的智慧和汗水，为患者驱散病魔的阴霾，带来健康的曙光。

手术室里，气氛紧张而凝重。医生全神贯注地进行手术，仿佛整个世界只剩下眼前的患者和手中的器械。时间在紧张的氛围中悄然流逝，汗水湿透了他们的衣衫，但他们浑然不觉，心中只有一个信念：拯救患者的生命。当手术成功的那一刻，他们疲惫的脸上露出了欣慰的笑容，那笑容如同初春的花朵，绽放着生命的美丽与希望。

病房里，护士像天使一样守护着患者。他们轻轻为患者翻身、拍背，动作轻柔而熟练。在患者孤独无助时，他们贴心陪伴患者，用温柔的话语和鼓励的眼神，给予患者力量和勇气；在患者痛苦绝望时，他们用专业和耐心，帮助患者树立战胜疾病的信心。他们就像初春的微风，吹拂着患者的心灵，为患者带来安慰与力量。

导诊台边，导医耐心解答患者的问题，为患者指引就医方向。他们温和的声音，缓解了患者初来乍到的焦虑和不安。他们用热情的服务和真诚的微笑，让患者感受到关怀和温暖。

检验科内，检验师严谨操作各种仪器。每一份样本背后都承载着患者的期盼，他们深知自己肩负的责任重大。号称医疗“侦察兵”的他们，用精准检测结果为临床诊断提供坚实依据，仔细分析每一个数据，不放过任何一个异常指标，为患者的治疗争取宝贵的时间。

药房里，药师仔细核对每一张处方，确保药品准确无误。他们深知，每一粒药片都关系着患者的健康与安全。他们认真检查药品的质量和有效期，为患者提供安全、有效的药物，以高度的责任心和使命感践行“健康所系，性命相托”的誓言，让这个春天因他们的存在而更加温暖、更有意义。

春天是新的开始，是希望的象征。医务人员，就是初春时节一道美丽的风景线。他们的身影在春光中忙碌，汗水在暖阳下闪耀。他们用坚守与担当，为生命保驾护航，让希望的种子在每一位患者心中生根发芽，绽放出战胜疾病的力量。他们如同春日细雨，滋润着病痛的心田；又如初春朝阳，驱散阴霾，照亮患者康复的道路。在这个充满生机的季节里，他们用无悔的付出，诠释着医者仁心的真谛，成为春天里最动人、最温暖的注脚。

愿春天的暖阳，照亮医务人员前行的道路，让他们在忙碌的工作中感到温暖和关怀；愿春天的微风，吹散他们的疲惫，让他们在紧张的氛围中得到放松和舒缓；愿春天的生机，赋予他们无穷的力量，让他们在守护生命的道路上勇往直前。

当春天的脚步继续前行，当大地迎来更加绚烂的阳光，医务人员依然会坚守岗位，默默奉献。他们就像春天的使者，用爱与责任，迎接生命的每一个春天。他们的坚守，如同春雨般细腻无声，却滋养着每一个需要帮助的生命。他们的付出，如同春花般绚烂多彩，为这个世界增添了一抹温暖的色彩。

(作者供职于兰考县中心医院)

“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，竭尽全力守护好患者的生命；有的成为心灵的艺术师，有的奔忙在公益事业上……

欢迎广大卫生健康系统干部职工投稿。

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。

投稿邮箱：258504310@qq.com
联系人：李歌

摄影作品



春驰花野

张立/摄

(作者供职于河南省胸科医院)

人生感悟

红梅灿灿映君心

□卜俊成

“燕子去了，有再来的时候；杨柳枯了，有再青的时候；桃花谢了，有再开的时候。但是，聪明的，你告诉我，我们的日子为什么一去不复返呢？”前不久回老家过春节，忙完家务，按照惯例来到书房翻阅自己从初中到大学期间积攒的文史书籍。当翻看到那本1983年出版的《张海迪书信日记选》时，当年赠我此书的那位——滕县马栏镇杨庄村石磊老师的身影，便不由得浮现在了眼前。我就随口背出了著名作家朱自清那篇成名作《匆匆》中的语句，于是想念石老师的情愫就愈发浓烈起来。

石老师出生于1921年，比我爷爷年长16岁，曾是我们县马栏镇一中的教师；我爷爷当年在马栏镇卫生院行医，两人皆酷爱书法，又同为性格耿直之人，志趣相投之下，便成了相伴一生的挚友。爷爷带我第一次去邻村拜访石老师时，正是春节期间的一个午后。那时我正读初三，沉重的学习压力压得我喘不过气来。爷爷见我寒假期间整天把自己关在书房埋头复习，生怕我累坏了身体，便索性带我去石老师家中散心。

去石老师家的那天，路上的积雪已基本消融。虽然暖阳高照，但是天气依旧严寒。我和爷爷各骑一辆自行车，不过十多分钟，便到了石老师家门口。石老师家院子的门楼是用老式蓝砖蓝瓦砌成的，不算高大宽敞，两扇陈旧的木门早已看不出当年的油漆色泽。唯有门上、门框与门楣上贴着的红色对联，彰显

着春节的喜庆。进了院子，照壁后面栽着的一株红梅正开得繁茂，平添了几分凛冽吉祥的热烈。院子不大，宽度恰好与三间砖瓦房相当，地面却收拾得十分整洁，让人看了心里格外舒畅。

随着爷爷的两声呼喊，石老师便走出堂屋来迎接我们。他那时已年近80，腿脚却依旧利索。石老师的夫人，一位同样年迈的老奶奶，也一同连忙热情地招呼我们进屋，并顺手抓来一大把瓜子和花生塞到我手里让我随便吃。堂屋内是传统的中式陈设，正中间挂着一幅“松鹤延年”的中堂，两侧配着一副对联，只是具体内容，我如今已记不清了。中堂下方摆着一张条案，上面供奉着本门宗祠的牌位和一些瓜果。长案底下是一张八仙桌，上面放着一套茶具。八仙桌两侧各摆着一把太师椅，椅前放着一个可移动的煤火炉子，暖意融融。

石老师和他的夫人分别坐在两把太师椅上，爷爷则坐在不远处的木质板凳上，围着煤火炉子取暖。爷爷陪着石老师夫妇二人闲谈，说起陈年往事，石老师不时微笑着点头，偶尔也插上几句话，虽然声音不高，但是字字清晰，带着一种乡间长者特有的温和与笃定。说到动情处，他常会轻轻地抬起手，在空中缓缓比画一下，仿佛那些逝去的岁月又重新呈现在眼前。他当时问了我的年龄和上学的情况，随后笑着对我说：“西屋有个书架，上面的书你尽管看。”说完，他又转向爷爷，关切地询问起互相共同熟识老友的身体近况，

言语间满是牵挂。

一听有书看，我一下子便精神了起来，掀开门帘来到石老师家堂屋的西间，在书架旁的书桌前坐下，静静地翻阅起来。石老师所说的书架，是用几块桐木木板简易拼接而成的，算不上精致，却收拾得整整齐齐。书架旁深色的老式书桌停靠在低矮的窗户正下方，冬日的暖阳透过窗棂洒进来，轻轻落在书桌上，让人感觉暖融融的。书架上陈列的大多是陈旧的政治理论著作和文史书籍，有《毛泽东选集》《周恩来选集》《燕山夜话》《茶馆》《小二黑结婚》《家》《春》《秋》《西游记》《李自成》《孙犁文集》等。

我在书架上偶然发现，石老师有个亲人，早年当兵，1949年去了台湾。书架上静静地放着他亲人去世后的照片，还有几本20世纪90年代初期台湾某同乡会主办的杂志。这些我从未见过的物件，读起来格外津津有味，仿佛看到了一段不一样的岁月。那天，爷爷和石老师夫妇相谈甚欢，直到临近晚饭时分，我们才起身告辞。临走时，石老师拉着我的手，语重心长地对我说：“将来不管干啥工作，多读书总是好的。”我笑着点了点头，将这句话深深记在了心里。

第二次跟着爷爷去拜访石老师，是在我上高一的暑假。当时，石老师刚参加了一场全国性的书法比赛，荣获铜奖。我们来到石老师家时，他刚好收到大赛主办方寄来的获奖证书。看到我们的到来，石老师很高兴，特意拿出那幅获奖作品

的拓片让我们欣赏。那是他用行草写的一首自作诗，字迹遒劲有力，笔画间既有传统帖学的飘逸，又透着几分魏碑的刚健，布局疏密有致，一气呵成。他站在桌子前，微微弓着身子，手指轻轻点着纸面，给我们讲解哪里用了什么笔法，哪个字写得最得意。说到兴起时，他还拿起毛笔，在废纸上随手写下几个字示范给我们看。那一瞬间，他整个人仿佛都与笔墨融为一体。

那次拜访，我在石老师的西屋书房阅读了《张海迪书信日记选》。书中，张海迪身处逆境却不向命运低头，自学英语、钻研针灸，凭借坚强的意志活出精彩的故事，深深触动了我，让我感知了坚持与奋进的意义。临走之际，石老师见我对此书爱不释手，便笑着将其赠我，还郑重叮嘱我：“你要向榜样学习。”后来爷爷爷爷闲谈才得知，石老师也是一个命运多舛的人：虽然他早年疼爱的女儿不幸夭折，生下的儿子又患有智力残疾，但是他从来不曾怨天尤人，而是努力做一个出彩的自己。

上高二那年，高考的压力如潮水般袭来，我几乎将所有时间都投入到功课之中，日日埋头苦读，不敢有丝毫懈怠。那年春节，爷爷像往常一样去看望石老师，石老师特意挥毫泼墨，为我写下了“拼他个春夏秋冬，搏他个无怨无悔”的对联，以此鼓励我全力以赴、不负韶华。高三那年的春节，我刚回到老家，爷爷便带着满脸愁容告诉我：“石老师走了。”那一刻，我心头猛地一酸，眼泪就嗒嗒地落了下来。顷刻间，曾经