制图：李歌

在迷雾中点亮一盏灯

□杨韶华

当时，我刚调到住院医师规范化培训（简称住培）管理部门工作不久。一天，办公室的门被轻轻推开，一个女孩儿怯生生地站在门口。她局促地搓着手，眼神闪烁不定，像一只误入人群的小鹿。我请她坐下，她却突然红了眼眶，声音哽咽：“老师，我觉得自己坚持不下去了……”那一刻，我仿佛看到了无数学员的缩影——那些在医学道路上踽踽独行的年轻人。

从临床一线转岗至住培管理岗位，我最初面对的不仅是角色的转变，还是一场关于自我价值与职业意义的深刻反思。从重症医学科的病房到住培管理办公室，这种转变带来的不适远比我想象的强烈。当重症医学科的同事们讨论最新的疑难病例时，我在为如何提高住培学员的学习积极性而绞尽脑汁；当重症医学科的同事们在学术会议上分享研究成果时，我在统计各科室住培师资的考核成绩。那种“我的工作究竟能创造什么价值”的自我怀疑，像一团挥之不去的迷雾，笼罩着初到管理岗位的我。

我见过带教老师被临时叫回科室抢救患者，无法按时进行技能培训，留下一群困惑不已的学员；也经历过因为临床工作繁忙，原本计划的病例讨论被一次次推迟。更令人揪心的是，部分带教老师自身对住培制度的理解也存在偏差，认为这是“额外的负担”。

在这样的环境中，学员们的心理状态尤为脆弱。其中的许多人，像后来让我深受触动的那位女学员一样，站在人生的十字路口，承受着巨大的压力。她在当地县级医院做过临时工，参加住培时已经28岁，比同班其他学员的年龄大了不少。农村出身的她，父母常年在外打工，没有找到稳定工作前的焦虑，未婚的社会压力，远离家人的孤独感，以及繁重的临床学习任务，像一座座大山压得她喘不过气来。

记得那天，她在我办公室哭了很久。她说自己经常半夜惊醒，担心操作失误被带教老师批评；她说每次看到同龄人在朋友圈发布工作成绩或家庭幸福的信息，就会怀疑自己选择住培是否正确；她说最害怕的就是半年后就要住培结业考试了，担心自己不能通过考试。这些话语像一把把小锤子，敲击着我作为管理者的心。我们是否真正关注过学员的内心世界？我们设计的住培体系，除了技能考核和病历书写，可曾为学员的心理健康留出空间？

我开始尝试改变。首先，我为她联系了医院心理科的医生，同时与她的父母取得联系（这是一项微妙的工作，既要保护学员的隐私，又要让家人了解她真实的心理状态）。当我在电话里听到她的母亲在电话那头哽咽着说“我一直以为孩子在外面过得很好”时，我忽然明白，这些看似简单的住培管理工作，实际上连接着一个个鲜活的人生故事。

在我和同事们的共同努力下，她的情绪逐渐稳定，开始主动与我分享学习心得。我注意到她不再总是低着头走路，而是能够坦然地与带教老师交流病例。更让我欣慰的是，她在今年住培结业考试中取得了优异成绩，并在结业前夕成功签约了一家心仪的工作单位。

离开医院之前，她特意来到科教科找我，脸上洋溢着我从未见过的光彩：“老师，今年是我的幸运年，我找到好工作了！”她的眼睛亮晶晶的，那一刻，我忽然明白了住培管理工作的真正意义。它不仅是各种规章制度的严格执行，还是一座连接理想与现实的桥梁，是一盏为迷茫者照亮前路的灯。那位学员的笑容，比任何荣誉都更让我感到满足。在这些看似琐碎的日常管理中，我见证了学员们的成长，见证了学员们人生的重要转折。

现在的我，依然会为住培学员的学习积极性不高而烦恼，依然会为教学投入不足而忧心，但是我学会了在这些困难中寻找希望的火种。我和同事们开始组织更多的学习经验分享会，让优秀的学员讲述学习心得；为每年的新学员进行心理测评，针对有焦虑、抑郁倾向的学员，及时给予心理援助，让他们知道自己并不孤单；在生活中，逐步改善学员的住宿条件。

回望这段心路历程，我深深感激那位哭泣的学员，是她为我点亮了这份工作的价值之灯。在医疗体系中，住培管理者虽然只是一个小小的注脚，但是对于每一个正在成长的学员而言，我们可能是他们职业生涯中重要的引路人之一。我们虽然无法改变所有外部环境，但是可以在力所能及的范围内，为学员撑起一片温暖的天空。

迷雾终会散去，而灯火长明。在住培管理的岗位上，我找到了临床医生与教育管理者双重身份的融合点——那就是“以专业守护专业，以心灵温暖心灵”。当我看到曾经迷茫学员的眼中重新燃起希望的光芒，当我收到学员从工作岗位发来的感谢信息，我便知道，这一切的付出都是值得的。在这条漫长而艰辛的医学之路上，我们不仅要培养技术精湛的医生，还要塑造有温度、有担当的医者仁心。

（作者供职于三门峡市中心医院）

我们的选择

心灵絮语

共情是最好的沟通

□王泉滔

人生世间，绝不是孤立的，任何人都需要和别人交往。交往就需要沟通，不沟通的交往是泛泛之交，任何实质性的事情都做不成。各行各业都躲不过沟通这一关，医疗行业更是如此。

没有沟通的医学，是轻飘的，是跟不上时代步伐的，甚至是出力不讨好的。我见过这样一个案例。一位女性胆结石患者，37岁，间断性上腹部疼痛，有时发热，确诊胆结石已经一年多了。因为患者畏惧做手术，所以一直保守治疗。这次，患者因腹痛难忍，影响正常生活，来到医院就诊。患者住院后，她的爱人没来医院前，就围绕胆结石手术做了调查研究；到医院和主治医生沟通后，患者家属拒绝做手术，背起行李就带着患者回家了，谁也无法阻止。

几天后，这位患者因腹痛又来到同一家医院就诊。接诊患者的是另一位医生，沟通没几分钟患者就同意住院治疗。我和患者的亲戚是老同学。老同学来探视患者，找我叙旧时聊到此次患者的住院过程。我问：“她第一次已经办好住院手续，为什么没有治疗就出院回家了？”老同学说：“第一位医生的话没有说到患者家属心里去。”我问：“为什么没有说到患者家属心里？”老同学说：“医生说了一大堆话，只是为了证明自己水平很高，并且所说的问题和患者无关。”老同学接着又说：“她的丈夫本来就是小心谨慎之人。”我“嗯”了一声，老同学又说：“别说这位患者家属了，是谁也不会让那位医生做手术的。”我说：“第二位医生怎么一开口就说到他们心里去了呢？”老同学说：“第二位医生说的话，都是为患者着想的，讲了疾病发生的原因，以及不做手术的后果和做手术的益处。因此，患者就听从医生安排了。”

我也遇见过这样一位患者，男性，28岁，剑突处阵发性隐痛，无发热及明显的放射性疼痛，在乡下治疗十多天，无明显效果，来到县医院就诊。刚进诊室，患者就要求做胃镜检查，因为来之前他就跟亲戚打听了做胃镜检查的好处。我建议患者最好用排除法，先把胃部周围的器官检查一下，如果没有什么病变，如胆石症、胰腺病变等，再做胃镜检查也不迟。患者说：“这样既浪费钱，又耽误时间。”我费了不少口舌，也没有沟通到位，患者也面有愠色，站起来欲走，正好有一位老医生来找我有事，他站在旁边随口说了一句：“如果跳过腹部彩超直接做胃镜检查，有可能既浪费钱又‘遭罪’。”患者听此一言，随即镇静了，沉思片刻后立即用缓和的语言对我说：“我听你的。”

管仲和鲍叔牙一同做生意，分红时总是管仲拿得比鲍叔牙多，鲍叔牙不觉得管仲贪婪，因为鲍叔牙知道管仲家里很穷；管仲和鲍叔牙一同去打仗，败退时管仲总是跑在鲍叔牙前面，鲍叔牙不觉得管仲贪生怕死，因为鲍叔牙知道管仲家里有老母亲，这就是成语“管鲍之交”的来源。多年前，我在《读者》上读过一篇文章，虽然题目忘记了，但是内容记忆犹新。文章说在一栋楼上，一对夫妇起早贪黑地做地摊买卖，天不亮就“叮叮当当”地把锅碗瓢盆搬下楼去，夜深时又“叮叮当当”地运上楼来，邻居们很烦恼；后来，邻居们知道这对夫妇经济拮据，生活实属不易，再听到起早贪黑的锅碗瓢盆声就是悦耳的音符了。如果一个人处处为对方着想，就没有沟通不了的问题，没有办不成的事情。

池塘的蛙鸣，若是找不到倾听者，就是聒噪；若能找到倾听者，就是天籁之音。沟通需要很多元素，譬如：语言、语气、表情、仪容仪表等，但是所有元素必须围绕共情转动，没有和对方共情，一切都无从谈起。因此，共情是最好的沟通。

（作者供职于沈丘县人民医院）

摄影作品

雨后太行

卫志强 /摄

（作者供职于安阳市文峰区宝莲寺镇卫生院）

心灵絮语

一缕乡愁 半生牵绊

□金 鑫

夏天是丰收的季节，马路两边经常能看到卖成熟农作物的摊位。其中，卖玉米的摊位很常见，起初卖的是剥好皮的黄灿灿的玉米，接着是没有剥好的玉米，最后干脆把玉米秆子一起拉过来卖。我想，可能老板是为了吸引顾客，还原食物的原本面貌，尤其吸引那些带着孩子的家长，还能让孩子体验一下掰玉米的快乐。

女儿第一次见到带着玉米的玉米秆子，坐在电动车后座的她兴奋地伸出胳膊，指着一车玉米秆子说：“妈妈快看，那是‘玉米树’。”

“玉米树”？我既吃惊又好笑地“啊”了一声。

“对啊，这不就是‘玉米树’吗？”孩子并不觉得有什么不对。

“玉米树”——这倒是个挺不错的说法。一路上，我的脑子里一遍遍地重复着这个新颖的词语。

作为“80后”的我，虽然从小在县城里长大，但是因为亲戚们大多在农村，所以对农村生活还算熟悉。每逢农忙的时候，父亲、母亲都会带着我一起回到农村的爷爷奶奶家。那时候，农村没有大型机械，所有农活儿都需要人工操作。我虽然见过犁地、插秧、除草、割豆子、砍玉米、收小麦、拔花生等，但是没有真正下地干活儿，自然也就不明白农民劳作的辛苦。

长大后，我身边有很多农村出来的同学，他们学习都很努力，最后都离开了农村，进入城市生活。见面时，他们说得最多的一句话就是：“那时候拼命学习，就是为了不回家种地，因为种地太累了。”

几十年过去了，留在农村的人越来越少了，大型机械越来越多了，原来需要十几天时间才能收割完的庄稼，现在一两天就能完成。老家的村子旁边甚至通了高速公路，从老家到市区100多公里的路程，原来需要2个多小时才能到市区，如今1个小时就够了。

我家里十几个堂兄弟，有的常年在外地务工，有的留在外地生活，只有一两个堂兄弟守在老家。每年只有春节、清明节、秋收时节，在外地工作生活的堂兄弟们才会回来。侄子们也很少留在村里生活，学习成绩较好的留在了城市，学习成绩不好的也都去城市务工了。他们从小也很少参与家里的农活儿，虽然他们不会像女儿一样对着玉米秆子喊“玉米树”，但是对种地的流程和父辈们曾经劳作的艰辛也是不太了解的。

20年前，我刚参加工作时，父亲预备在老家盖一处大宅子，那时候盖房所需的费用，在县城同样可以置办一套住房。当时，我和母亲都极力反对，但是父亲执意如此。后来，父亲提起那套老宅子，说那是他“最后的拐杖”。

直到我人到中年，再回到老家，才慢慢共情父亲那辈人对家乡的依恋。那片曾经挥洒过汗水的土地，藏着他们那代人对家乡最深厚的情感。

（作者供职于驻马店市第一人民医院）

豆腐脑儿里的亲情

□段泓涛

“故人具鸡黍，邀我至田家。绿树村边合，青山郭外斜。”唐代诗人孟浩然的诗句描绘了美丽的山村风光和平静的田园生活。而在我们家，一家人相约回家，用石磨磨出香喷喷的豆腐脑儿，也能和孟浩然一样享受田园之乐和美好的亲情。

豆腐脑儿、懒豆、沫糊……都是家乡人普遍喜欢的传统美食。可是，说起来容易，做起来还得费一番功夫。岳母家有5个女孩，被村里人称为“五朵金花”。我的妻子排行老小，在家里被父母倍加疼爱。周末，妻子总是担任“召集人”的角色，提前给在老家的三姐打电话说想回老家喝豆腐脑儿，让三姐提前泡上黄豆和干菜。

到了第二天，住在邻近娘家村庄的大姐总是比我们回来得早，帮着岳母用清水把石磨里里外外洗刷干净，再仔仔细细挑拣已经泡好的黄豆，来来回回地清洗三四遍。岳母将泡好的干菜先放入大铁锅里煮一会儿，再捞出放在凉水盆里等着派上“大用场”。一旁的三姐也没闲着，赶紧从菜地薅回一大篮子时令蔬菜，择去根部和老叶，用清水洗了几遍备用。

石磨这时欢快地转了起来，大姐时不时地往磨眼里添豆添水，刚赶回来的四姐、二姐争着抓住长长的把手来回转圈。一会儿，冒着清香的豆渣浆盛了一大盆。然后，大姐用白纱布上下颠晃，一点儿一点儿过滤豆渣，剩下白色的生豆浆。如今，岳母买了一个电石磨，虽然省了很多力气和时间，但是姊妹几个还会时不时回忆起用石磨磨豆浆的情景。

烧锅也是一个烟熏火燎的活儿。岳母和三姐争执不下时，被妻子抢先搬凳子“占”到了灶火旁。大姐把生豆浆倒入锅中后，灶台锅底“噼噼啪啪”地响。接下来，就到了关键时刻——“点豆腐脑儿”。点得好的豆腐脑儿，聚块儿筋道；点得不好的豆腐脑儿，细而碎不固汤水。大姐点豆腐脑儿麻利干脆，轻车熟路。大姐这边交代着把火烧好，那边一手倒醋，一手用大勺在锅里轻轻翻动，一块块豆腐脑儿在锅里形成，再倒入泡好煮透的干菜、青菜。火再烧一阵儿，大姐将面粉搅拌成糊状倒入锅中，放入葱花、香菜、香油等调料。至此，一锅香香的豆腐脑儿就做成了。

将豆腐脑儿端到岳母面前，大家一边吃着豆腐脑儿，一边聊天，那亲情就弥漫在柴米油盐的琐碎中。“瓜菜半年粮。”过去，豆腐脑儿只是童年时代能填饱肚子的向往；如今，做豆腐脑儿的过程成了凝聚亲情的美好时光。

（作者供职于舞钢市卫生健康委）

征稿

本版征稿栏目：《我们的选择》《悦读》《人生感悟》《心灵絮语》《从医随想》《摄影作品》《书画作品》等。

欢迎卫生健康系统广大干部职工投稿。

征稿要求：文章主题突出，形式灵活多变，语言生动活泼。

投稿邮箱：258504310@qq.com

联系人：李歌

邮编：450046

地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委8楼医药卫生报社编辑部

本报地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角 邮政编码：450046 电话区号：0371 广告发布登记证号：郑东工商广发登字第009号 照排：本报编辑部 印刷：河南日报印务中心（地址：郑州经开区第三大街168号） 定价：全年220元