

文化引航 聚力发展

党的十七届六中全会通过的《中共中央关于深化文化体制改革、推动社会主义文化大发展大繁荣若干重大问题的决定》指出：“文化是民族的血脉，是人民的精神家园。”对于医院而言，文化是医院的精神内核和生命之魂，是医院生存和发展的根系，也是医院核心竞争力的关键内容。在激烈的竞争中，没有品牌的医院，一打就倒；没有文化的医院，不打也会倒。建设先进的医院文化，是深入贯彻落实“三个代表”重要思想和党的十七届六中全会精神的需要，是实现医院全面、协调、可持续发展的需要，也是培养高素质医务人员、建设创新型人才队伍的需要。

医院文化建设是一项长期的系统工程。长期以来，我们始终坚持“以人为本、以文化人”的医院文化建设理念，高扬“精诚、仁爱、和谐、求实、创新”的旗帜，着力打造素质品牌、服务品牌、诚信品牌、质量品牌、环境品牌，有力地促进了医院又好又快发展。全院职工对先进文化的引领和支撑作用、对大力推进和谐文化建设，有着深刻的认识和自觉的追求。我院“十二五”发展规划纲要明确提出，在坚持科教兴院、质量建院、勤俭办院、从严治院发展战略的同时，要以科学发展为主题，以培育和弘扬医院核心价值观为根本任务，推动医院文化提升进步，培养高度的文化自觉和文化自信，提高全员文明素质，努力建设人文医院。为此，我们要在已有的工作基础上，强力推进

医院文化建设，努力建设高尚的职业道德文化、优秀的医疗行为文化、先进的医疗科技文化、完善的医院组织文化，在新的历史起点上不断开创医院文化建设新局面，为打造国内有知名度、省内有位置、江苏沿海和苏北第一流的现代化医院和区域品牌医疗中心提供奋发向上的强大精神力量和团结奋斗的共同思想道德基础。

创办《人民医苑》文化季刊，是我们大力实施医院文化建设工程的新举措、新尝试。这份期刊将是医院职工学习交流的新园地，是服务组织文化建设、服务医院科学发展的新载体。这份期刊承载着医院职工的遐想，连结着读者朋友的心声。这份期刊报道的是医院改革和发展的进程，宣传的是医院三个文明建设的丰硕成果，展现的是新时期医务工作者的精神风貌和良好形象，不断激发广大职工创业创新创优的活力；交流的是随笔心得、文艺作品，引导大家站在理性的高处，以超越一切的洒脱来感悟人生、激扬文字，同时也为大家在繁忙的工作中添些情趣、增些书香。

“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”。每位职工既是医院文化的创造者，也是医院文化的受益者。我们相信：有您的呵护、有您的支持、有您的认可、有您的参与，《人民医苑》一定会越办越好！

连云港市第一人民医院医疗集团董事长
连云港市第一人民医院党委书记、院长

李小平

二〇一二年三月

人民医苑 目录



主 办:连云港市第一人民医院医疗集团

承 办:连云港市第一人民医院

出版时间:2012年3月31日

2012年第01期

(季刊 总第1期)

编委会

主 编:李小民

副 主 编:杨庆松 谈 笑

李家树 李爱民

张海林 施 辉

执行主编:杨庆松 仲伟茂

编 辑:王 龙 杨光礼

高 峰 江 荣

顾 问:孟宪著 王成章

陈 炜 俞德春

编辑出版:《人民医苑》编辑部

地 址:连云港市新浦区通灌北路182号

电 话:0518-85452253

传 真:0518-85456700

邮 编:222002

网 址:<http://www.lygyy.com.cn>

投稿邮箱:lygyyxx@126.com

内部资料 免费赠阅

创刊词

01 文化领航 聚力发展

本刊特稿

04 医院文化建设实施方案

09 学习贯彻落实党的十七届六中全会精神
推进全市文化建设大发展大繁荣

工作论坛

11 以量化考核为抓手 强化医院党建工作

13 加强医院文史资料工作 推动医院科学发展

16 科主任在医疗质量管理中的作用

佳作欣赏

18 一麟归来

20 优雅地变老

22 一座岛屿的战争

25 人生若只如初见

美文悦读

26 关于火车的记忆

28 灌河神韵

29 记忆中的元宵节

30 老苏抗癌记

31 孕育生命的春天

32 我等你回来

34 独具特色的景颇酒文化

35 二月挖荠菜

杏林人物

- 36 医魂——献给人民医学家吴孟超
- 40 大医精诚 真爱永留
- 42 一心为民的好医生

天使风采

- 44 体会平凡中的伟大
- 46 天使之歌
- 47 赞美护士
- 48 爱心与责任同行

医德医风

- 51 连云港市第一人民医院“三大工程”助推志愿服务工作深入开展
- 52 践行雷锋精神 争当代先锋
——市一院学雷锋志愿者在行动
- 54 弘扬“海马”精神 繁荣港城文化

礼仪之窗

- 58 医务人员仪容礼仪规范
- 61 职场礼仪:手机与电脑

智慧生活

- 64 佛塔上的老鼠
- 64 给予
- 65 无言之美
- 66 跳槽
- 66 钥匙
- 66 用人之道
- 67 语录

苍梧片影

- 68 淮海戏
- 69 连云港老东站

新书快递

- 70 医院文化二十年:医院的魅力
- 70 大故宫
- 71 理想丰满
- 71 对照记 @1963
- 72 盛开的矢车菊

医讯传真

- 74 连云港市第一人民医院医疗集团董事会成立暨第一次全体会议顺利召开等

健康讲堂

- 82 如何春补 春补补什么等

文体看台

- 86 欢歌曼舞迎新春
- 88 远去的山楂红
- 90 那些年
- 92 机会,只给有准备的人



连云港市第一人民医院 医院文化建设实施方案

为切实贯彻落实党的十七大和十七届六中全会精神，努力建设先进的医院文化，促进医院持续健康和谐发展，为人民群众提供满意的医疗卫生服务，结合我院实际，制定如下实施方案。

一、指导思想

以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，牢固树立以人为本、全面、协调、可持续发展的科学发展观，贯彻落实党的十七大、十七届六中全会精神和省十二次党代会、市十一次党代会精神，以新时期江苏精神为引领，在弘扬、继承优秀传统文化的基础上，坚持以人为本，以学习创新为动力，努力构建社会主义核心价值体系，建设具有鲜明时代特征、丰富管理内涵的医院文化，不断深化以病人为中心的服务理念，培育优良的医院精神，树立严谨的医疗行风，为构建和谐医患关系，塑造医院良好形象，促进医院持续健康发展提供坚强的思想政治保证和强有力的精神文化动力。

二、总体目标

在医院核心价值理念的引领下，将“精诚、仁爱、和谐、求实、创新”的医院精神融汇于各项工作中，逐步形成严谨务实的管理氛围，德才兼备、以德为先的人才氛围，钻研奋发的学习氛围，和谐愉悦的人际氛围，视野开阔的创新氛围，基本建立起适应连云港市跨越发展和医院发展要求、遵循文化发展规律、符合新时期江苏精神及医院发展实际、反映医院精神的文化体系。通过医院文化的创新和建设，实现职工对医院文化精神的认同，内强素质，外塑形象，切实增强职工的凝聚力，培育职工对医院的忠诚度，不断提高医院核心竞争力，实现医院文化与医院发展的和谐统一，医院发展与员工发展的和谐统一。

三、组织领导

医院成立文化建设工作领导小组，党政一把手总负责，分管院长为所辖范围的责任人，党支部、职能处室各司其职，形成党委领导、行政负责、工、青、妇等群团组织充分发挥作用、员工积极参

与的工作格局和组织架构,建立分工负责、关系协调的医院文化建设责任体系。

组长:李小民

副组长:杨庆松 谈笑 李家树 李爱民

张海林 施辉 尹可华 李明星

成员:仲伟茂 胡蓉 何炳虹 江荣

李静 孔庆云 罗洪 徐建梅

王玉仁 陆薇 卢思广 赵志斌

张成安 周胜利 郑义同 吴惠毅

孙增先 纪新华

领导小组下设办公室,杨庆松同志兼任领导小组办公室办公室主任。

四、工作措施

(一)创建学习型医院、学习型团队

要围绕又好又快推进“两个率先”的新任务,采取切实有效的措施,扎实推进学习型党组织和学习型医院建设。要充分利用市委党校、市图书馆的有利资源,采取请进来、送出去、组织学习调研、主题征文活动、先进事迹报告会、专题研讨、辅导讲座、学习交流、读书报告会等多种形式,认真组织干部职工学习贯彻党的十七届六中全会和省、市党代会精神,深刻领会科学发展观的内涵,学习新时期江苏精神和先进人物的先进事迹,开展党性党风党纪教育、理想信念教育、社会主义荣辱观教育和形势任务教育,加强职业道德教育和人文教育,大力弘扬以爱国主义为核心的民族精神和新时期江苏“三创三先”精神,培养团队精神和协作精神,切实提升个人修养和创新能力;要加强“三基”、相关卫生法律法规等知识的学习,加强专业技术的培训与学习,在全院营造学知识、学技术的良好氛围;要坚持新时期“江苏精神”和“一麟精神”相结合,社会主义核心价值体系建设与职业道德建设相结合,引导和激发广大干部职工树立正确的世界观、人生观、价值观、职业观和幸福观,坚定信念和信仰,迎难而上,在本职岗位上创先争优、奋发有为、建功立业;要发挥党委中心组的示范带动作用,重点抓好领导班子和中层干部的学习;要创新学习方式和形式,以红色旅游等活动寓教于乐,培养职工集体主义观念,提升学习成效;要逐步完善学习平台建设和考核机制,加强对学习情况的考核,将学习情况与党建工作、干部考核

等挂钩,确保学习成效;要把创建学习型医院与推进创先争优活动结合起来,与深化医药卫生体制改革结合起来,与推进医院各项工作结合起来,进一步统一思想、凝聚共识,为医院的改革发展提供强大的精神动力。

(二)弘扬医院精神

1.开展医院精神大讨论和价值理念、质量与安全理念征集活动,挖掘医院精神的深刻内涵,在广泛调研、充分论证的基础上,进一步提炼医院核心价值观,确定医院的使命、愿景和发展战略,着力打造院报、画册、专题片、网站、院歌、院徽、医院精神七大医院文化名片,制定符合医院实际、科学合理、便于操作、长远目标与阶段性目标相结合的医院文化建设规划。

2.实施精品战略,借助精品学科、精品课程、精品护理等创建活动,不断提升医院核心竞争力,为打造百年名院、促进医院可持续发展奠定坚实基础。

3.加强科室文化建设。结合医院精神,通过开展科徽设计、科室文化角比赛等活动,引导各科室结合科室的特点制定自己的科训、科室精神,建立科室共同愿景,营造团结协作、积极上进、尊长爱幼、尊重知识、尊重人才的科室氛围,努力打造科室优质服务品牌,创造惊喜服务,促进科室的管理和发展。

4.充分发挥工青妇等群团组织的作用,围绕中心、服务大局,开展系列丰富多彩、喜闻乐见的文体活动、主题活动,引领干部职工做先进文化践行者,切实增强凝聚力、号召力,促进和谐医院的建设。

5.加强文化队伍建设,定期组织医院管理者和医院文化建设专职人员的培训,建立文化建设实施机构,完善运行机制,引进先进医院文化,整合医院文化资源,构建时代特色浓、个性特色强、符合医院实际、适应现代医院制度要求的特色文化体系。要加强医院文化的理论研究与实践研究,认真探索医院文化建设的理论体系、操作方法和客观规律,搞好分类指导,推动医院文化建设的深入开展,从感性文化向理性文化延伸、从无形文化向有形资源延伸、从管理文化向文化管理延伸。要逐步建立医院文化建设的长效管理机制,包括建立科学的管理制度、完善的教育体系以及制定严格的

绩效评估办法、建立考核评价、激励机制及保障机制等，确保医院文化建设扎实有效推进。

(三) 加强行为文化建设

1. 启动医院“优质服务体系建设工程”项目。总结我院多年形成的优良传统,挖掘医院文化底蕴,统一和规范以医院精神为核心的服务理念、以医院环境建设为核心的医院内涵、以员工形象为核心的行为举止工程,制定具有医院特色的《质量与安全体系手册》、《行为准则手册》,人手一册,广泛宣传,形成人人遵守的规范。

2. 加强全员培训。每年对全院职工(包括后勤服务人员)进行医疗服务、礼仪、医患沟通、护患沟通等课程的培训,建立严格的培训考核制度,使患者第一、员工第一的思想深入医院所有员工的心中,努力为患者及员工提供舒适、便捷的就诊、住院及工作环境。

3. 建立医院文化大讲堂。定期邀请国内外知名专家来院对职工进行人文知识等培训,提升职工人文素质。

4. 创新文化建设载体。以创先争优、“三好一满意”、用户满意服务明星、优质服务品牌、优质护理服务示范工程、优质医院创建、“党在心中、情系患者”等活动为抓手,把握好文化建设的关键节点,积极创新载体,开展医护技能大赛、“三基”知识竞赛、病历书写比赛、教师讲课比赛、《向世界最好的医院学管理》、《致加西亚的信》等读书报告会、《医者仁心》观后交流会、“一日病人”体验活动、新员工医院文化理念培训、争创人民满意窗口、青年文



明号、巾帼示范岗等系列活动,强化医院关怀文化,在潜移默化中不断规范医务人员的工作流程和服务用语。

5. 树道德标杆。继续提炼和弘扬一麟精神、曹华棣精神,以丰富多彩的活动充分发挥刘一麟老院长及曹华棣主任道德标杆的引领作用;开展向王忠诚、华益慰、宋燕波、王振义等新时期医疗卫生战线先进人物学习活动,对每年评选出的“德技双馨医务工作者”、“医德医风标兵”、“优秀共产党员”等职工身边

的先进人物进行大力宣传,以先进的典型鼓舞人,以高尚的精神塑造人,在全院营造学先进、学典型的良好氛围,使核心价值观进一步植入到职工的思想深处,发挥持久的精神支撑、引导作用。

6. 开展各类评先评优活动。深入开展“优秀医务工作者”、“优秀共产党员”、“先进党支部”、“优秀党务工作者”、“文明职工”、“文明窗口”、“十佳青年”、“青年岗位能手”、“优秀护士”、“服务明星”等系列评选活动,弘扬主旋律,切实营造创先争优的良好氛围。要结合创先争优活动,将医师考核、党支部工作的督查考核情况及党员百分考核情况纳入评优细则,制定切实可行的评优标准和细则,把真正优秀的职工评选出来,切实起到示范引领作用。要加大对优秀员工的奖励力度,灵活奖励方式,真正起到激励、鼓舞作用。

7. 深入开展志愿者服务活动。在“学一麟”青年志愿者服务队及党员志愿者服务队的基础上,组织志愿者深入学校、农村、社区、社会福利院等处开展“急救知识进校园”、“急救知识进社区”、送医送药

送温暖等志愿者服务活动；完善“志愿服务在一院”相关机制，进一步建立星级认定制度、考核评价制度及激励机制等一系列制度，继续加大医务人员及社会志愿者招募、注册工作力度，完善志愿者管理机制，确保志愿医院服务活动常态化开展。

(四)加强制度文化建设

在已有的规章制度的基础上，不断完善医疗质量、安全管理、党的建设等各项规章制度，促进医院服务模式的改进与和谐医患关系的建立，从源头上预防医疗纠纷的发生，提高医院整体服务水平；要建立有效的人才培养机制，创“厚基础，精技能，重个性”人才培养新模式，建立有利于人才成长、尊重人才、尊重创新的良好平台，做到人尽其才，才尽其用，不断形成人才辈出的良好氛围；要建立健全制度保障机制，加强对各项规章制度、核心制度、法律法规等落实情况的考核与督查，坚持考核结果反馈制度、公示制度和责任追究制度，注重考核结果运用，严格执行奖惩制度，对于在服务态度等方面存在明显问题、经常被投诉，尤其是由于玩忽职守、责任心不强等非技术性原因对医院造成不良影响的员工一定要严格追究、严肃处理，在全院营造守制度、严制度的良好氛围，确保各项制度真正落到实处。

(五)加强环境文化建设

1.注重医院物质文化建设，使医院精神融入到医院建设、工作流程等每一个环节中，从而更有效地彰显医院的非物质文化。要建立以病人为中心的科学布局和便捷就医的合理流程，医院各项设置和医疗服务环节中要结合病区特点、及时了解患者的感受和需求，通过在候诊厅、手术室等候大厅等处设置电视机、报刊架、播放轻音乐、输液室设置母乳喂养区、设置卡通式儿科病房等多种形式，使病人时时处处感受到医院“以人为本”的服务理念；要着力改善院容院貌，改善设备设施、门诊就医环境、保障

体系和职工生活福利等物质条件来创造文化内涵，要强力打造医院文化长廊，对医院视觉形象设计，如工作人员着装、医院标志系统、医院环境美化等进行精心设计，不断创新，从设计风格、内部装潢、诊疗环境、形象识别等方面入手，全方位、规范化展示和传播医院文化，不断优化医院的公众形象和品牌价值，不断提高医院服务的信誉度和知名度，努力为职工创造一个宽松和谐、舒适安全的工作环境；要关注医院食堂建设，满足患者和家属的需要，方便医院员工。

2.营造医院良好人文文化。要按照《公民道德建设实施纲要》的要求，倡导职工实践“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”的基本道德规范，做社会好公民。通过卓有成效的职业道德教育、人文教育，更新服务观念，端正职业态度，严肃职业纪律，充分尊重病人的生命健康权、人格尊严权、医疗自主权、知情同意权和医疗监督权，真诚为病人服务，建立起新型的融洽的医患关系，做一个人民信赖和满意的医务工作者。

(六)加强文化阵地建设

加大对文化设施和医院建设的投入，从实际出发，努力建造有医院特色、喜闻乐见、职工喜爱的文化团队和载体；要建设好院史室和陈列室，加强图书馆、电子阅览室、影像图书馆、医院工作信息平台建设，建设院内视频系统，充分发挥现有网站、党建平台、短信平台、院报、简报等媒介的作





用，在已有院报、简报等基础上，着手打造院刊，尽快建成医院文体中心，切实增强凝聚力、自豪感。

五、基本要求

1. 广泛宣传，统一认识。先进的医院文化是医院持续发展的精神支柱和动力源泉，是医院内涵建设的重要组成部分。各支部要切实加强对医院文化核心理念学习和教育，努力提高员工对文化建设重要性的认识。通过广泛宣传动员，使全体员工认知认同和接受医院精神、管理理念和价值观念，并养成良好的自律意识和行为习惯，增强员工参与医院文化建设的自觉性。

2. 加强领导，明确责任。各支部要高度重视和积极抓好医院文化建设，各科室负责人要对医院文化建设进行系统思考，出思想、出思路、出对策，确定本科室文化建设的目标和内容，提出正

确的管理理念，并身体力行，率先垂范，带领全体员工认真贯彻落实医院文化建设实施方案。

3. 以人为本，全员参与。各支部要牢固树立以人为本的思想，坚持全心全意依靠员工办医院的方针，尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造，用美好的愿景鼓舞人，用宏伟的事业凝聚人，用一流的工作来培养人，用科学的机制激励人，用优美的环境熏陶人，充分激发员工的积极性、创造性和团队精神，达到员工价值体现与医院蓬勃发展的有机统一。

4. 突出重点，力求实效。医院文化是医院管理的重要组成部分，要立足医院实际，以加强医院内涵建设为中心，与党的建设、思想政治工作和精神文明建设等工作有机结合，大力开展转变观念教育、安全思想教育、质量意识教育、职业道德教育、爱岗敬业教育、成本意识教育，引导职工树立正确的价值观，注重在继承、借鉴中创新，在创新、完善中提高。

连云港市第一人民医院2012年文化建设重点工作安排表

序号	重点工作	牵头部门	责任人	分管领导
1	组织学习十七届六中全会精神及新时期江苏精神	党办	胡蓉	李小民
2	诠释医院精神：精诚、仁爱、和谐、求实、创新	党办	胡蓉	李小民
3	加强科室文化建设，征集各科室科训，评比文化建设先进科室	党办	胡蓉	李小民
4	开设医院文化大讲堂	党办	胡蓉	李小民
5	建成新的院史室、刘一麟、曹华树陈列室	院办 总务处	仲伟茂 张彦羽	李小民 张海林
6	建成新的院图书馆、电子阅览室，加强医院网站建设，建设院内视频放映系统	信息处	韩新年	李爱民
7	办好院报、党建简报，按季度出版院刊	院办 宣传科	仲伟茂 江紫	李小民 杨庆松
8	开展爱国主义、社会主义荣辱观教育，大力推进职业道德建设，树立“以病人为中心”的服务理念，规范医疗行为，制定医院《行为准则》	党办 监察室	胡蓉 谢林森	李小民 杨庆松
9	开展评先评优活动，弘扬主旋律；继续深入开展创先争优、“党在心中，情系患者”、“三好一满意”、“人民满意岗”创建、志愿者服务、百日优质服务竞赛等活动	党办 监察室 医务处	胡蓉 谢林森 刘晓峰	李小民 杨庆松 施辉
10	开展丰富多彩的文体活动、技能比赛	工会 团委 妇委会	尹可华 胡蓉 张海林	杨庆松



学习贯彻落实党的十八届六中全会精神 推进全市文化建设大发展大繁荣

田明

去年,党中央召开了十八届六中全会,会议主题是加强中国文化建设,这是我党历史上第一次专门部署文化建设问题,把文化建设提高到前所未有的高度。今天,我将对十八届六中全会的主要精神作些解读,再结合连云港的实际情况,谈一下连云港的文化发展问题。我们首先要了解一个概念,什么是文化?文化的概念有大中小之分,从大的概念来说,人类所创造的精神财富的总和,比如知识、科学、理论体系、道德规范、文学艺术、文化遗产等除物质生产之外的东西;从中的概念来说,则是将知识、科学去掉后剩下的理论体系、道德规范、文学艺术等;小的概念主要是指文学艺术、文化遗产这样一些小的概念。六中全会所讲的文化重要性是中间层面上的概念,我将围绕这一概念讲两个问题。

一、新的历史时期加强文化建设的重要性和紧迫性

在新的历史时期加强文化建设主要解决几

个问题:

(一)建立中国特色社会主义理论体系,坚持中国特色的社会主义发展方向

一个国家、一个社会向哪个方向发展是由理论体系所决定的。我们目前按照邓小平提出的有中国特色社会主义道路在加速发展。改革开放三十多年的实践证明了中国特色社会主义理论是富国富民的理论,中国成为了全球第二大经济体,成为了强大的国家,所以我们要继续沿着这条道路走下去。加强文化建设就是要解决理论和方向问题,这是决定一个国家、一个民族发展的大事,其重要性不言而喻。

(二)解决社会主义核心价值观体系的问题

核心价值体系由社会的共同理想、民族的创新精神及共同的道德体系构成。一个国家要是没有共同的理想,那么这个社会将是一盘散沙,由此,我们现在就是要进一步形成共同的理想。另外,要确立和提倡民族的创新精神来鼓舞社会发

展的斗志。此外,要用共同的道德来引领社会发展的方向,一个社会和国家要稳定发展,需要法律法规体系的强力保障和道德的规范力量。我们的道德体系需要进一步地建设。这也正是文化建设的核心任务之一。

(三)提高国际竞争力

文化建设与国际竞争力之间存在密切的关系。当今国际社会的竞争非常激烈,中国的政治、经济、军事、科技等方面都进入国际前列,但我们的国家文化还需要得到进一步的认同,从某种程度上,我们的文化竞争力和冲击力不够。所以我们目前加强文化建设就是要增强国际竞争力,用文化来走向世界。

(四)解决文化产品供应问题

现在社会正处在转型期和加速发展期,人均国民收入已经超过 3000 美元。在国际上,3000 美元是一个转折标志,人均国民收入在 3000 美元以下,人民主要关心和社会重点聚焦的是温饱问题,在支出机构当中是以生存为主;当到了 3000 美元之上,社会就开始转型,人民的消费机构就开始发生变化,在精神领域、奢侈领域的投入开始急剧增加,人均国民收入在 3000 美元到 2 万美元之间时,对文化产品的需求在急剧升高,目前中国进入到这样一个时期,而我国的文化产品供应从数量到质量都还不足,传统的文化产品层次不高,与发达国家相比,缺少高端和有层次的产品。十七届六中全会也对我

们提出了不断加大高端高质量产品供应量的任务。

二、如何抓好连云港的文化建设

(一)塑造新时代的连云港精神

连云港市 500 万人民群众要有自己的理想,要有共同的追求和共同精神,并成为连云港的发展动力和精神支柱。目前,连云港的发展处在重要的战略机遇期,连云港的独特地理位置造就了其未来发展的巨大空间,但也面临非常多的挑战,而这种挑战就需要连云港人要有共同的理想和精神追求。

(二)提升人民群众文化素养,建设宽容美好和谐的共同家园

文化素养包括知识素养和道德素养。我市干部群众无论是知识素养还是道德素养与连云港市的发展还不相适应。群体的支持度不够、知识素养不强、眼界不高影响连云港市总体发展速度;道德素养中,群体的包容度不够、思想认识过于不足、文化上还存在一定的劣根性,部分程度上阻碍城市的发展。

(三)在文化产品的供应上加大力度

文化产品不丰富主要与产业发展不充分有关。因各方面的投入力度不够,群众的文化消费意识和能力不强,我市文化产品的供应不丰富、层次不高。需要进一步提升文化消费水平,丰富文化产品的种类,增加产品的供应,不断提高产品的层次质量,加快发展新型的文化产业,满足人民群众的需求。

(作者为连云港市文化广电新闻出版局党委书记、局长)





以量化考核为抓手 强化医院党建工作

李小民 杨庆松

党建工作是一项系统工程，是医院各项事业稳步推进的重要保证。作为连云港市唯一一家三级甲等综合医院，近年来，医院党委围绕医院中心工作，积极适应新形势、新任务、新要求，创新思路，大胆探索，先后制定了《关于实施党员百分考核办法的意见（试行）》、《党建工作目标管理考核评分标准（试行）》及《党支部书记考核细则》等一系列党建工作考核制度，逐步形成了责任目标明确的党建工作目标量化考核体系，党的各项工作得到了更好的落实，收到了较好的效果，进一步提升了党的建设科学化水平，为医院的改革发展提供了强有力的政治保证。

一、科学设置量化考核指标

围绕党章、工作职责及上级党委要求，结合医院工作实际，坚持党建工作与业务工作相结合、定量考核与定性考核相结合、平时考核与阶

段考核相结合、创新性与基础性相结合，力求全方位、多角度、立体式设定考核指标，切实增强考核的实用性和操作性。

1. 建立党支部工作量化考核体系，不断推进党建工作规范化、制度化

考核指标分为自身建设、发挥作用及院党委重大工作部署完成情况等三方面，并进一步细化为组织建设、组织生活、党员教育管理、党员发展、党风廉政建设、党政配合、党员作用、群众工作、宣传工作、精神文明建设等 10 项，为力求准确、便于考核，在每项考核指标中，都相应制订了既具体又细化、并附有量化分的考核内容、考核标准、考核办法和分值，尽量做到全面、客观地评价考核内容，使考核工作不失偏颇。在分数的分配上，对重点工作、难点工作有所侧重，如党员教育管理、党员作用、院党委重大工作部署完成情

况等所占分数比例都较大。考核实践证明,细化考核标准操作性强,易于把握,能对被考核党支部的党建工作做出相对客观科学的评价。

2.建立党支部书记考核体系,不断提升凝聚力和战斗力

为进一步提高党支部书记队伍的整体素质,充分发挥党支部的战斗堡垒作用,推动医院党建工作稳步、健康发展,2009年,医院建立了党支部书记考核方案和考核细则,并在实施过程中逐步完善。考核指标包括考核评估、满意度测评、党委评分三部分,权重各不同,考核评估由党办、监察室等部门分别从思想政治素质、组织领导能力、工作作风、工作实绩及党风廉政建设等方面进行考核,并进一步细化为25个子项,明确了具体的考核内容和标准,设置了奖励加分项目和一票否决项目,对党建工作成绩突出、有创新、有亮点、党员作用发挥好、受到市级以上表彰的给予加分,对廉政、计划生育、安全等则实行一票否决。整个考核指标做到能量化则量化,不能量化则定性化,使得一些过去没有量化、无法考核的“软任务”变成了可以量化、可以考核的“硬指标”,切实增强了考核方案的可操作性和导向性。

3.建立党员百分考核体系,充分发挥先锋模范作用

根据《党章》规定的党员的基本条件和义务,以考核党员的党性表现为手段,从政治理论、业务学习、日常工作、日常行为、带动群众、批评和自我批评等六方面对党员进行考核,每一个项目又细化为32项具体指标,引导党员在医、教、研等各方面发挥先进性,努力争当立足岗位创先争优的表率。

二、着力健全量化考核机制

首先,在考核内容上,重点看基础工作完成情况;看创新活动开展情况;看特色工作成效如何;看管党责任是否落实。其次,在考核形式上,坚持实行季度考核、定期抽查和年终考评相结合。季度考核和定期抽查主要是加强督促检查,年终考核由相关职能部门严格按照考核评分标准进行打分,确定考核结果,并在医院办公平台和党建信息平台上公示,接受职工监督。第三,在

考核方法上,注重灵活多样,通过查看资料、群众评议等方式全面了解党建工作完成情况。如党支部书记满意度测评在中层干部、所在支部党员及群众两个层面分别进行,党员考核从支部、个人、党小组及群众四个层面进行评议,确保了考核结果的客观、真实、全面。第四,在考核对象上,注重集体责任,着重明确管党责任人的责任,既考核党支部,又考核党支部书记。对支部党建创新工作获市级以上表彰的,实行奖励加分。同时,认真执行党支部书记例会制度,每月定期召开支部书记会议,总结经验,查找问题,有力地推动了各项目标任务的落实。

三、全力保障量化考核有序运转

院党委统一部署,统一考核,强化领导,严明责任,确保考核工作有序运转。首先坚持考核结果反馈制度和公示制度。考核结果由支部书记确认,并在一定范围内通报和公示。支部书记如对结果有异议,可申请复核,确保考核的公平公正。其次是坚持责任追究制度。对在考核中因考核人员把关不严、定量不准,造成考核结果失实、失真的,追究相关考核人员责任。第三是注重考核结果运用。坚持考核结果与实绩考核、各项评先挂钩,考核优秀者给予精神和物质上奖励,对考核不合格的支部和党员,进行谈话教育。

四、体会

实施党建工作目标量化考核,各党支部将党建工作纳入到日常重要工作议程,增强了抓党建工作的责任意识,党建工作努力有方向、工作有目标,有效激发了党支部的积极性和创造性,提高了党支部工作的整体水平和党员队伍的整体素质,推进了党支部建设工作科学化、规范化,党支部的创造力、战斗力、凝聚力明显提高。全院广大党员干部立足大局,率先垂范,积极创新,有力促进了医院事业的发展,各项工作亮点纷呈,院科两级负责制的顺利运行、骨外科、普外科三级分科、妇产科二级分科的实施;与盐城市第一人民医院开展质量管理互查,得到省厅通报表扬;援陕医疗队获得陕西省、江苏省卫生厅表扬;与多家国内外知名医院建立合作关系等,医院两个效益持续稳步增长,区域性医疗中心的地位稳固确立。(作者单位:连云港市第一人民医院)

加强医院文史资料工作 推动医院科学发展

仲伟茂

医院文史资料是医院职工及其所联系的各方面人士从不同侧面对医院重要历史事件和历史人物的记述,是医院历史当事人、见证人和知情人亲历、亲见、亲闻的第一手资料,如各种手稿、照片、录音、录像、出版物等。作为医院工作的重要组成部分,文史资料工作在存史、资政、团结、育人等方面具有重要功能和独特优势,发挥着不可替代的重要作用。新的形势和任务,为医院文史资料工作提供了广阔的空间,也提出了崭新的课题。各级医院和广大文史资料工作者要从全局和战略的高度,充分认识做好新形势下医院文史资料工作的重要意义,进一步增强责任感和使命感,扎扎实实做好医院文史资料各项工作,以与时俱进的精神和求真务实的作风,积极为时代立鉴、为医院立史、为职工和患者立言,不断推进医院加快发展、科学发展、和谐发展,为保障人民群众身体健康作出新的贡献。

一、文史资料工作在医院的地位和作用

1. 文史资料工作能够推动对医院发展历史及其规律的科学探索。历史是一种资源。做好文史资料工作,是鉴往知来、认识过去、服务当前、开创未来、惠及后世的一项重要工作,具有重大的现实意义和深远的历史意义。江泽民同志曾指出:“一名领导干部不善于从历史上吸取营养,不可能成为高明的领导者;一个政党不善于从历史中认识和把握社会发展的规律,不可能成为顺应历史潮流的自觉的政党;一个民族不善于从历史中继承和发展本民族与世界其他民族创造的优秀文明成果,就不能屹立于世界民族之林”。这段话充分说明了历史与现实的关系,说明了借鉴历史的重要作用。医院文史资料植根于医院建设和发展的伟大实践,是当代人写当

代事,一代人写一代事,生动、具体、真实、可读性强,更具有借鉴作用。它作为活的历史,除了其中所记述的“三亲”史料外,还凝聚着提供者丰富、鲜活的历史体验和人生感悟,蕴含着许多值得借鉴的宝贵经验和深刻教训,生动地再现着一代又一代医院职工建设和发展医院的奋斗历程,多角度、多层面、全方位地反映着医院各个方面的历史风貌。通过对医院重要历史事件和历史人物的记述,有利于留存医院发展史上极为珍贵的第一手资料和不少鲜为人知的史实,留存医院历史研究不可多得的重要素材,发挥匡院志之误、补档案之缺、辅院史之证的功能,进一步丰富医院史料宝库,深化对医院发展进程和规律的研究。

2. 文史资料工作能够丰富医院文化建设的内涵。医院文史资料是对职工进行爱院爱岗教育的生动教材,是医院历史文化宝库中一笔珍贵的财富、一笔丰厚的精神文化遗产。加强文史资料工作是新形势下医院文化建设的客观要求,是推动医院文化大发展大繁荣的迫切需要。通过忠实反映医院历史事件和公允评价历史人物,有助于增进医院职工的共识与团结,增强医院的凝聚力和向心力。通过广开言路、提供史料、潜心研究,传承和弘扬医院优秀传统文化,服务现实,昭示未来,有利于丰富医院文化内涵、提升医院历史文化品位,有利于提高全员素质、振奋全员精神,有利于形成医院奋发向上的精神力量和团结和睦的精神纽带,为建设医院先进文化、培育医院核心价值体系、构建和谐医院起到积极作用。

3. 文史资料工作能够完善医院档案工作。文史资料工作与档案工作既有联系,又有区别。对于档案工作而言,文史资料工作具有补充性。文史资料是医

院室藏档案的有效补充,在一定程度上填补着档案记载的不足。有些文史资料可以提供文献档案不可能提供的“独家”资料,在档案中查不到或者查不全的信息,在文史资料中却可以查到,此时文史资料能起到与档案同等的作用。有些文史资料可以印证档案记载的内容,使档案更充实、更生动、更具体、更有说服力。在做好档案工作的同时,最大限度地收集、整理、研究、编辑和出版医疗、教学、科研、管理等方面不同历史时期的文史资料,是医院文史资料工作者特别是各级专兼职档案管理人员的应尽之责,同时也为各级专兼职档案管理人员施展才华提供了新的平台。

二、做好医院文史资料工作应做到四个“必须”

1. 必须把明确政治方向与允许多说并存结合起来。既要坚持社会主义先进文化前进方向和社会主义核心价值观体系,始终服从服务于医院工作大局,又要遵循文史资料工作的基本规律,尊重差异,包容多样,鼓励探讨,始终保持医院文史资料工作的生机和活力。

2. 必须把坚持尊重历史与注重服务现实结合起来。既要坚持历史唯物主义的科学态度,坚持存真,实事求是,做到不夸大、不溢美、不贬损,不因一时之需而取舍,始终反映历史的本来面目,始终经得起历史和实践的检验,又要着眼于医院的发展,紧密结合存史、资政、团结、育人的重要功能,选取历史与现实的结合点、切入点,围绕中心,服务大局,积极探索文史资料工作为现实服务的新途径,最大限度地发挥文史资料的综合效益,努力为发展医疗卫生事业服务、为全面建设小康社会服务。

3. 必须把继承优良传统与不断开拓创新结合起来。既要坚持亲历、亲见、亲闻特色和医院特点,继承和发扬开展文史资料工作以来形成的宝贵经验和优良传统,牢牢把握文史资料工作的传家宝和生命线,又要适应时代条件和医院现实任务的需要,不断探索新方法、拓展

新领域,积极推动工作创新,努力开拓医院文史资料工作的新路子。

4. 必须把发挥医院自身优势与调动各方面力量结合起来。既要充分发挥医院相关部门的组织优势,充分发挥医院职工在文史资料工作中的主体作用,着力巩固和深化文史资料工作成果,又要进一步加大与社会有关方面的协作力度,不断扩大文史资料成果的读者群和覆盖面,增强医院文史资料工作的社会影响力。

三、提高医院文史资料工作水平的关键措施

1. 坚持抢救优先,不断加大征集整理力度。征集是文史资料工作的基础,也是文史资料工作可持续发展的关键环节。时间在分秒流逝,历史需要传承和记忆,这就决定了医院文史资料征集、抢救工作的紧迫性。做好文史资料工作,在时间上要突出一个“快”字,坚持从一切为了保存历史资料出发,加紧对职工特别是离退休人员及其所联系的各界人士做好征集工作,千方百计动员他们把自己经历的历史过程记录下来。在范围上要突出一个“广”字,既征集对现实有借鉴作用的全景式的鲜活历史经验,又注重采撷从个人角度印证历史的回忆片断、调查访谈、函电、日记、图书图片声像资料等,努力做到广征博采,不断拓展征集领域,不断扩大医院文史资料的覆盖面,不断丰富和完善医院室藏文史资料。在形式上要突出一个“活”字,不求史料的系统全面,不限体裁、不拘语言,鼓励当事人坦诚直言、秉笔直书,如实反映医院历史发展进程中的点点滴滴,反映他们的所思所想,努力使文史资料更充实、更生动、更具体。在手段上要突出一个“新”字,研究和借鉴

国内外征集口述史料的经验,改变过去单一征集纸质史料的做法,创造条件,尽可能地采用现代技术手段来完善征集和存储工作,实现录音影像、电脑网络、纸质笔记等多种形式并举,提高文史资料征集工作的效率和质量。这是文史资料工作适应社会发展的必然要求。在征集的基础上,应抓紧做好整理



工作,认真鉴别真伪、评估史料价值,再按照历史阶段、历史事件和历史人物进行科学分类、及时编目上架,为文史资料的管理和利用打下坚实的基础。

2.强化精品意识,不断提高编辑出版水平。文史资料工作的成果主要体现在文史资料的编辑出版上。编辑出版文史资料,对于提高文史资料质量,积累和流通文史资料,方便各方面利用,发挥文史资料的价值等,都具有重要意义。没有好的成果,没有优秀作品,文史资料工作为现实服务只能是一句空话。特别是在医院,文史资料的种类繁多、数量庞大、内容复杂,各门学科之间内容交叉、渗透,同一专业文史资料有的高度集中、有的又广泛分散,从而给开发利用造成诸多困难。做好文史资料的编辑出版工作显得尤其重要。这就要求我们在做好征集整理工作的基础上,按照优中选优、多出精品的要求,着力抓好编辑出版工作,对文史资料进行深层次加工,真正把最有历史价值、最具医院特色、最为现实需要的史料精选精编出来,变被动提供利用为主动发掘。一是要把好事关,严格遵循实事求是的原则,以高度负责的精神编撰史料,使工作的成果经得起历史、实践和职工的检验。二是要把好事关,坚持历史唯物主义的科学态度和踏实细致的工作作风,对史料的内容严格核实、反复推敲,真正把那些反映重大题材、体现亲历亲见亲闻特色、符合历史真实的重要史料反映出来,使之成为翔实客观、富有价值的资料或著作,使文史资料从简单的零散史料集纳逐步发展到内容比较全面、系统的专题史料汇集。三是要把好事关,始终坚持思想性、史料性、可读性的统一,精彩内容和完美形式的统一,努力做到“出好一本书、团结一批人、教育一代人”,努力“以优秀的作品鼓舞人”,努力以“哲学的思想、历史的依据、准确的语言”,荟萃医院文史精华,向人们展示一个历史文化底蕴深厚、充满活力和希望的医院。

3.注重资政育人,不断增强对内对外宣传效果。文史资料工作的主要目的就在于通过征集出版史料,以史团结人、以史影响人、以史教育人。要抓好载体建设,在医院院报、简报上开辟专栏介绍文史资料,创办医院文史专刊,筹办医院文史资料网站,积极推进医院文史陈列室建设,加强工作联动和业务交流,为充分发挥文史资料的综合效益提供坚强阵地。要抓好宣传报道,通过与报刊、电台、电视台等媒体合作开辟专栏等方式,加大对医院文史资料工作的宣传力度,使社会各界更好地了解医院、理解医院、支持医院。要抓好成果转化,

通过出版专题图书、举办文史资料展览和纪念会、拍摄电视文献专题片等多种形式,帮助广大干部、职工更好地了解医院成长和发展的历程,更加深刻地理解以病人为中心、实现医院全面协调可持续发展是兴院强院的必由之路。

4.发挥职工作用,不断充实史料工作力量。职工包括离退休职工是做好医院文史资料工作的主体。要制定激励措施,广泛动员广大职工及其所联系的各方面人士撰写亲历、亲见、亲闻的文史资料,把丰富的知识、珍贵的历史和宝贵的经验保留下来、传承下去。要主动把一些老领导、老同志及文史爱好者联络起来,积极为他们提供文史资料创造条件,不断扩充稿件来源。广大职工也要大力发扬主人翁精神,进一步增强参与文史资料工作的自觉性、主动性和积极性,把撰写文史资料作为对历史、对医院、对后人义不容辞的责任,积极主动地撰写文史资料,提供文史资料,保护文史资料。

5.完善工作机制,不断创新史料工作模式。医院文史资料工作,好比深山“寻宝”、古玩市场“捡漏”,既充满希望,又伴随着艰辛。这项工作涉及面广,建立运转有序、协调顺畅、务实高效的工作机制尤为重要。要加强统筹协调,加大对文史资料工作的协调力度,加快史料征集和保存手段的创新,努力实现优势互补、信息互通、资源共享,共同推动医院文史资料工作的发展,不断提升医院文史资料工作的价值。要搞好交流协作,加强与各级卫生行政管理部门、档案部门、史志部门、文博部门、兄弟医院等的联系,经常沟通情况、交流信息,通过协作促征集、促出版,形成做好医院文史资料工作的强大合力。

6.加强队伍建设,不断提升胜任工作的能力。队伍建设的水平,很大程度上决定着医院文史资料工作的水平。要适应新形势新任务对医院文史资料工作者的要求,坚持把提高政治水平与增强业务本领结合起来,把严格要求与热情关心结合起来,努力建设一支高素质的、以各级专兼职档案管理人员为骨干的文史资料工作者队伍,为做好医院文史资料工作提供有力的人才保证。同时,广大文史资料工作者要注重强化服务大局、无私奉献的意识,弘扬求真务实、严谨细致的精神,增强爱岗敬业、敢于争先的本领,进一步培养自身的“史德、史才、史学、史识、史情”,不断拓宽视野、拓宽领域、拓宽思路,努力在医院文史资料工作岗位上创造不平凡的业绩。

(作者单位:连云港市第一人民医院)

科主任在医疗质量管理中的作用

刘晓峰

医疗质量是医院的生命线，是医院管理的核心内容。因此，加强医疗质量管理，提高医疗服务质量成为医院管理工作的基本任务和目的，而随着社会进步、医院的发展和知识的更新，科主任在医疗质量持续改进中扮演着越来越重要的角色。

科主任是科室的领头雁。在院长领导下，科主任负责本科的医疗、教学、科研、预防及行政管理工作；制定本科工作计划并组织实施，加强督促检查，按期总结汇报；领导本科人员进行医疗护理工作，完成医疗任务；共同研究解决重危疑难病例诊断治疗上的问题；组织全科人员开展业务学习，吸收、运用国内外先进医学经验，开展新技术、新疗法，进行科研工作，及时总结经验，不断提高诊治水平；督促本科人员认真执行各项规章制度和技术操作常规，严防并及时处理差错事故；领导本科人员的业务训练和技术考核；妥善安排进修、实习人员的培训工作，组织并担任临床教学任务；完成院长交办的其他工作。科主任是医院的中层管理者，多数已成为学科带头人。科主任的首要任务是管理，包括：医疗管理、教学管理、科研管理、学科

建设、社会服务、文明创建、日常事务。正所谓“权力很小，责任很大；下属不多，任务很多；手段不多，角色很多”。

医疗质量管理是科室管理的核心，提高医疗质量是科室管理的出发点和归宿。科主任进行医疗质量管理的手段可以通过认真落实核心制度，执行诊疗操作规范；开展质量实时控制，进行结构质量管理、环节质量管理、终末质量管理；改变传统的终末质量评价与反馈，加强基础质量与环节质量控制，进行持续质量改进；引入循证医学思想，开展临床路径管理，包含诊断、化验、检查、教育指导等内容，促进诊疗行为的规范化。核心制度是医疗质量的重要保证，每名医务人员必须熟记于心，并在日常工作中认真遵照执行。一个科室能否持续发展稳定，制度最重要。用制度约束人们的行为，克服随意性、主观性，行为统一才能实现临床工作的规范。规范了才有效果，有经验可总结。有循证可对照，才能形成自己的特色。但制度靠坚持，靠落实，靠从小处入手，日积月累才能逐步形成习惯，习惯成自然。

作为连云港市唯一一所三级甲等综合医院，

疑难危重病人多,科主任必须时时绷紧医疗质量这根弦。充分利用好晨会、科务会等“黄金时段”,回顾昨天工作,布置今天任务,安排病例讨论、查房、手术等业务工作,身体力行,让科室处于紧张而有序的工作状态。

一、增强责任感和紧迫感,保障医疗质量安全

必须抓住科内高危手术病人、疑难危重病人不放,不仅要保证病人从手术台上顺利下来,还要高度关注术后变化,直到病人彻底康复,痊愈出院。科主任面对病情严重、变化快和情况紧急的患者,不仅要具有迅速了解病因、分析病情、利用精湛的技术做出准确判断的业务能力,同时还应具备站在病人及家属的角度,换位思考,使病人和家属在被动接受治疗的情况下变为主动配合治疗的能力。医学的每一次进步都伴随着医疗纠纷的风险,要采取积极的态度化解医患矛盾。同时结合本科的实际,举一反三,对医护人员进行医疗质量意识、医疗安全教育,提高对医疗质量、医疗安全重要性的认识。科主任仅仅具有精湛医术还是远远不够的,必须有高尚的医德和高度的责任感,以病人为中心,给患者提供最科学的治疗方案,严肃处理科内医务人员因个人的私心和利益的驱动,给患者带来不必要的身心痛苦。

二、重视人才培养,促进科室人才梯队建设

人才队伍的建设,关系到医院的可持续发展,尤其是年轻的医生,更是医院的希望。科主任要培养他们的责任心和上进心,上级医生要给他们做出表率,让他们从内心敬佩和信服,同时还要对他们严格要求,多指教、多帮带。医疗技术是医疗质量的基础,只有科室医务人员基本功扎实,技术高超,才能为提高医疗质量奠定基础。

三、狠抓制度落实,突出重点和关键环节

对疑难疾病要及时组织会诊,尽早明确诊断,实施有效治疗。在节假日、夜间、交接班之际要合理安排人员,保证医疗业务正常开展,严格值班交接班制度,以应对突发事件,避免出现脱空断档。病历质量是医疗质量的直接反映,要强化举证责任意识,充分认识到医护人员书写的门

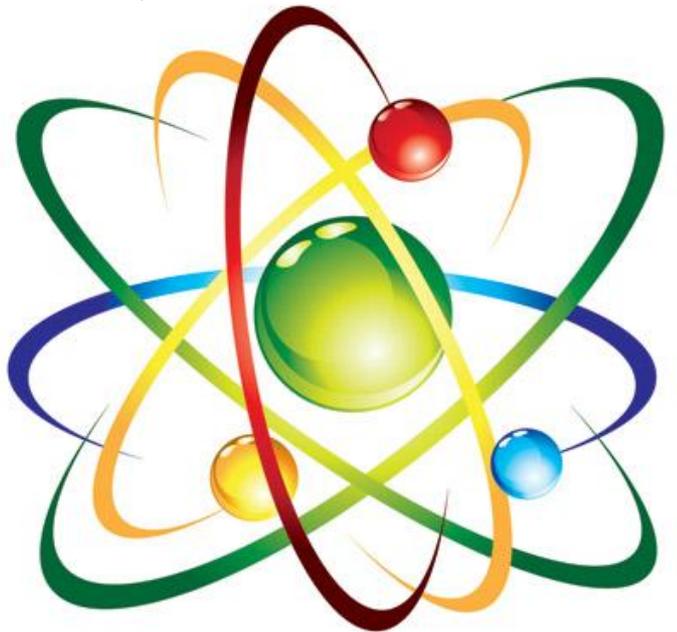
诊、急诊、住院病历以及各种检查报告单,既是临床诊疗的基本依据,更是重要的法律证据。因此,要把提高病历书写质量作为狠抓医疗质量的重要手段,并建立奖罚机制,发现问题,及时纠正。科主任必须抓医患沟通和告知制度的落实。要充分尊重患者的知情权、选择权和知情同意权,树立以病人为中心的现代理念,强化服务意识、沟通意识和告知意识。

四、注重科室文化建设,提升医院服务质量

医术是基础,医德是根本,医风是关键。质量是品牌形象赖以建立的基础,是良好形象的源泉。科室文化建设能促进医疗安全与医疗质量,引导医务人员树立正确的人生观、价值观,以高尚的医德医风及爱岗敬业的精神风貌,全心全意为人民的健康服务。科主任要督促医务人员认真学习心理学、社会学、伦理学等知识,将科学知识运用到实际工作当中,在救治患者的同时,学会分析患者所处的社会背景、心理因素等,以便于对患者进行综合治疗,切实改善服务态度,加强对患者的人文关怀。

医疗质量管理工作是一个长期、复杂、变化的系统工程,科主任必须具备爱岗敬业、无私奉献的精神,发扬实事求是、坚韧顽强的作风,才能推动科室质量管理工作的持续改进,保证医院又好又快、可持续发展。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



一麟归来

魏琪

多少回，
在医院春花滋润的林荫道上，
又碰上您含情慈祥的目光；
多少次，
在医院宽敞幽静的病房里，
又听见您生命之火的跳荡；
五十个春秋过去了，
今晚，面对一轮皓月，
面对现代化的医疗殿堂，
在这块您倾注了毕生心血的地方，
我们默默地思考，
我们默默地怀想……

莱茵河畔那诱人的小夜曲，
挡不住一位异国青年的宏大志向；
迸发的智慧与汗水，
在显微镜下放射出迷人的光芒！
二十四岁呵，
美丽而充满幻想的时光，
或许该在花前月下漫步，
去纵情地品味青春与爱情的玉液琼浆；
然而他拒绝了，
却为中华民族赢得了一项桂冠；
呵，“医学博士”！
令多少同行惊异、神往！

留下来吧，
这里有优厚的待遇，
有美丽多情的日耳曼姑娘；

以你的才华，
完全可以大有作为，名扬四方！
不，我不能呵，
为了我满目疮痍的祖国，
为了我魂牵梦绕的故乡！
呵，这就是您吗？
我归来的一麟博士，
我可亲可敬的老院长！
当艳丽的礼花在长安街上怒放，
当五星红旗在天安门城楼高高飘扬，
您把珍贵的医疗设施和所有积蓄，
一起捧给了故乡的第一所政府医院，
捧给了血肉相连的父老乡亲，
捧给了冉冉升起的未来与希望！

谁没有温馨的家呢，
诗人说，她是温馨的港湾，
是心里的驿站，
是尽享天伦之乐的地方。
您的家在哪，我的一麟博士，
潇潇的春雨告诉我，
炎炎的烈日告诉我，
瑟瑟的秋风告诉我，
飘飘的雪花告诉我，
您的家在病人期待的目光里，
您的家永远在患者渴望的心房！

那是一个凛冽的风雪之夜，
您刚刚躺下便头昏目涨；

一阵剧烈地咳嗽鲜血喷吐，
又传来急促的电话铃响。
“快扶我起来，
我要去急诊！”
“爸爸，您现在不能去呀，
难道你要把命贴上！”
“孩子，我是个医生，
神圣的职责就是救死扶伤，
病人是不能等的呀，
快把大衣给我披上！”
女儿默默地给您披衣、开门，
一任心疼的泪水纵横流淌；
那雪地里悠长清晰的足迹呵，
是镌刻在大地上永恒的诗行！

您太累了，
再也抬不起那妙手回春的臂膀；
您安详地走去，
却让悲痛的故乡万人空巷！
“老院长，我的命是您给的呀，
再看一眼吧，
您就是我的亲爹、亲娘……”
二十个年轮悠悠转去，
老院长，您睡得可香甜安详？
呵，不，您一刻也不曾离开这片热土，
踏着如歌的岁月，
您智慧的火花，
又把科研中心的一盏盏心灯点亮！

“当医生，不能没有本领，
高科技的发展，
需要我们永不停息地登攀”，
淳淳地提醒、教诲，
总在我们耳畔回响。

那熠熠闪光的“一麟精神”，
孕育了宏大的专家队伍，
构成气势磅礴的杏林交响曲，
在科技现代化的舞台上，
演奏得那样动人心魄，非凡豪壮！
当我们的论文在国际讲坛上不同凡响，
当国内一流的立体急救中心大楼拔地而起，
当我们跃上全国卫生系统先进集体的神圣殿堂，
总看到您微笑着，
向我们轻轻招手，
泪光闪闪，心潮激荡……

我的一麟博士，
我可亲可敬的老院长，
您又归来了，
在这硕果飘香的金秋时节，
在这建院 50 年盛大隆重的庆典上，
让我们一起祝福吧，
起舞翩翩，放声欢唱！
祝福您亲手栽下、辛勤浇灌的这片杏林，
已枝繁叶茂，林木森森，威武雄壮！

不朽的“一麟精神”，
象那清澈奔涌的泉水，
永远在我们心灵深处流淌。
我的一麟博士，
我可亲可敬的老院长，
魂归来兮，光耀千秋，
我们追求卓越，奋力拼搏，
迎着新世纪那明丽的曙光，
医院的明天将更加璀璨辉煌！

（摘自《魏琪抒情诗选》，作者为中共连云港市
委宣传部副部长、连云港市社科联党组书记）

优雅地变老

武传玉

不久前一次会上,看见一位知名俊雅靓丽的文艺女士,讲话居然戴上了老花镜,一直以为她很年轻,一问才知道已过了天命之年,想想也是,上世纪八十年代就活跃在舞台上的她,年龄能年轻到哪里去呀!岁月不饶人,再看看身边,不少熟悉要好的朋友陆续地从一线岗位上退下来。年岁渐大,对我们这代人来说,已是不期而至。

激言博语

世界 60 多亿人口,若你平静地活着,你就比其余 30 亿人更幸运。若你识字,就比 20 亿不识字的人幸运。若你从未经历过战争、牢狱、饥荒,就比 5 亿人更幸运。若你有屋栖身,衣食无忧,你就比 70% 的人更富有。若你银行有存款、包里有现金、每周还有班上,则你已经位列世界上最富有的行列。
——@ 阿里巴巴中国

衰老是生命的必然阶段,谁也无法抗拒自然规律。但并不是每个人对年老都能够坦然面对,有的人害怕年华流逝,想方设法从身体外貌上留住年轻,有的人在心理上抗拒年老,固执逞能计较,遇事不能大度。凡此种种,其实都没有看透岁月的雪雨风霜。人生犹如春夏秋冬,每个阶段都有不同的亮点和风景。与其费尽心机地抗老拒老,倒不如坦然地接受岁月的馈赠,用豁达的胸襟和快乐的心态迎太阳升起,送夕阳落去。优雅地变老。

几年前,凤凰台记者鲁豫在她的《心相约》书中,把“优雅地变老”这份赞美赠给了章含之女士。章含之身材高且挺拔,老了也没怎么变形,一头灰白的头发烫过,微微地卷着,她的脸还是很耐看的,完全没有美人迟暮的感觉,优雅地变老在她的身上得到最好的体现。书中有她的彩照:老人不施粉黛,并不掩盖岁月风霜镌刻在鬓角的痕迹,一袭黑色的呢外套彰显着淡定自若的高贵气质。历尽世事浮沉,老人眼睛里透出的依然是清澈、干净的光芒;老作家孙犁曾说过:“如果老了,我就什么也不做,发发呆,因为没有年轻时的睿智,所以,什么也不写了。我怕留下垃圾文字,

不想让人笑话,我要优雅地老去。”

优雅是一种由表及里的积淀,不是与生俱来,是要经过修炼的。优雅是一种健康外在美和内在美的综合体现。特殊的环境,特殊的人物,章含之和孙犁优雅老的表现一般人是无法比拟的。我想,作为普通人,优雅地变老起码要做到有健康的身体、良好的修养和生活方式、还有平和的心境。

首先,身体要健康,如果没有好的身体,整日疾病缠身怎么优雅得起来?因此,要养成好的生活习惯,饮食注意粗细荤素搭配,不贪杯中物,不凑酒桌热闹。有病要及时看医生,经常体检。逐步地把健身作为日常生活中重要内容,有意识地多运动,登山、打球、唱歌、跳舞、乡野采风、月下散步都是不错的选择。有一个熟人,年龄比我大,平时注重保养身体,喜欢打乒乓球,傍晚下班后几乎都去球馆打球,球台前龙腾虎跃,一般年轻人不是他的对手,机关比赛连续几次都拿了名次,平时上班他匀称的身材套着一身休闲服,潇洒优雅,运动激发了生命的活力,他身上表现出的风度气质,一点也看不出老态来。

俗话说,“腹有诗书气自华”。优雅地变老要有内涵修炼。年龄大了,不仅要注重外表干净大方,更要注意自己的言行,与人交往要懂礼仪,讲礼貌。不说大话粗话。要放缓生活的脚步,习惯一人独处,坐拥书香,泡一杯佳茗,看袅袅雾气氤氲,静下心来想想有意义的往事,或是把以前没空闲看的书找来,细细阅读品味,听听音乐、上上网、写写作。我很欣赏一位文坛老友晚年对生活的安排,叫做读读、写写、玩玩。生活充实又无负担。他本一介布衣,非富非贵,一生就喜好读书写作,写了不少好文章。他说过,他的生命中不能没有读书写作。不久前在他的生日宴会上,看着文

友们一个个给他献花献诗祝酒、看他那气色红润的面容衬着头上缕缕银发、看着他幸福开心而又淡定的微笑,我被他的优雅和不俗的境界感动得热泪盈盈。有内涵有底蕴的优雅的确能让人赏心悦目。

优雅地变老还要心境平和。随着年龄增长,要适应角色的转换,“老”不是资格,也不是“头衔”,老并不是等于有权利要求他人为你做事,也不意味着比你年轻的人都要尊重你。做不到或不想做的事情要学会放弃,不要计较,更不要固执。“想当年”这种话尽量少说或不说。遇事不慌不急不躁,从容宽容包容。平常工作、生活、人际交往中,很难事事顺心。很多事情不顺心,是欲望过高的结果,是过于看重表象的结果,是相互比较的结果。年龄变老,就要换一种思路去思考,宠辱不惊,得失随意,人最终是回归自然,赤条条来,赤条条去,现实中的状态只不过是生命过程中每人努力方向、投入和机遇不同的结果,不必为此纠结。心境平和,才能使生活状态平和,只有这样,才能少遇烦恼,才能有快乐的心态。当你能真正以一颗健康宁静的心去面对感受生活的时候,在他人眼中,你就会如一坛老酒,愈久弥香。而自己也会从中感受到幸福的真谛,因而无所畏惧,从容优雅地变老。

(作者为江苏省作家协会会员、连云港市文联副主席、秘书长)





一座岛屿的战争

王成章

那天傍晚我们离开秦山岛的时候，岛上的灯光已经亮了许多了，灯光可以照进海面一两尺的深处。我们甚至可以透过略显浑浊的波涛，依稀看到细若游丝的浮游生物，有时候一条海鳗就是一道闪电。夏天的阵雨打在海面上，没有回声。海风早就刮起来了，海风围着岛屿打着呼啸，环岛顿时波涛汹涌。

确切地说，波涛是从太阳西下就开始沿着神路两侧一步一步地喧嚣、咬啮、向前推进了。起初神路还剩下一条白线，神路两边的波涛对撞后的泡沫，形成了一条宽约几米、长达十几里的泡沫白线。彼时，神路早已经没有了

踪影。海水发出巨大的匍匐的声响，我知道，秦山岛石头们动荡不安的生活又开始了。石头们六神无主，身不由己，任由波摧浪打。没有一块石头是能够站立、静止的，没有一块石头有它们的立锥之地。匍匐的涛声里，它们被波浪推搡着，裹挟着，击打着。

整个岛屿这时都是骚动不已，大黄海的湾流与环流在海底产生的强烈对撞啃啮着这个岛屿。整个岛屿岸线均受海蚀，受海蚀的岩层沿断面崩落，在山脚下堆积了大量岩块，这些岩屑砾石便构成了砾石坝，俗称“神路”。那红色“血痕”是片麻岩高温氧化的结果，地质

学家把神路称之为陆连桥。亿万年的地壳运动，削突填凹，互相啃啮，你中有我，我中有你，海涛把山岩无一例外地琢磨成一个个鹅卵石，秦山岛也一再变小。在岛上你几乎找不到一块锋利桀骜的石头。海流把它们棱角全部打磨殆尽，石头们大的变小，小的成沙，方的变圆，长的变短。变成了大大小小的棋子，难怪这里又叫棋子湾。

我想在漫天的悠长而又略带悲怆的音乐里悼念秦山岛的石头，是的，一个人在这里悲悼。我无法说清楚我彻骨的旷古忧伤来自何处，秦山岛石头的命运宛如人类的命运。它们使我想起秦时的子民，身不由己的石子类似于庶民煎熬的命运。是啊，合纵连横，秦灭六国。斩将坑兵，杀人如麻。生灵涂炭，人如草芥。战争如围棋，人不就是棋子吗？在强权之下，黎民百姓哪个不是棋子？从先秦以降，战争连绵，世代更替，成王败寇。人类互相残杀，不择手段。仅秦汉而言，秦攻魏杀 8 万人，伐韩杀 24 万人，白起击赵杀 42 万人，战五国联军，伐韩击楚杀 56 万人，项羽坑杀秦降兵 20 万人。从战国到太平天国，中间几个大的战争：东汉之前的 55 年中，战死 3859 万人，忽必烈杀了 1800 万人，李自成、张献忠起义，民众死亡 4000 万人。太平天国起义前，中国人口 4.3 亿，战败后中国只有 2.3 亿，2 亿人在“天国”里享受太平了。战争，不知道丧钟为谁而鸣，苦的只是黎民百姓。人，不过是一根苇草，是自然界最脆弱的东西。甚至宇宙间的一滴水一口气，就足以致命。在战争面前，人们成了被摆布的棋子。躲不开的，是命运的执掌。

我有理由相信秦战场并没有结束，一直在秦山岛的海面上。这里每天都在演习一场浩大的战争，不是在陆地而是在海面之下。

一座夜的岛，动荡的岛，战争的岛，杀戮的岛。每个夜晚，岛上海涛如千军万马，动荡不息，恐怖惊心。所有的石头在夜色里狼奔豕突，浮沉飘摇，这座大秦的山岛啊！

即使这里的神话，也充满了血腥。《述异纪》云：“秦始皇作石桥于海上，欲过海观日出处。有神人能驱石下海，石去不速，辄鞭之，皆流血”。秦山神路，就是鞭石成桥之事。走在始皇鞭石而成的路上，至今我还能听到石头当年痛楚的嚎叫。我相信，石头具有灵性，万物具有某种感应。而如《江南通志》所言：“水底有神路，三十余里，阔数丈，由岸直抵山下，故老谓始皇筑。洪被浸激，迄今不圯，潮落可褰裳而涉也”。果真是“始皇筑”，那么该有多少民众葬身海底。莫非这里也有无数个孟姜女的冤魂？我则认为神路完全是一自然堆积体，物质便是秦山岛海蚀产物，这是潮水的杰作。因为黄海涨潮时，潮水被主岛辟开，由于秦山岛的东南走向，面向潮头的东峰又是岛体的最大部分。每次涨潮，顺着潮水冲击的方向，岛体逐渐变小，而此前被山体分开潮水渐渐合拢，冲击力将海底的卵石和贝壳也向交汇处堆砌，日积月累，天长地久，这条砾石坝——神路就形成了。砾石坝的发育还阻拦了海州湾南部沿岸的泥质沉积物沿岸北上，造成以砾石坝与赣榆兴庄河口为界，南部沿岸为淤泥质海岸，北部为沙质海岸。沙滩上沙软潮平，海水洁净。往事越千年，《续汉书·郡国志》载：秦山“去岸百九十步，有秦始皇碑，长一丈八尺，广五尺，厚八尺三寸，一行十三字。潮水至加其上三丈，去则三尺见也”。《水经注》载其内容大体相同。此碑为宰相李斯大篆，开碑刻之先河。

单从形状上看，秦山岛很像一条卧在海洋里的庞大的虎头鲸，或者是一条巨型鲨鱼、鲛鱼。一座岛屿的杀气，从名字上也可看出端倪。这里是秦东门，秦始皇所立，与咸阳东门、秦兵马俑在同一纬度线上：北纬 34 度 30 分。这是一条战争线，应该和韩国的西归浦、日本的横须贺在同一条纬线上。当年徐福就是沿着这条线东渡的，东出国门莫非也寄托了秦帝国臣服全球的梦想？

秦山东首有三块海蚀岩柱耸立如巨人,其中两块尤为高峻,气宇轩昂,渔民称为“三大将军”。如今两个将军都已被海浪啃倒了,剩下的一个将军也岌岌可危,随时可能倾塌。

这是一座永远无法解放的岛屿。虽然不见海天浴血残酷激烈,但从中人们似乎能见到陆战的烟尘漫卷、刀光血影,又可领略海战的浪潮翻滚、风雷激荡。一座秦山岛似乎让我看到了一场跌宕起伏的局部战争,或者一场席卷寰宇的大战浩劫。

如果单纯从军事的观点来看,岛屿作战越岛攻击,近岸封锁,跳跃前进,都是现代战争的一个重要方面。无论是进攻还是防守,岛屿是兵家必争之地。1943年3月16日,一只五桅大木船载着新四军第三师一批去延安学习深造的团以上干部和他们的警卫员及7名干部家属共51人,在秦山岛附近海域遭到驻扎本岛的日军巡逻艇的疯狂狙击,一场海上血战夺取了我军16名官兵的生命,一条血色航线深深刻在人们心上。解放后我军加强了岛上的工事,修建了环岛公路。可惜后来海流把环岛公路吞噬一空。

若只从欣赏的角度说,铺满神路的石子不论高矮、大小、黑白,几乎都像筛选的一样整齐、圆滑、排列有序。有不尽的美,白的、红的、蓝的……如花似朵,形如碧玉,亮如水晶,不逊于南京的“雨花石”,滑溜溜特别惹人喜爱。每一块鹅卵石都令人心动,有着各种各样的纹理。有洁白的莹石、染红的鸡血石、青艳的石英绿,还有橙黄、黑灰、紫蓝等等,组成了一条五彩的神路。只是在我看来,这种被蹂躏被切割被打磨被变形的美丽,代价实在高昂。

有一句歌词很深刻:“像石头一样孤

独”。有点悲伤,令人共鸣。第二次世界大战期间,在斯大林格勒,英勇的苏联人用身体挡住了德国坦克疯狂的进攻,保住了家园。后人为了纪念先烈,找来了世界上最坚硬的石头树立纪念碑。但让他们为难的是,不知道用什么样的铭文来表达对先烈的纪念。最后人们在石头刻下了一句话:“愿这石头能够像人一样的坚强!”据说这句话刻在苏联玛玛耶夫冈上的雕塑——祖国母亲之上。

从秦山岛归来,我想说的是,“愿人类能够像石头一样坚强!”

“万里长城今犹在,不见当年秦始皇”,秦山岛仍在,只是没有了秦始皇,没有了大将军。

将来,也许没有秦山岛,只有一条卵石铺成的神路。

(作者为连云港市作家协会副主席)

微言博语

最近接触了几个问题青年,一事无成,误以为怀才而不遇,如果他们几个会写对子,肯定写成“发上等愿,结上等缘,享上等福;择高处立,寻高处住,向高处行”,全不知成功的路数只有一条,“眼要高,手要低”,理想要高远,做事要从微处起。

——@阿忆



人生若只如初见

梁阁亭

1914年,22岁的他到日本留学,初赴异邦,有感于祖国多难、人地生疏,再加上家庭包办婚姻带来的人生创伤,他一度埋头书堆,拼命读书,结果患上了“极度的神经衰弱症”,他忽而想自杀,忽而想出家当和尚,精神濒于崩溃。就是在那时,一位女护士的身影适时出现了,拯救了他那濒临枯涸的心灵。他写信向她表白自己的心迹:“我在医院大门口第一眼看见您的时候,我立刻产生了就好像是看到圣母玛丽亚那样的心情,您的脸放出佛光,您的眼睛会说话,您的口像樱桃一样。您到现在一定救助过无数的病人,我爱上了您。我忘不了同您的那次谈话……”。读着他的信,21岁的她的心里有一种未曾体验过的异样的感觉,白嫩的脸颊渐渐地潮红了。

之后,他们身隔两地,一个在东京,一个在冈山,万水千山,割不断一个情字,最多的时候一周竟通了五次信。她给他寄去了自己做的“羽知”(和服袍子):“你能领受我的心的时候,我真不知道是怎样地幸福哟!”爱就像一坛发酵中的美酒,薰薰然,让人迷恋和陶醉。1916年年底,这个妙龄日本女子,终于作出了一个惊世骇俗的决定:她要和中国有妻子有家庭的华人男子同居。可以想象的是,她这一决定遭到家人激烈的反对,她遭受了家族最为严厉的处罚:破门处分。她被永远地逐出了家门,走出家门那

一刻,她依然高抬起头,为所爱的那个男人绽放笑容。有你的爱,纵然被这个世界抛弃,那又如何?

他用自己的姓为她起了一个中国名字:郭安娜。她接受了这个名字,并激动地说:“我的心、我的灵魂已经入了中国籍!”自此,她一直沿用这个名字,终生未改。从1917年起至1937年抗日战争爆发前,她和他相濡以沫,从日本到中国,从中国再到日本,他们一起颠沛流离,度过了艰难的20年,并育有5个子女。在日本,她遭到了日本政府和军方的不公正待遇。她忍辱负重,独自挑起生活重担,种种种菜、打短工、做小生意、替人洗衣服、在襁糊工场做工……把儿女培育成人、成才。

1948年,在经历了长达11年的分离后,她历经艰难万苦,来到中国寻找自己的爱人,但此时竟已是物是人非;他已经再次结婚,和另一位女人。她不言语,流着泪,选择了默默离开。人都说爱是自私的,但她选择了宽恕,不会抱怨,不去仇恨:“爱过就好了。”1994年,101岁的她在上海病逝,安详淡定,满脸皱纹的脸上依旧开出一朵芬芳的樱花。爱到陌路心有君,她的枕边,是一扎整整齐齐的信,80年前的信。

人生若只如初见,何事秋风悲画扇。他的名字叫郭沫若,她的名字叫佐藤富子。

(摘自2012-6期《读者》)



关于火车的记忆

宋大庆

单位北边不远处,有一条铁路,每天都有几十列的客车或货车通过。每当看到火车一节拉一节地飞驰而过,或者听到火车鸣笛或“哐当哐当”的声响,总是不由得心动,总会想,我要是能坐进去该多好!呃,坐在那里,无论做什么事都是带着速度的,就是睡觉,也会以每小时几百公里的速度前进。

最早一次乘火车,大概六、七岁。也许是年龄太小,我竟忆不起当时乘车的感觉,只记得3岁的弟弟不知为什么哭着喊叫:“我要回家!”“火车的另一头就是家,妈妈正带你回家啊!”母亲和蔼地抱着弟弟,安慰他说。原来无论是去还是来,火车的一头总是连着家的。这是我对童年坐火车最深刻的记忆。

自那之后的十几年间,“我坐过火车”,成了我炫耀的资本。在那个经济还不够发达的年代,如不是探亲访友或是因公出差,乘火车的机会是很难得的。甚至就连能看到火车,也都是很难得的。我们单位一位职工从小生长在农

村,到了30岁了还没有乘过火车。当他头一回看到火车,就站在站台上,面对运煤货车的黑货箱发呆:这往哪坐啊?

现在的交通发达了,大巴、私家车、地铁、轻轨,就连乘飞机也不再奢侈稀罕。盘点一下,到目前为止,自己乘飞机的次数已远远超过了乘火车的次数。尽管如此,我对火车依然有着难以割舍的情愫。

记得从遥远的北国来到连云港,是在一个冬天。绵延数千里,两天两夜的火车。有妈妈在的地方,就是家,可妈妈在原地,我却因为特殊原因不得不独自前往完全陌生的异地他乡。思绪无依无靠地跟着火车走,皑皑白雪渐渐被绿色的草木取代,虽绿但没有生气,像是经年没淋过雨的样子。落光叶子的树枝,罩不住低矮的土泥房和火柴盒似的窗口中透露出的微弱灯光,衰败的枯草掩不住黄土地和扭曲陇沟里折射出的荒凉。我倚着车窗流泪,愈发想念那个温暖的家,白雪冰封的北国,某个部队家属

大院某户人家的屋檐下，一盏映雪的红灯照亮了一排朝南的大窗户，也将所有覆盖着白雪的军营、原野照得温暖如画。

那一次，关于火车的记忆，是青涩且带着惆怅的，是对青春年少的告别，是和生长如斯的故土的远离，是一次涅槃似的历程。我就像是一支断了线的风筝，再也不会为那片故土摇曳。火车就这样带着我掠过人生一个片段，一个从出生到十八岁无忧无虑的岁月片段，然后开启了一扇未知的门，带我走进了另一段未知的岁月。

十几年后又一个冬天，一次出差，我再一次来到北国的故土，住进了从小生长的大院。站在自己曾住过的“家”前，望着熟悉的窗子，禁不住泪雨纷飞。不能自持的我只能飞速地离开，然后循着儿时的记忆，转遍我熟悉的一栋栋楼房、抓蚂蚱青蛙的水库、滑冰的冰场、看退伍老兵喝告别酒流不舍泪的食堂、打篮球的灯光球场、开运动会的足球场、看电影看演出的大礼堂……

登上离别的火车，我带着千丝万缕的思绪，离开了热谈的人群，一个人站在火车连接处的过道里。冷风从四处向我袭来，但滚滚热泪把我牢牢地定在了那里。

故乡啊，尽管我回来了，可那些值得回忆的日子再也不会重来。那个站在阶梯教室楼前矮小的孩子、那个登上过好学生光荣榜的孩子、那个在大礼堂舞台上跳舞的孩子、那个被妈妈大嗓门喊回家吃晚饭的孩子、那

个被冰场管理员训斥的孩子、那个……我已经步入中年，有了自己的孩子，可我还在回想着我是孩子的时光，还留恋着往昔的事情。火车载着我，离故乡越来越远。脑子里没有特定的人和事，只有一些景物像过电影一样盘旋，只有无尽的泪水随着车轮流淌……

“呜——”像往常一样，我坐在自己的办公室里，再次听到火车的鸣笛。那些被勾起的回忆，有温馨，有伤感，有慨叹……当青春年华不再时，我似越来越喜欢回忆。可时光啊，你这列火车却载着我所有的青春岁月，呼啸着顾自远去，丝毫不怜惜，我再也无法撵上。（作者单位：连云港市第四人民医院）

微言博语



凡事不必苛求，
来了就来了；凡事不
必计较，过了就过了；
遇事不要皱眉，笑了
就笑了；结果不要强求，做了就对
了。不要拒绝忙碌，因为它是一种
充实；不要抱怨挫折，因为它使你
更坚强；不要去恨曾爱过的人，因
为所有结局都是新的开始。其实，
简单生活就是一种态度，心静了就
平和了。不怕路长，只怕心老。

——@贾海红





灌河神韵

张怀霞

灌河，我亲爱的母亲河，你是德国的莱茵，英国的泰晤士，苏北的黄浦江。多少次，我在梦里梦到你；多少次，我在歌里唱过你；多少次，我又在文章中觅见你。今天，我又一次投进你的怀抱，倾听你热烈的心跳，感受你温暖的怀抱。

清晨的你似袅娜的少女，含蓄、矜持、温婉，静静地、轻轻地流淌。河面上游走的浮萍，是你迎风的裙摆；阳光下闪烁的湖面，是你明亮的眼眸；微风里泛起的涟漪，是你如花的笑靥。潮起潮落的你又似一晨起的东方睡狮，万马奔腾，跌水轰鸣，一浪推向一浪，一波盖过一波，似乎要把满腔的热情尽情释放。夕阳中的你又如慈祥的老人，安详、敦厚，水波不兴、处世不惊，一波一晕、一张一弛，尽显老者风范。

岸边，亭亭玉立的芦苇，是你的守望者，无论春夏还是秋冬，无论青翠还是枯黄，都一如既往，不离不弃。阡陌的小道，捕鱼的父亲趟过，锄地的母亲踩过，割草的姐姐跑过，它在叙述着一个又一个动人的故事。滩涂的小洞，那是小蟹栖息的场所，顽皮的小弟把小手指伸进，逗得小蟹四处逃窜，乐得小弟哈哈大笑。还有河边那多彩的贝壳，或方、或圆，或扁、或椭，或黄、或褐，总能引起人们美丽的遐想。

灌河，你是传承历史、积淀文化的摇篮。自从“水头王”王彦章效仿大禹疏九河之法，铁篙撑铁船开凿海滨河道以来，便有了你的美丽富饶。吴承恩写《西游记》经过你，被你这种浑然天成、气势磅礴的壮丽景观所吸引，便有“心高不识天家眷，性傲归神住灌江”的二郎传说。《西游记杂居》更有“看了些日月盈亏，山河变迁。灌口把威施，天涯将姓显，”“背着弓弩，挟着弹丸，灌锦江头，连云栈边。”的二郎驻地和形象的描绘。在你的滋养下，《西游记》“小

圣施威降大圣”“群圣除邪获宝贝”中，仁爱、正义、勇敢的灌河水神二郎更是跃然纸上，栩栩如生。

灌河，你是激情洋溢的地方，你正用善良和坚强养育着两岸朴质的人民。76万灌河儿女正集二郎神之正义、孝道、真诚、勇敢于一身，在经济大潮中以“斧劈桃山”之势，“斩蛟治水”之勇，为灌南的经济腾飞、和谐安定而努力。

可曾见，变化的灌南就如魔术大师汪奇魔杖下的魔术，日新月异，变幻莫测。一座座楼房如雨后春笋般拔地而起，鳞次栉比，高耸入云，正在你的上空展翅翱翔；一盏盏明亮闪烁的霓虹灯，五彩斑斓，晶莹剔透，那可是二郎的天眼？可曾见，和谐的灌南就如音乐才女王咏梅曲下的音乐，优美，大气。一座腾飞的桥梁，穿过云雾，载着梦想，怀着豪情，彩虹一样挺立在你崛起的脊梁上。“和如琴瑟的好江河真情在弹拨，和如一家的大神州同唱一首歌”。可曾见，发展的灌南就如亚运冠军李梅芳座下快速旋转的车轮，勇往向前，踏步前进。工业产业园、农业生态园、船舶工业园正以昂扬的姿态，涌动着一股快速发展的热潮。可曾见，美丽的灌南就如山水画家胥立浦笔下的画卷，清新淡雅，意韵隽永。悦来河畔、周口河风光带，风景怡人，空濛清丽，充满诗情画意；广场游园、小区庭院，绿意盎然，雅宜绝伦，一个水绿相融的苏北水城已经呈现在我们面前。可曾见，团结的灌南就如以孙志忠为代表的小品创作、演出群英，在县委县政府的正确领导下，灌河儿女心手相牵，同心协力，抢抓机遇、以永争一流、敢写第一的理念，风雨兼程，奋勇前行。

灌河，二郎神庇佑你，灌南儿女歌唱你，你将似一颗璀璨的东方明珠，在灌南大地上熠熠生辉，永放异彩。
(作者单位：灌南县新区人民医院)

记忆中的元宵节

郭晶平



今年真没想到，我市首届新海龙年夜市开在了医院门前的通灌路上，一改往年春节的沉寂，为港城增加了不少年味。晚上我们一家欣赏着火树银花、畅步在“流星雨”下、看着天空中璀璨的焰火，我仿佛穿越时空回到了小时候，那个九十年代年味十足的山西晋中老家。

对于孩儿来说，吃了年三十包的饺子，挣了给长辈们拜年得的压岁钱，再盼就要盼正月十五闹元宵了。闹元宵在山西也叫闹红火，形式多为龙灯、狮子、高跷、抬阁、旱船、跑驴、大头娃娃等等，一般每个乡镇、每家企事业单位都会组织一个表演队，春节前排练几次，正月里就拉着队伍到各处拜年、表演。

我父亲所在的单位在当地是一家龙头企业，年年的闹红火和元宵灯展他们是主力军。不论是刚上班的小伙子、大姑娘，还是退了休的工人老大哥、老大姐，都要参与其中，自得其乐。平常排练时宿舍区的居民有的站在楼房的玻璃窗前向下望，有的站在路边观看，经常有妇女怀里的孩子朝着秧歌队喊了一声：“奶奶！”，队伍里就会出来好几个插着头花、抹着红唇的奶奶兴奋地东张西望而跳错步子，踏错节拍，惹得大家伙儿哈哈大笑得直不起腰来。

红火队伍里最逗乐的当然是那些脸上用红黑两色写意勾勒、动作夸张过逾的丑角们，最卖力的是那些驼背猫腰、满脸苍桑，已一把年纪的喷呐手们，最惹眼的还要算走在队伍前列，身披胄甲、头戴武盔的两名令旗手。每次表演开始，“辕门鼓”一响，令旗手一个说“在上主礼官掌了大礼”，一个应道“在下我前行掌了大乐”，之后便一个逆时针一个顺

时针疾走，接着旱船队、秧歌队、高跷队、回娘家的驴队、舞龙舞狮队便从他们中间次第上场，各显其能。如果这支表演队伍来自农村，那高跷队里的猪八戒，旱船队里的艄公，肯定是身怀绝技，出手不凡。高跷者定能在冰上单腿蹦跃，甚至还能撒几个大叉，艄公者能嘴叼髯口手执舟桨折一连串的后空翻。他们属于丑角，但确是贯穿全队的主线，这些活跃人物在平日的生活里也多是爱说爱笑、喜欢文艺表演的积极分子。很多演员怕被熟人认出就戴着大墨镜盖住整张脸，在队伍里扭呀扭呀扭，但即便这样，也难逃乡邻的慧眼，于是认出队伍里的熟人，也成了他们看红火时的一大乐趣。

白天看够了红火，晚上吃过元宵就要看灯展了。印象最深的还是92年猴年的元宵节，因为那年我父亲和单位的几个工程师一起设计了一个关于孙悟空的大型彩灯并参加了当年市里的灯展。记得灯展那几天，每天晚上都会吸引很多市民驻足观看，合影留念。

每当猴子沿着绳索缓缓升到三层楼那么高时，孩子们就开始叫：“菩萨来了，猴子下来吧！”然后荷花花瓣就会打开，里面出现一个打坐的菩萨，孩子们喊完，升到半空的孙悟空此时便会返身回到荷花边。因为故事情节生动又能和观众互动，被市民评为二等奖，当年不少孩子元宵节灯展的作文里都描述了我父亲亲手设计、制作的彩灯。

如今，十多年没在元宵节回过老家了。随着科技越来越发达，人民生活越来越富足，想必今年家乡的元宵节比九十年代的更热闹了吧，但我总觉得最甜的元宵和最有年味的元宵节永远是记忆中的那个！（作者单位：连云港市第一人民医院）



老苏抗癌记

杨收平

老苏今年 60 岁,是来自赣榆石桥镇的农民。

老苏怎么也想不到,自己得了肝癌,已经到了晚期。就在两个月前,他还在病房陪护身患肺癌的妻子。

老苏的主治医生说,老苏为给老伴治病,化疗放疗,背了近四万元外债,最后还是人去楼空。老苏的儿子还没结婚,安葬母亲后,就到苏州去打工,挣钱还债。老苏感觉浑身没劲,一检查就发现了大问题,老苏在女儿陪同下来住院,坏消息没敢告诉儿子。在一年内,老苏父亲和妻子先后走了,老苏身心憔悴,这也许就是他罹患肝癌的原因。

我到病区看望老苏。老苏个子矮小,皮肤黝黑,带着一幅老土的花镜,我问起病情,老苏说,他两腿“发秧”(发酸)。



聊这次住院费是怎么筹集的。老苏说,秋后,庄稼都成熟收割了。二亩花生,收了 1000 斤(好的年份要收到 1500 斤),卖了 300 斤,得 1500 元;一亩二分旱稻收了 1000 斤,巢了 500 多斤,一斤一元五,收入不到 1000 元;一亩玉米,收成 1000 斤,一元零五分一斤,全卖了,约摸 1000 元;农作物总共变卖了 3500 元。他连襟从东北打工回来,给他借了 3000 元,老苏怀揣着 6500 元来医院住院。说道这里,老苏眼神有点迷茫,语气变得沉重起来。

老苏说,今年秋天,他干活气喘,稻子花生收不动了,就雇人来收割,一个小工一天 60 元,还得管

中午一顿饭,老苏感觉力量大不如以前,就自找原因说,“以前饭量很好,一顿能吃一大碗干饭,现在没胃口,饿极了才吃不到半碗。”

那天义诊结束后,我们几个海马健康志愿者一同去看老苏。中午我们来到病房,同室病友说老苏出去吃饭了,等了片刻,老苏回来了,他有点气喘吁吁,解释说,刚出去吃兰州拉面了。

看老苏吃这么简单,一定是为了省钱。我们每人掏出 50 元钱,凑了 400 元,想送到老苏手上。老苏推辞,我们再三劝说,他才勉强收下。我们叫老苏不要太省,想吃啥就买啥。老苏接过钱,眼泪涌出来了,滑落在她高高的颧骨上,他说不出话来,嘴角在颤动。我们心里也不好受,就在老苏身边站了几分钟,说了些多保重之类的话,赶快退出来了。

老苏的身体日渐消瘦。

医生要给老苏做介入手术的那天早上,我特意到病房,给老苏鼓劲,我说,没事的,你一定会好的。

手术取得了成功。术后第二天,我们几个志愿者不约而同来看望老苏,老苏挣扎着要坐起来,被我们挡住了。看老苏气色不错,我们就放心了。

一周后,老苏要出院了,我去给老苏拍了本次住院的最后一张照片。我提议,主治医生们和老苏一起合影!

照片中,老苏正坐在床上输液,医生们都站在他的旁边,阳光从窗户外透进来,病房里暖融融的。手术做过后,老苏战胜病魔的信心大增,相信自己会一天天好起来的。

“感谢海马……志愿者。”老苏结结巴巴地说,脸上泛出红晕。我明白他想表达什么。我紧紧握住老苏的手说,我会常去看你的,到你农村的家,到你种花生的地里,老苏开心地笑着,像个孩子一样。

如果,上帝能给老苏一个好身体,老苏就在自己的庄稼地里,舒心地流汗!

(作者单位:连云港市东方医院)

孕育生命的春天

杨 梦

萧索单调的冬季里，人们总是在盼望春天，盼望她的草长莺飞、丝绦拂堤，盼望她的千树琼花、碧波涟漪，盼望她的兰馨蕙草、润物如酥；盼望她的春色满园、落红如雨。可今年的春天比往年都要来得迟、冷得多，稀稀拉拉的春雨透心地凉，春分已过多日仍缩手缩脚，但你可曾注意到那河边的垂柳已吐出新芽，婀娜地摇曳开来。春，来啦！

春天，在很多人看来是个美丽的季节，古往今来人们几乎用尽了所有美好的诗词歌赋来形容她、赞美她。春，暖人心脾，“沾衣欲湿杏花雨，吹面不寒杨柳风”；春，稍纵即逝，“林花谢了春红，太匆匆”，所以“有花堪折直须折，莫待花落空折枝。”

当春带着她特有的新绿，海一样地漫来时，真能让人心醉；当春携着她特有的温煦，潮一样地涌来时，也能让人断魂。

春，绝对是一帧浸染着生命之色的画布。新绿、嫩绿、鲜绿、翠绿，满眼的绿色，温柔着我们的视线。还有那星星般闪动的一点点红、一点点黄、一点点粉、一点点紫，也惊喜着我们的眼眸。

踩在她松软的泥土上，才知道生命的温床可以如此地平实。只要她飘然而至，所有沉睡的种子，都可以在这里孕育，并赋予生命变换的姿态。

春，绝对是一幅饱蘸着生命繁华的画卷。

无论是破土而出的，还是含苞待放的；无论是慢慢舒展的，还是涓涓流淌的；也无论是悄无声息的，还是莺莺絮语的，只要是把春的帷幕拉开，他们就会用自己独特的方式，在这里演绎自然而神奇的魅力。

披着柔媚的春光，让略带甜意的风，从身边掠过。就会领悟到春的气息里，包含着最令人感动的柔情。也会觉得大自然就像是一位神奇的母亲，她竟选择在万物萧条的冬的尽头，将千姿百态的生命孕育而出，让它们踏着那最为柔媚的第一缕春光，相拥而至，把无限的生机带给人世。

春，也是一拱彰显着生命奇迹的画廊。

你看，每一种生命都有自己特定的形态，而每一种特定的形态，都包含着特定的生命信息。无论是高大的，还是弱小的，都要经历着有生也有死的历程，也都有稚气和成熟的时节。无论是引人注目的，还是平淡无奇的，都要沿着那特定的时令轨迹，在自己特定的生存空间里，完成一段生命的壮举。也无论是否有名有分，无论是生在富饶的家园，还是长在贫瘠的沙土上，所有所有的、所有的在春天萌生的万物，都用自己独特的方式，用尽全部的热情，谱出一曲生命的颂歌。

这就是春，应着萌生在这里的生命节奏，我真真切切地感受到一种神奇的美丽。

（作者单位：连云港市第一人民医院）



我等你回来

陈曦

今晚小夜班,早上收拾完房间,溜达到菜市场,沿街的摊位上,一溜的瓜果蔬菜,水嫩鲜艳,绿莹莹的叶子带着早晨的露珠,仰着脸,挺着身姿,引诱着别人。从东走到西,手指上便勾着各式颜色的塑料袋,装着早市的新鲜。

老伴,我等你回来

回家的路上,看见头发花白的高奶奶,我的思绪回到了5年前。那年我刚到老年科,高奶奶的老伴老年痴呆,但是她生性乐观、开朗,哪怕是他病重的时候,她都把老伴收拾得干干净净,2008年高爷爷撒手人世,留下高奶奶孤独一人。“伺候他7、8年,糊涂的时候大便解在床上,忽然清醒又急忙拉被子盖上,弄的衣服、身上、被子上都是,每天跟在后面洗,连买菜都急急忙忙的,怕他犯糊涂又做什么事,烦的时候恨不得他走了才好……”“习惯每天出门买菜前听老高唠嗑着说:‘我等你回来!’现在他走了,回家说话的人都没有……”“你路上小心啊!”高奶奶的话将我的思绪拉了回来。看着她一个人穿过车水马龙的集市,孤独、苍老的背影让我心痛欲裂。

我想,不论时间长短,拥有的时候好好珍惜,哪怕只是在家等你买菜回来。

妈妈,我等你回来

睡到半夜,发现女儿身上发烫,用体温表一量,38.4度,急忙把她拽起来,冲了退烧的、抗病毒的2种药,为了不伤害她的小胃,又灌了半瓶奶,看着她想吐的样子,我赶忙连声说:“忍住忍住!”她还是没有忍住,趴在马桶边将吃下的药全吐了,看着她瘦小的肩膀一抽一抽的,抬起头来看着我,仿佛在责怪自己怎么没有忍住。我只

微言博語

幸福不是房子有多大，而是房里的笑声有多甜；幸福不是开多豪华的车，而是开着车能平安到家；幸福不是爱人多美，而是爱人的笑容多灿烂；幸福不是顺境时喝彩多热烈，而是逆境时有个声音说朋友别倒下；幸福不是有多少甜言蜜语，而是在伤心时有人说：没事，有我在！ ——@宁夏新闻网



好再次冲药，小家伙很乖，这次一一将药喝下。“妈妈，你是医生，你会治好我的，对吗？”

这份信任，只有对妈妈才有。

“妈妈，你今天是不是小夜班啊？”

“是啊。”

“你为什么要上班啊？”

“因为这是妈妈的工作啊！”

“你不在家陪宝宝吗？”

“不行，还有很多的病人要妈妈去照顾。”

……

早已经习惯妈妈上夜班的女儿，不舒服的时候很希望能陪她，她站在阳台上看着我，挥着小手，“妈妈，早点回来。”

晚上10点，女儿的电话打来，发热使她的声音有点暗哑，嫩嫩的嘟囔着说：“妈妈，你什么时候下班呀，我等你回来。”我无法承受这几个字传来的温柔和爱意，心中酸酸

的，涩涩的，半天说不出话来。

你有没有算过你一辈子和孩子呆在一起多长时间？从孩子3岁上幼儿园起，离别一整天，初中后，可能她会住校，一周回来一次，大学毕业后，也许会留在外地，一年回家一次，结婚后，回家的时间有一半留给亲家，回来的会更少，当孩子又有了她自己的孩子，你已经不再是他们的家庭成员了，他们的一家三口里，已经不包括你了。

珍惜孩子在身边的日子，尽管因为她，你做了太多的牺牲。尽管她晚上老醒来，让你睡不好，尽管她老生病，让你操碎了心，想起10多年后，就算想要，也没有机会了。孩子会不停地长大，过了这个时期她就再没有这个时期的习性。珍惜孩子在阳台上对我说我等你回来所传递的感动。

再晚 我也等你回来

下了小夜班，凌晨1点多，天上飘起了小雨，没带雨衣，只好乘出租车回家，的哥很健谈，我就和他随意聊了起来，经过海宁小区时，他放慢速度，指着其中的一栋楼说：“那里！六楼，亮着灯的，是我家，载完你我就回去吃个夜宵，女人等我回家！”我顺着他手指的方向望去，一幢幢房子，远远近近，从上到下几家亮着灯，细雨迷蒙的夜幕下也不知道他指得是哪一间，但是我看到的哥那张微带兴奋的脸上清楚地写着幸福，不忍心说没看见。只能说：“哦，看见了，你真幸福，这么晚家里人还等你回家。”

虽然分不清哪一间是哥的家的家，但我知道每一个家都是温暖的，幸福的。我能体会得到的哥的这份心情，忙碌了一天了，想到马上可以回到温馨的家，想到有着所爱的人在等他回来，想到孩子亲切地叫他一声爸爸，这时必然是一生中最幸福的。

（作者单位：连云港市第一人民医院）



独具特色的景颇酒文化

杨光礼

2003年5月，笔者有幸来到滇西南一带的景颇山寨参观，那里的秀丽景色，尤其是那里的酒文化给我留下了深刻的印象。

景颇族是一个勤劳淳朴、待客热情的民族，几十万景颇族同胞主要居住于滇南一带。景颇人，男女老少都爱喝酒，酒与景颇人可谓相伴终生。这种嗜酒之习世代相沿，从而形成了一道绚丽的人文景观——景颇人独具特色的“酒文化”。

据导游介绍，景颇人喝的酒，是家家户户都会自制的水酒。度数不高，近于啤酒，其味醇香，清凉可口，少饮解渴，多亦醉人。水酒的自制工艺十分简单，只需把大米淘洗干净，用甑蒸煮后再晾干，然后拌上酒药，用芭蕉叶包好放上几天，待溢出浓烈的酒香味后，再把它放入土罐中密封保存，过上十来天后，再兑上凉开水，就成了水酒了。关于水酒，在当地还有这么一个传说：古时候，有个叫木吉锐纯的妇女，与其子阿崩娃分居于恩梅开江两岸，由于江桥断绝，阿崩娃每天要绕山绕水走很远的路才能见到母亲，吃上母亲的乳汁。有一天，他请求母亲给他想个断奶的办法，其母就给了他一包酒药，教他制水酒的方法，阿崩娃依母所言果然制出了水酒，从此以水酒当乳。水酒也就世代相传，与景颇人结下了不解之缘，像乳汁一样哺育了景颇人……

在当地，无论上街赶集，串亲访友，还是婚丧节庆，景颇人的“筒帕”（挎包）里总是放着一个小巧精致的竹制“特勒”（酒筒），凡知己相逢、熟人见面、客人来访，都会拿出自己的“特勒”传递给对方，对方也会掏出自己的“特勒”传递过来。先接到“特勒”者斟出一杯酒来，首先敬给传

递者饮，然后双方对饮；若有第三者、第四者在场，则传递者又会把酒依次敬给他们饮，然后彼此共饮酒，在当地成为一种联络感情必不可少的佳酿，又是一种以礼相待的美味。景颇人认为，不用酒待客是一种极不礼貌的行为，有违老祖宗传下来的这种习俗，会为人所不齿，遭到唾弃，故见面必饮酒。

导游讲，景颇人喝酒是有讲究的，如果熟人相见要相互敬酒，但不是接过酒来一仰脖子来个“一口闷”，而是要先倒回对方的酒筒里一点后才喝，这是一种礼仪，表示敬重对方，而主人也认为这是看得起自己，此举即相互尊重的一种表示。当地在婚丧节庆的酒宴上，主人也不给客人敬酒，而是把酒筒交给席上的长者，请长者代表自己的心意给大家敬上一巡酒，每人都有份，包括主人在内，喝完这巡酒后才能自己随意喝，但最后酒筒里还要留下一点，不能喝光来个“底朝天”，这表示一种吉祥：年年有余。有时候，大家在一起，共饮一杯酒要先让年纪大的长者先喝。先喝的人喝一口后，用手揩一下自己喝过的地方，然后再传给别人，这是喝的“同心酒”，表示彼此之间一条心。

景颇人对外来的客人无论相识与否都很尊敬，他们认为，凡能够来到景颇山寨，都是因为看得起景颇人。所以，凡在村口或寨中遇到外来客人，他们都异常高兴，总是笑脸相迎，礼貌相邀，把客人请到家里，拿出水酒，端上美味，和客人来个一醉方休。这种热情、深情、挚情、盛情，常常使客人恋恋不舍、久久难忘……

（作者单位：连云港市第一人民医院）

二月挖荠菜

张敏

二月里，找个周末约三五个朋友到郊区的野地里去挖荠菜别有一番乐趣。荠菜的美味诱人，营养价值高。俗语讲“一月吃根，二月吃苗，三月吃茅草”，每年农历二月是荠菜生长的最好时节，个儿大、叶子嫩，也是挖荠菜的最好时候。

记得第一次到郊外挖荠菜时，错把野草当作荠菜的我惹得大家笑个不停。因此，对我来说，每找到一棵荠菜，都感到非常喜悦。有时候，第一遍没有发现它，有些疑惑，一回头，突然发现一个肥大的家伙正趴在那儿呢，好像是和你在捉迷藏，你瞧不见它，它却在那里瞅着你的憨样子。

荠菜善变，不仅颜色变，形状也会变，而且喜欢簇拥在一起生长，麦地、池塘边、菜园子、荒地都是它的沃土。荠菜的生长力很惊人，可以长到尺把高，它的花细小，白色的，有着微弱的气味，只是人们嗅不到它的芬芳，然而它却是小飞虫的花圃蜜罐。

荠菜营养价值高，它的吃

法多种多样，可以炒吃、烧汤吃、用荠菜和肉馅做成丸子，鲜嫩可口，尤其是荠菜和肉馅包的饺子，吃起来真是有滋有味……荠菜不仅是上等菜肴，它还是一味药。其药性平和，是维持人体寒热平衡的好帮手。它既不偏寒也不过热，能祛寒，却又不会引起内火；能祛热，却又不会导致寒凉伤身。荠菜入胃经，可以降胃火，又不苦寒伤胃。荠菜能止血，对各种出血症都有一定的效果。爱流鼻血的，或是经常牙龈出血的人，平时不妨多吃点荠菜。老年人吃荠菜也很好，可以降低血压，通利小便，还能预防白内障。春天来了，吃点荠菜是最好的，可以预防流行病，还可以缓解春天容易出现的过敏症状。

不知道被春雨浇醒的田野里是否还有挖荠菜的你们？在这春风拂面的三月，你不妨挑个风和日丽的日子，到郊外去辨认下荠菜的模样。

（作者为连云港中医药高等职业技术学校实习生）





“60年前，他搭建了第一张手术台，到今天也没有离开。手中一把刀，游刃肝胆，依然精准，心中一团火，守着誓言，从未熄灭。他是不知疲倦的老马，要把病人一个一个驮过河。”这是2011年《感动中国》写给吴孟超的颁奖词。

吴孟超，2005年度国家最高科学技术奖获得者，著名肝胆外科专家。1922年生于福建省闽清县，马来西亚归侨，1949年毕业于同济大学医学院。擅长肝胆疾病的各种外科手术治疗，尤其擅长肝癌、肝血管瘤等疾病的外科手术治疗，被誉为“中国肝胆外科之父”。中国科学院院士，一级教授，博士生导师。2011年5月，中国将17606号小行星命名为“吴孟超星”。

桃李不言，下自成蹊。2011年《感动中国》人物颁奖现场，吴孟超老人的英雄事迹感动了每个人，90高龄的老人仍然奋战在生命的高地，我们向老人致敬，也把他的事迹铭记于心，激励着我们铿锵前行。

医魂——献给人民医学家吴孟超

“啪”，护士递来的手术刀，与他的手掌轻轻相击。6号手术室。又一次，老人伸向血肉深处，静静摸索。

剥离、阻断、切除，他双手取出肿瘤，缓缓托起。这一刻，这个重达5斤的肝癌肿瘤，不过是一枚枯萎的毒果，而曾经被它肆意吞噬的肌体，已然跨过重生之门。

这是一双白皙、修长的手，不颤不曲，灵巧有力。唯有右手食指指尖微微向内侧弯，那是常年握止血钳的结果。

这双手曾在马来西亚割过橡胶，曾在抗战烽火中为建筑大师梁思成描过图，曾被人称为天生的艺术之手。但，它们最终选择在一个与生命最近的地方劳作。

这双手在肝脏的方寸之地破译生命密码，把1万多名病人拉出了人生的绝境。许多患者千里迢迢赶来，仿佛握一握它们，就看到了生之亮光。

这双手属于吴孟超，一个从医68年的医生，一个有着55年军龄和党龄的军人、共产党员。

中国科学院院士，第二军医大学东方肝胆外科医院院长，国家最高科学技术奖获得者，中央军委授予的“模范医学专家”……吴孟超有众多头衔，但病人都叫他“老神仙”，学生们称他“老爷子”。

吴孟超今年89岁，身高162厘米，背有些微驼。他至今仍保持着年平均200台的手术量——这或许是世界上做手术时间最长的纪录了。

他忘记了时间，时间也忘记了他。

他和时间一起，诠释着那守护生命高地的两个大字：医魂。

柳叶刀尖

“如果有一天我要倒下，就倒在手术室里，那将是我最大的幸福。”

快，准，狠。

——在吴孟超的手上，诞生了享誉中外的“吴



氏刀法”。

没有申请专利，但得了真传的弟子外出做手术时常常让同行惊叹：“您是吴孟超的学生吧？”

2011年1月17日上午，62岁的费新根躺在了吴孟超的手术台上。

3个月前，在某家医院里，这位严重的肝硬化和肝癌患者白白地“挨”了一刀——肚子打开，才发现肿瘤长在最复杂、最危险的中肝叶，而且包在主管管上，医生不敢切。要家属签字做肝移植——40万元，这个普通家庭哪里拿得出来？只好又给缝上了。

面对辗转找来的病人，吴孟超3次B超查看，召集专家会诊，最后决定：根本不需要肝移植，肿瘤能切除，而且由我来亲自切。

一切都在意料之中。吴孟超时而定睛挥钳，时而探向看不到的地方，摸准了，又是一刀，嘴里还不住嘟囔：“没好好检查就把人家肚子切开……怎么会有这样不负责任的医生啊……”

仅仅两个小时，肿瘤成功摘除。患者几周后康复出院时结账，2万元。

手术台上的一幕幕，吴孟超的学生们津津道来。

别人先处理枝蔓，他一来直奔主题；别人边做边想，他几无停顿；别人两个小时完成的手术，他能缩短为一个钟头。

“手术时间越短，病人的身体恢复越快！”有一年去法国观摩手术，法国医生不紧不慢，吴孟超倒是急出了一身的汗。

他的雷厉风行，像机器设定般熟练精准，又如高山流水作画作诗般一挥而就。

即使是最富想象力的作家，也难以描绘出肝脏结构的复杂程度。

进出肝脏的4支管道，是肝部血管的主干。主干分出更多密密麻麻的小血管，如同一棵大树，枝叶繁茂而难以尽数。

作为内脏中最大的器官，肝脏强大而又脆弱。主干和主要连接是不能碰的，哪一处捅坏了，病人都可能活不了；肝静脉壁更是比纸还薄，钳子一触就破。

肝外科医生们的手术刀，就是在这纵横交错、险象环生的血管间游走，逢山开路，遇水搭桥，斩关夺隘！

“开刀就像编篮子，有的人没编几个就很圆，有的人编了一辈子都是扁的。”吴孟超开玩笑说，外科医生是有天赋的。

他清楚每条血管的走向，如同将军了解战场上

的每一道河流山川。

“您已经功成名就，别再做手术了。万一碰上失败，毁了一世名声咋办？”有人劝告耄耋之年的吴孟超。“老爷子”很火：“我的名声和病人的命放在一起，你说哪个更要紧？”

吴孟超至今坚持每周做6-8台手术。哪个星期手术排得少了，他就不高兴。结束得早，他会趴在别的手术室窗户上往里张望，看到不满意的事，还得“骂”两句才走。与那些可以算作自己“孙辈”学生的助手们一起工作，吴孟超觉得自己年轻了，而每挽救一个肝癌病人所带来的愉快，更是无法衡量。

2004年，陈汉教授去世。4年后，裘法祖院士去世。一个是他的同事与好友，一个是他的恩师与至交。

比他更年轻和比他更老的老头走了。似不经意间，吴孟超向跟随自己20多年的程月娥说了一句：“我的有生之年恐怕不多了。如果哪天我真的倒在手术台上，你知道我是爱干净的，给我擦擦，不要让人看见我满头的汗。”

闻者泪湿襟衫，吴孟超的目光却依旧清澈如水。

医者仁心

“医生没有挑选病人的权利，只有为患者解除病痛的义务。”

最终找到东方肝胆医院和吴孟超的，大多是无路可走的重症病人。

2004年，正在北京外国语学院求学的湖北女孩甜甜生命垂危——她的中肝叶上长了个巨大的海绵状血管瘤，稍有不慎，就会因血管破裂大出血而死亡。

多家医院拒绝收治。尽管早在1963年，吴孟超就成功实施了中国和世界上第一例中肝叶切除手术，直到21世纪，仍少有医生敢涉足这一“禁区中的禁区”。

好心人说，上海有个吴孟超，你们找他试试吧。这个20岁出头的花季姑娘，就这样站在了吴孟超面前。

要进手术室了，父母抓住甜甜的手不肯放，甜甜也告诉自己，这恐怕是今生最后一面了！吴孟超立即弯下腰轻声说：“不要紧张，你醒来的时候，我们都在

你身边……”

两天后从昏迷中苏醒,甜甜看到的第一个人是吴孟超,听到的第一句话是“你没事了”。

生命还在!

甜甜这时才知道,手术做了整整 10 个小时,吴老创造的肝门阻断,前所未有地在一个手术中实施了 4 次,才将那个重达 9 斤、足足有排球那么大的瘤子切下来。

5 年后,甜甜把自己的婚礼选在了从吴孟超刀下获得新生的那个日子——9 月 24 日。

国外的文献中,直径 4 厘米的血管瘤就被定义为“巨大”。然而,吴孟超面对的,几乎都是“超级巨大”的肿瘤。

1975 年,安徽农民陆本海挺着像临产孕妇一样的大肚子前来求治。12 个小时手术,吴孟超和同事们大汗淋漓地切下一个 18 公斤的瘤子。

直到今天,这仍是世界上切除的最大的肝部血管瘤;直到今天,陆本海仍健康地活着。

翻开吴孟超的履历,他在无数个本可以拒绝的病例中创造出了一连串的“之最”。无论是在几十年前还是今天,无论在中国还是海外,这些教科书般的经典案例都是难以复制的奇迹。

“做手术不是做病理解剖,而是面对一个活生生的人。”许多外科手术教程都是这样开头的。“治疗病人,犹如将他们一个一个渡过河。”老师裘法祖的这句话,更是让吴孟超记了一辈子。

一到吴孟超出门诊,门诊部主任满晓波就揪心。好不容易见到大夫,病人总是反反复复地倾诉,生怕医生没听明白自己的病情,但吴老一个上午要

看 10 个病人,其中大多数还要亲自做 B 超呐。

满晓波心疼,偶尔会忍不住打断病人。这个时候,吴孟超总是狠狠地瞪他一眼:“你多什么嘴?”

“一个人得了肝癌,整个家庭往往都垮了。跟病人多说句话,跟他握握手,就能给他和全家人信心。”吴孟超说。

一个日日目睹生命苦难的人,胸怀一定是博大的。否则,他的心怎能盛得下那么多孤注一掷的托付?

冬天查房,吴孟超会叮嘱学生,先把听诊器焐热了。每次为病人做完检查,他都帮他们把衣服拉好、把腰带系好,弯下腰把鞋子放到最容易穿的地方。每个大年初一早上 9 点,他会准时出现在病房,双手握住病人的手,一个不落地向每个在这里住院的人道一声:“新年好!”

历经岁月积淀,大医之风成就无数传奇与传说。

医院门口,常有人见到吴孟超就扑通一声跪下,递上带来的 CT 片。年近九旬的吴孟超就那么在太阳底下站着,一看就是半个小时,然后朗声道:“还有救,来住院吧!”

对方无不欣喜若狂,泪流满面!

在很多被病魔折磨的人们心里,吴孟超是神仙,他那双金手轻轻一动,就能让人起死回生。

吴孟超当然不是神仙。怎样才能治病救人?他说,一要爱病人,二要有技术,三要踏实地工作。

对工作的要求,吴孟超近乎完美。

集体会诊,大家一致认为应该开刀。吴孟超会一个个询问,你们都说开刀,麻醉选择什么?器官插管准备好了没?肚子开了拉不上怎么办?他要求大家像放电影般一步步预想手术过程,想好了,才能确定做不做、怎么做。

即使手术方案已经无误,手术前一天,吴孟超还会与 B 超室医生一起再次进行病灶确认。晚上躺在床上,他会拿着 B 超图设想手术部位的三维画面。第二天进了手术室,还要再读一次片。

将军不打无准备之仗,吴孟超不做没把握的手术。

按理说,像吴孟超这样的大师,是不需要全程手术的。助手们把准备工作完成了,病人的腹部打开了,他再来也不迟。

但,吴孟超往往会比所有人提前 20 分钟到达。洗手,规定时间 3 分钟,他要洗上 5 分钟,还管别人——“你怎么这么快就洗完了?”肿瘤切除了,



2009年8月,吴孟超来院参观期间与医务人员合影



2009年8月，吴孟超教授来院讲学并指导看片

他还走，坐下看学生们缝合——“你怎么选那么粗的线？间距是不是太大了？”

对于收红包、拿药品回扣的事，吴孟超深恶痛绝。他给自己的医生们定了不少规矩：如果病人带来的片子能诊断清楚，决不让他们做第二次检查；能用普通消炎药，决不用高档抗生素；手术缝合尽量手工——吻合器要好几千块，手缝虽然多花20多分钟时间，不要钱……

在这所医院，肝癌手术所有费用不过2万元左右，远远低于国外和国内大多数医院。一位卖了房产来求医的病人接到账单时感慨：“没想到大上海会有这么低的收费！”

“我们要用技术对病人负责，为病人省钱。”这是吴孟超从医一生的习惯。

经营医院，怎能不考虑“创收”？面对这个看似矛盾的问题，吴孟超的解决办法很简单——节约。

纸张用正反两面，会议不提供一次性水杯和茶叶，晚上下班发现走廊的灯还亮着，吴孟超会从头到尾一个个关上……

他说，医院是治病救人的，怎么能想着从病人身上捞钱？

农民、工人、学生……吴孟超救治过的病人，很多成了他一生的朋友。

蒋声和两次手术时隔33年，都是吴孟超主刀。

医院大楼建成，吴孟超过生日，这位八旬老人都会从浙江赶来。

5年前成功手术的女孩尚蕾蕾，结婚时给吴孟超寄来喜糖，生了孩子又送来红蛋。

还有朱科娜，来到吴孟超身边当了一名护士。28年前，当她是一个出生仅4个月的婴孩时，正是吴爷爷冒着巨大风险为她切除了肝脏肿瘤。

——那次手术，又是一次震惊医学界的“世界之最”！

“我看重的不是创造奇迹，而是救治生命。”吴孟超说，“医生没有挑选病人的权利，只有为患者解除病痛的义务。如果过多考虑自己的名利得失，无数病人就可能在我们的犹豫中抱憾离世。”

吴孟超不愿停下来。在他的蓝图里，5到10年间，肝癌术后5年生存率要提高到80%；30年到50年间，中国人要为全世界找到治疗肝癌的根本途径。

又一个春天悄然来临。55年前，同样是在这样一个草长莺飞的季节，吴孟超先后参军、入党。“为共产主义奋斗终生”“全心全意为人民服务”，军旗党旗下发的庄严誓言，与他从医时宣读的希波克拉底誓言一起，在吴孟超的生命中刻下了最深的印记。

正是这些铭记誓言的人们，筑成了一个国家前行的基石。

（节选自2011年4月25日《新华每日电讯》）



刘一麟，字揆伯、伯揆，生于1908年6月，东海县浦南乡富安村人。1931年8月毕业于上海国立同济大学医学系，后应聘任上海宝隆医院医师。1932年8月自费留学德国罗斯托克大学，后转入德国汉堡热带病研究院研究嗜菌体，攻克了寻找布氏杆菌嗜菌体的难题，在德国医学界引起了轰动，并于1933年以优异成绩获得博士学位。同年秋，他谢绝了外国人的聘请和挽留，毅然回到祖国，在新浦筹建“益龄医院”，打出了“赤贫免费”的旗帜，治病救人，拯民于水火。

建国后，他毅然带领益龄医院部分医务人员，并携带所有药品、医疗器械及家具参加由市总工会创办的工人医院，亦即发展至今天的连云港市第一人民医院，并先后担任副院长、院长等职务。1958年后，他被选为省市人民代表、政协常委，还担任过连云港市副市长、政协副主席、科协主席、体委主任、中华儿科学会理事、市医学会副理事长等职务。

大医精诚 真爱永留

——记医学博士刘一麟

仲伟茂 高峰

上善若水 夙夜为民

为了那些在忧患与疾病中挣扎的芸芸众生，刘一麟殚精竭虑，把毕生心血倾注在病人身上。他历任医院院长几十年，一直吃住在医院，随时巡视病房，查看危重疑难病人。不管节假日，还是寒冬

酷暑、白天黑夜，只要找他看病或会诊，总是随叫随到。一个冬夜，在就寝前，他曾到病房巡视了几个危重病人，可是刚入睡，又被内科值班医生喊起来，为一肝肾综合症病人会诊；处理完这个病人，回家刚睡下，儿科一昏迷抽风病人的家属又恳求

让刘一麟看看,他又起来去了儿科;一个远路来的门诊病人,见他家中亮着灯,就在门口静静守候,刘一麟刚从儿科回来,见状赶快把病人及其家人请到屋里。看完这个病人,已是凌晨。上午8时,他又准时来到儿科参加查房。几十年来,他就是这样不分昼夜地工作着。

在长期的医疗实践中,刘一麟孜孜不倦地学习,踏踏实实地探索,逐步成为一名学识渊博、具有很深造诣的临床医学家,成为一名远近闻名的儿科专家。当时医院儿科诊断、治疗若干常见病、罕见病常常先于全省甚至全国。他以渊博的学识、精湛的技术和全心全意的工作精神接待着来自四面八方的病人。

淡泊名利 孜孜不辍

刘一麟一直坚持医学研究,他利用有限的条件,甚至依靠自己的积蓄,在许多医学研究领域进行了艰苦的掘进。他率先发现了一种导致婴幼儿腹泻以致失水、营养不良夭折的轮状病毒,使每年流行于我市的婴幼儿“秋季腹泻”之谜被揭开,继而对症下药,消灭了这一顽症。习于西医的他在中医学领域也进行了顽强地探索,他的《乙型脑炎食物问题》一文,在全国第一次中西医结合经验交流会上发表,得到有关方面的高度评价,被认为是对世界公认的柯棣曼氏“用培养丰富食物治疗急性传染病”观点的有力挑战,是对病毒性传染病饮食处理理论的新发展。

1978年开始,他用两年的时间,研制成功了新型血液淋巴细胞的分类试剂——细胞离净,填补了一项国内空白,通常的淋巴细胞分离剂用 Ficoll 和泛影葡胺,多从外国进口,价高,不易买到,改为细胞离净后,价廉、方便,可推广至公社一级医院,此项发明,荣获 1979 年度江苏省科技三等奖。

秉节持重 赤诚仁爱

与刘一麟共过事的人无不钦佩他的赤诚仁爱之心。在他眼里,没有高低贵贱之分,只要能帮助别人,他都乐意去做。对待下级医师,

他从未轻蔑之心,从未傲慢之气,不仅毫无保留地传授经验和技能,竭力传、帮、带,而且很尊重别人的意见,积极鼓励别人提高业务,深受同事们的爱戴和敬仰。

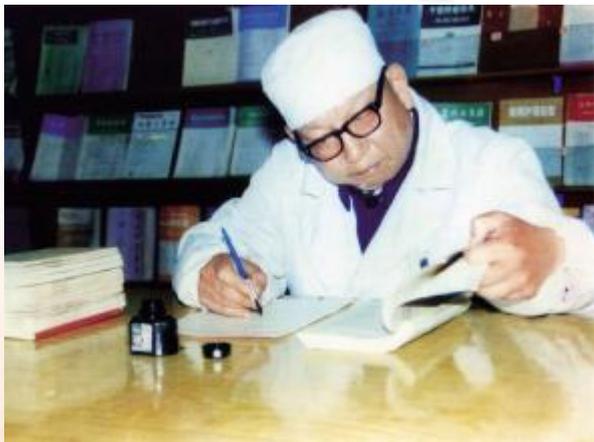
许多人至今还记得这样一件事。一次,海州一位农民为感谢刘一麟治好了自己小孩子的病,大早之年,从几里地外挑着两担清水送到刘一麟家里,这样的礼物,这样的深情,刘一麟几乎无法拒绝,但最后他还是为这两担水付了很多钱给这位农民。他不是不谙人间真情,也不是不懂这位纯朴农民的心意,只是他知道这位农民兄弟自己家里也绝不富裕,也缺水用……他可以为那些没有钱的病人看病自掏腰包,但却不接受任何人的经济好处和报答,因为他的付出绝不求回报。

1985年3月19日,因患脑动脉硬化、肝硬化腹水等疾病医治无效,一代名医刘一麟与世长辞。对他自己而言是无怨无悔地走完了人生的旅程,他的一生为祖国、为父老乡亲们献出了一切。

刘一麟逝世后,许多亲朋好友及过去的病员、病人家属都纷纷前来悼念。当灵车从医院出发前往殡仪馆时,医院里能离得开的医护人员,走得动的病人都出来为老院长送行,沿街的许多居民与行人也纷纷出门在路旁相送。灵车经过的地方公安局还派出许多公安人员维持秩序,而群众井然有序,静静地目送灵车离去,他们为失去了一位好院长、好医生而悲伤。

历史是公正的,历史一次又一次地深刻揭示着这样一个道理:那些鞠躬尽瘁为病人的人,那些廉洁行医的人,那些勤奋钻研、精益求精的人,群众永远敬仰他、赞美他、歌颂他;那些见利忘义的人,那些缺乏责任心、麻木不仁的人,那些摆架子、高高在上的人,必将受到职业道德的谴责。人民群众心中自有一杆秤,人民群众永远是历史的创造者和裁判员!

(作者单位:连云港市第一人民医院)



曹华棣,1925年5月出生于河南省开封市,1985年9月加入中国共产党。生前为连云港市第一人民医院外科主任,是连云港市卫生事业的开拓者,连云港市及连云港第一人民医院的外科奠基人,曾历任连云港市政协第二届委员会委员、三、四、五、六届常务委员,市医学会理事、名誉理事、中国楹联学会会员等职。在抗美援朝运动中,参加了江苏省赴朝救护队,1953年在金城川战役中荣立三等功,并被评为白求恩式大夫,1992年入选连云港市近现代名人事迹展览,市委、市政府为其颁发“为连云港市热心奉献30年”荣誉证书。1996年1月28日因病逝世。他一生兢兢业业,精益求精,以渊博的知识、精湛的技术、高尚的道德赢得了社会的肯定、群众的尊敬以及同事的爱戴。

一心为民的好医生

——曹华棣同志生平事迹

胡蓉

信念坚定 忠于职守

1944年7月,曹华棣从开封中央日语学院毕业,历任新河南日报社编辑,河南农科职业学校教员。1946年9月考入国立河南大学医学院,1951年7月毕业,先后在苏州第一人民医院、苏州医学院附属医院工作。他时刻牢记自己的使命职责,始终把党和人民的利益放在第一位,把组织的需要作为自己的最高选择,1958年6月,他积极响应国家支援苏北的号召,来到连云港市第一人民医院,从此扎根于这片土地,一干就是四十个春秋,把自己的毕生精力奉献给了港城卫生事业和这片土地上的无数个患者。

精益求精 夙夜为民

建院初期,医院房屋简陋,设备落后,各项技术都很落后。外科仅有20余张床,只能进行

脓包切开、割鸡眼、阑尾切除、疝气修补等简单的手术。曹华棣调来以后,积极开展各种外科手术,使外科工作有了质的飞跃。在手术设施简陋的情况下,1958年底至1959年做了25例胃切除手术,无一例并发症或死亡,还相继成功地开展了胆囊切除手术、食道癌手术、脾脏切除手术、肾脏切除手术、脾肾静脉分流手术和广泛性子官切除手术等,1959年10月又成功地开展了肺叶切除手术,技术远远领先于苏北,群众称之为“曹大刀”,为连云港市及一院外科的发展奠定了坚实的基础。

他对病人极其负责,工作一丝不苟,手术精益求精,不管什么手术,他都坚持做到术前反复研究病情,术中精细操作,术后严密观察。每次手术前,他一定到病房和病人聊一聊,让病人消

除顾虑,安心配合;手术后,他从不急于换下手术衣离去,而是及时观察病人的每一个细微变化;病人醒来后,他总是第一个来到病人床边,询问病人感觉,交待注意事项……许多患者说:“在手术台上闭上眼,最后看到的是曹主任;回到病房睁开眼,第一个看到的还是曹主任!”

孜孜不倦 严谨治学

曹华棣的一生都在孜孜不倦地学习、踏踏实实地探索,坚持每日5点钟准时起床,看书学习,精读外文期刊杂志,并不断创新,积极开展新技术为病人解除病痛,填补了外科多项空白,成为远近闻名的外科专家。他不知为多少病人

人,他不顾自己的劳累,昼夜奋战在手术台上;他身患肺癌,却在手术后立即全身心投入工作中。他把责任看得很重,把名利看得很淡,为病人治病从不收红包、拿回扣、接受吃请,一辈子没做过对不起病人的事。

六、七十年代,他经常到市属县区医院会诊,不讲条件,不计报酬,经常是乘坐大卡车出诊,有时甚至坐手扶拖拉机。有时下去做计划生育结扎手术,晚上就睡在简易手术室的手术台上。他在生活上更是简单。经常在半夜会诊抢救完病人后,吃点馒头、稀饭充饥,但他却从无一点怨言。



解除了病痛,无数重危患者经他诊治而起死回生,许多疑难病症经他之手很快得到准确诊断,不少误诊病例经他诊视而及时得到纠正。

他精通日语、英语、俄语,不断总结,撰写了多篇医学论文,翻译了多本医学书籍,与他人合作编写出版了《小儿与老人用药指南》,在当时引起了很大的反响。他从事医学研究,一生实事求是。在做科研、写论文时,要求字字真实,不得抄袭,对论文中的病历和观点严格把关,仔细推敲,不说一句过头话,没把握的就是没把握,拿不准的就是拿不准,一切如实陈述,为年轻医师树立了很好的典范。

廉洁行医 淡泊明志

曹华棣一生宽厚仁爱。他秉承踏实干事、清白做人、廉洁为本的原则,始终保持清正廉洁本色。他时刻把病人的利益放在第一位,为了病

虚怀若谷 甘为人梯

曹华棣在业务上从不保守,始终把培养新人作为事业和生命的延续,将自己工作中积累的经验毫无保留地传授给了一代又一代的年轻医生。他对年轻医生要求非常严格,必须以院为家,随叫随到;每天学习专业知识和外文文献,利用早会时间用英语交流学习心得,并给予点评;查房时涉及病人隐私均用外语交流。在这样的严师教导下,很多学生已成为外科各专业的学科带头人,他对医院外科事业的发展具有不可磨灭的的功绩!

曹华棣的一生是治病救人的一生,是无私奉献的一生。他是医务工作者的典范,是我们学习的楷模。他的精神,他高尚的职业道德,将永远激励着我们为促进医院快速发展而努力奋斗! (作者单位:连云港市第一人民医院)

体会平凡中的伟大

洪慧

我是护士，每天穿梭于病房之间，做一名守护者。所以在每一个上班的早晨，我都会给自己一个微笑，我是天使，我用我的实际行动改变着人们对护理工作的看法，诠释着白衣天使的真正意义，其实护理也是一门艺术，心与心沟通的艺术，我相信付出了就会有回报。

我给大家讲一个真实的故事：22岁女孩丹丹，狼疮性肾病，来的时候病情很重，颜面及四肢肿胀，血肌酐值已达到尿毒症期。她的家庭并不富裕，所以懂事的丹丹哭着跟她爸爸妈妈讲你们别帮我看了，我们回家吧，浪费钱又看不到病，她的爸爸妈妈蹲在床边哭着，我巡视病房看到

这一幕，很是心痛，她的爸爸用一种期盼的眼神看着我，我读懂了那个眼神，让我好好劝劝她的宝贝女儿，我一边摸着丹丹肿胀的双手，一边跟她聊天，我告诉她说，你知道吗，对于父母而言，什么最痛？最痛莫过于自己儿女的痛，我儿子六个月的时候一次高烧39.8度，浑身很烫很烫，平时活蹦乱跳的宝贝哪去了，妈妈地趴在我的怀里，这个时候我真想让我来承担这份痛，哪怕是十倍百倍的痛都行，只要还我健康的儿子让我怎么样都可以，此时我已泪流满面，我告诉丹丹，你父母不能为你承担，如果真的可以，他们也会为你承担十倍乃至百倍的疼痛，也不想你受一丁点



的痛苦,你现在不想活了,你让他们怎么办,我们不能那么自私,父母养育你22年,但就算这样他们也没想让你回报,只是想看着你好好地活着……从此以后丹丹像变了个人一样,开朗、乐观地配合着治疗,一次给丹丹打了第一针没打上,我想放弃,换个护士来给丹丹打针,可是她却说:“姐,没关系,我血管不好,你打吧,我不疼,一点都不疼”,我又一次泪流满面。后来丹丹做了腹膜透析,好转出院了,她很感激我,她说她特别喜欢我,后来再次住院时复查肾功能血肌酐值已接近正常值,医生们也震惊了,奇迹就是这样发生的。

从丹丹来时的愁容满脸,走时的眉开笑意中,我找到了自己的价值,我看到了护士的价值,我们整天做的是一件件小事,但从一件件小事过后,我体会到了平凡中的伟大,选择了这一行,我无怨无悔!

其实每个患者都是弱势群体,在他需要时,我们哪怕是一个善意的眼神,一个微笑,对他们也许就是春天,时常碰到拿着住院证或者化验单不知所措的人,我总

是不等他们询问,而是主动问他们有什么需求,是否需要帮助。即便是没有上班穿着便服,都能正确给予指引,或是耐心地解答他们的问题,我不认为这是多此一举,我们付出的只是自己的一份热情,而收获的是患者对我们的信任。

我认为生活就是一面镜子,你对他笑,他就会对你笑,病人就常对我说,洪护士很温柔,很喜欢笑,我们问什么问题都能给我们解答,从来不嫌烦,大医院护士就是不一样,更高一个层次。听到这,很开心,不是因为她夸我感到开心,而是觉得因为我一个人而看到我们整个医院医务人员的形象,其实我们的患者也是一面镜子,你对他笑,他也会微笑地回报你,这是不用投资的美容方式,却会让我们受益匪浅。

我没有想到作为普通护士,我的一份关爱,一份热情能给患者生的希望与勇气。这一切让我体会到,自己所做的不仅仅是奉献和付出,我的人格同时对病人的关怀、理解中得到提升。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



天使之歌

王娜娜

白衣天使——是你轻盈的脚步，是你明媚的笑影，是你温暖的话语，是你关切的眼瞳，那一袭，飘然的素衣啊，点燃了我洁白的梦。循着你的足迹，接过你的马灯，戴上圣洁的帽，化作爱的精灵。

学着你——像天使的样子啊，去拯救那些苦难的生命。给迷茫以疏导，给无助以关爱，给伤痛以慰藉，给绝望以力量。我坚信爱是神话，折翼的鸟儿，也能重新飞翔！

我赞美你！太阳累了，有月亮接岗；春天累了，有夏，有秋，有冬可以轮岗。护士累了，还是护士。医生一张方，护士四处忙，医院里从来是白衣飘飘，黑夜能看到，节假日亦能看见，云听风的召唤，马不停蹄，停落在哪里，哪里就有甘霖的滋润；护士，听着使命的召唤，不分昼夜，驻留在哪里，哪里就有爱的洋溢。

你，总是蹑手蹑脚地从死神与撒旦面前救走罹遭不幸的人，你离危险最近，亦离崇高与伟大最近，坚定而温暖的目光，赶走黎明前的黑暗，为患者升起不落的太阳；在紧急突发的事故中，在危险重重的天灾中，你用自己的双手为千万家庭的幸福筑起千仞铁墙。

我赞美你！一阵轻盈而急促的脚步，一个清瘦又挺秀的身影，口罩后的双眼，柔和而又坚定，善意而关切，夜深人静的时候，你的身影仍然闪动，默默地关怀，是夹在患者年轮中永久的温馨；面对病危的患者，你递给病人关切的双手，送一片勇敢的执著，留一片芳香的祝福。洁白是你飘逸的裙袂，细心是你温柔的话语，爱心是你轻柔的脚步，健康是你倾泻的爱意，责任是你专注的

眼眸，生命是你永恒的主题。你没有绚丽的色彩，只有一颗纯净的守护生命的天使之心，你没有雍容的外貌，只有一抹永不知疲倦的奔忙之影。你用青春的容颜，送走了无数深邃的黑夜；你用精湛的医学知识，迎来了多少灿烂的黎明。

我赞美你！你的奉献是一丝温情，一丝关爱，一滴汗水，一份真情；用最宝贵的青春，换来的是千家万户的幸福和健康。正是由于你的努力与付出，才会使病人在最痛苦的时候相信人间有挚爱；是你让病人在最绝望的时候，相信人间有真情，是你使病人在人生旅途的狂风暴雨中坚强地站立，在痛苦与绝望的烈焰焚烧中涅槃。你给患者送去的是雨露，滋润的慷慨和春风一样温暖，你是爱的种子的播撒者，春天的缔造者。

你是一片云，白衣素雅，行无所息。你是小溪，清澈明艳，脚步叮咚。你是一支轻舟，不辞飘荡，载人进入安全的港湾。你是一座小桥，清浊两边，渡人走出无边的病疆。你是一件衣裳，轻披在肩，体贴温存。你是一只海燕，大海茫茫，风声阵阵，振翅昂扬，同险恶的环境拼搏。你是一只白鸽，阳光下树林里，衔来绿色的橄榄枝，拂去梦魇与伤痛。你是春天的杨柳，身姿袅娜，意志坚定。你是夏天的晚霞，热情满天，美而不艳。你是秋日的露珠，目光通透，心如水晶，你是冬日的红梅，暗香独秀，默默无闻……

哦！亲爱的护士，我愿以春天里的万千红紫作词，以绿柳中的千里莺啼作曲，让春风唱给天下听。亲爱的护士，这是在春天的时刻，我给你写的歌。（作者单位：连云港市第一人民医院）



赞美护士

李欣

我们赞美护士有着纯洁的心灵，高尚的情操，走近每位患者总带着一份职业性的微笑。不求回报，只求奉献，成了她们心中的骄傲。生物钟的颠倒，繁重的工作连着疲惫的身心，她们想的还是患者的需要。面对渴求健康的眼光，她们惯用鼓励的眼神传递力量，用有力的双手搀扶着患者越过心灵的沼泽地。带给他们摆脱病魔的勇气和生存的希望。用心理学知识，抚慰心灵空寂的患者轻松地进入梦乡，用语言美学知识，为患者提供疾病康复的健康指导。

我们赞美护士有着无私的爱，而对不同性格的患者，她们奉献的是海一样博大的情怀；面对刁难者，纵使自己受天大的委屈，他们对病人讲的也是医德与表率，众人面前一笑而过。有谁知？一个人的时候却在暗洒泪涛中苦苦徘徊，饮下苦酒之后留给自己的是一份体验与悲哀。

我们赞美护士工作平凡而又伟大，琐碎而又不易，艰辛而又劳苦；我们赞美护士能用柔弱

的肩膀挑起一份女儿，妻子，母亲的重担。我们赞美护士如春天的雨露滋润着患者久旱的心田，如夏天的微风吹走燥热的空气带走患者心灵的创痛，如秋夜的月光照亮患者通往健康的心灵彼岸，如冬天的阳光温暖着患者，蒸发他们的忧伤。

我们赞美护士奉献的是一丝温情，一份关爱，一滴汗水，一份真情。正是由于她们的努力与付出，才会使病人在最痛苦的时候，相信人间有挚爱；是她们让病人在最绝望的时候，相信人间有真情；是她们使病人在怒发冲冠时候，相信善良才是人性的根本；是她们使病人在人生旅途的狂风暴雨中坚强地屹立，在痛苦和绝望的烈焰焚烧中涅槃。她们奉献的是最宝贵的青春，换来的是千家万户的幸福和健康。

我们赞美护士是因为南丁格尔精神在她们中间得到发扬光大。

(作者单位：连云港市第一人民医院)



激言博语

中国社会有成千上万个问题，但最核心的问题却是：没有爱。这是我活了四十多年最突出的感觉。你就是把那一万个问题都解决了，没有解决爱的问题，过不了多久，那一万个问题又会重新冒出来。而爱的问题，是法律和制度都无能为力的。
——@北村



爱心与责任同行

倪媛

漫漫人生长河中，每个人都有自己的工作岗位。岗位是一个用理想和汗水浇灌的土地，是一个人热情和青春的坐标。如今我在护士的工作岗位上已默默耕耘了12个春秋，虽然只是众多医务人员中平凡的一位，但我深爱着我的职业。我，用真诚、爱心书写着平凡而又光彩的人生，用自己的行动赢得了病友的信赖。从他们的笑容里，我读懂了奉献的乐趣，在付出劳动的同时奉献爱心，使我体会到人生的价值和内涵。

一直以来，我都认为自己是一个认真负责、勤快又能干的护士，每天的工作我都尽职尽责，每一件事情都尽量做到又快又好。打针技术也还可以，铺床也铺得漂亮，抢救病人我也能够独挡一面。自从去年初，我们病房成为了优质护理服务的第一批试点病房，我对工作有了更深入地理解，我对工作的热情被注入了新的活力。为了全程连续地照顾病人，我们开展了责任制护理，改革了排班模式，简化了护理书写，以“一切以病人为中心”为口号，同事们群策群力、齐心协力为了“三个满意”的目标而奋斗。我们布置了病房环境，使病人感觉更温馨；我们购买了吹风机、剃发

器、洗发水和适合病人使用的润唇膏，使病人更舒适、便利。护患之间涌现出一个个真实感人的故事，感谢信也像雪片样地飞来。随着优质护理服务地全面开展，护理工作进入了新的里程，护患关系也翻开了新的一页。

术后监护病房是科内创建优护工程以来最大的一个亮点，在护理部和护士长的关怀指导下于去年5月底成立，本着为病人提供全程无缝隙的优质护理理念，实行了无陪化管理，至今共接纳近千名危重和大手术后患者，期间我一直担任责任组长，带领6名80后、90后的年轻护士奋战在这一全科工作最重、病情最复杂的第一线。也许有人会说，一个小小的组长难道有这么大的责任？是啊，这一年半的工作，让我深深体会到了要比别人更多出一份责任心、一份细心和一份耐心。因为工作性质的不同，工作时间的8小时内我都在忙于护理，无论从病种、病情或是工作强度、技术难度上都远远高于普通病房，这要求我首先要掌握本专科疾病的各项护理常规，全面了解患者的病情，将扎实的理论应用到对患者的病情观察中，发现问题，及时处理。我有一位上消化

道大出血的患者，入住术后监护病房后生命体征都比较平稳，一天下午，病人突然出现烦躁，我亲切地上前询问她哪里不舒服，病人只说心里难受，以我多年的工作经验，判断患者可能再次出血，当即联系了医生，并备好抢救物品，开放静脉通路，做好急救准备，就在大家都处于临战状态时，病人大口大口的鲜血喷涌而出，保持呼吸道通畅、止血、输血、补液、完善术前准备，我和我的小组成员们有条不紊地进行着各项护理，准确地执行各项医嘱，最终在最短的时间内将病人送进了手术室，为抢救病人的生命打了一场没有硝烟的攻坚战。

无陪，更需要亲人般的关怀，我们在术后监护病房承担了病人全部的基础护理工作，因为大部份病人活动耐力差，从漱一口水、翻一次身、喂一口饭、梳一下头，我们都要亲力亲为，每日的面部清洁、口腔护理、会阴护理、足浴、温水擦浴、协助更衣、按摩肢体，不定期地修剪指甲、剃须、床上洗头、理发等，有时使我累得直不起腰，但在精神上是愉悦的，因为我觉得我所做的这一切，都是值得的。当患者一个个痛苦地来，又一个个健康地走，虽然每天留下的是疲惫，换来的却是我身心的满足，虽然辛苦，但再苦再累也不会改变我服务的志向。作为一名责任护士，我每天都以最美丽的微笑、最亲切的语言、最体贴的护理、最饱满的工作热情来面对我的病人。每天早上7点半我来到病房，首先向我的每一位病人问好，每天下班前，我会再次来到病床旁看看我的病人，问问他们有什么需要，问问他们今天的感觉如何。一句句简单的问候拉近了我与病人之间的距离。一句句真诚的话语，使病人体会到了医患之间的平等和亲切，护患之间也架起了一座座心灵的桥梁。

在术后监护病房，我的另一个重要任务就是在护士长地支持下带好年轻护士，引导她们从基本的病情观察、护理技术和服务态度等方面走向正式、统一的规程。遇有疑难病例，

我会先查阅资料、咨询护士长和医生，然后进行集中学习，做到人人掌握，将这群80、90后的年轻护士打造成一支能快速处理各种危急、疑难病人的优秀团队。术后监护病房工作，我们用实力和爱心得到了医生、病人及家属的信任和好评，提升了护理满意度，也成为了全市各医院观摩、学习的对象。

伤口护理是创建优护活动以来我科推行的又一特色服务，朱守林护士长于2008年取得了国际伤口、造口治疗师资质后，对全科护士进行了伤口专科知识的培训，我也积极加入其中，协助处理临床上一些疑难伤口，并承担了术后监护病房患者的换药工作，节省了医生的时间，满足了病人的实际需求。

有人说，护士是没有翅膀的天使，因为我们用爱心和责任心去抚平病人所受的痛苦。病人的满意就是我们的追求，我会用我的爱心来对待每一位病人，让他们感受到不是亲人却胜似亲人的温暖。让我们一起用心去服务，用爱去服务，把我们的感情融入平凡的工作中，把我们满腔的热情奉献给护理事业，把我们的爱心送到每一位患者的心中。

(作者单位：连云港市第一人民医院)



于江,1989年毕业于徐州第二卫校,中共党员,副主任护师,市一院心内科病区护士长。工作23年来始终恪尽职守,坚持“以病人为中心”的服务理念,在各方面以高标准要求自己,扎实工作,无私奉献,赢得了领导、同事和广大病人的一致赞誉,先后多次获院“优秀护士”、“一麟杯”夏季百日优质服务先进个人等荣誉称号。

2011年8月,于江被院护理部推荐参加全省护理骨干试讲活动,她主讲的《17+7排班法与护士绩效考核》引发了在场评委的热烈讨论。被省卫生厅推荐参加由卫生部组织的“全国首批护士长赴港培训班”,并于2011年9月赴香港东区那打素医院进行了为期10天的培训学习,同时,受邀在全省“第十期三级医院护士长培训班”就“病区优质护理服务”的相关内容进行授课。



嵇俊红,女,护师,1982年出生,2002年入党,灌南县新区人民医院急诊科护士长。多次参加省市护理学术活动以及急诊急救护理理论与技能提高班培训,在国家级核心期刊公开发表论文数篇。曾获市优秀护士、市优质护理服务“先进个人”、县“十佳青年医务工作者”、县优秀护士等称号。

急诊科是一个特殊的科室,每天接触的都是危、急、重病人,自上任以来,她从细枝末节处加强管理,并且以身作则,加班加点,任劳任怨,急诊科护理工作不断得以规范化。自去年1月份以来,她带领全科人员成功抢救了危急病人1200余例,无一例应急差错,得到患者一致好评。她所在的科室也被评为县级“青年文明号”、院“先进班组”。

连云港市第一人民医院 “三大工程”助推志愿服务工作深入开展

连云港市第一人民医院始终坚持“患者至上”的服务理念,以创先争优、“三好一满意”、创建优质医院为契机,大力实施“三大工程”,深入开展志愿服务工作,努力为港城人民提供优质、便捷、舒心的医疗卫生服务,进一步提升了医院的服务质量和品牌效应。

一、志愿爱心工程

在共建社区成立党员志愿者服务基地,以“学一麟”青年志愿者服务队及党员志愿者服务队为基础,各党、团支部结合自身岗位特点,分别组建了杏林康复志愿小组、博士志愿者服务团、急救蓝丝带志愿小组、糖尿病宣教志愿小组等六支志愿者队伍,通过多种形式、结合“学雷锋日”、“国际志愿者日”、“哮喘日”、“爱眼日”等重大节日、纪念日,组织志愿者深入学校、农村、社区、幼儿园、社会福利院等处开展“急救知识进校园”、“急救知识进社区”、送医送药送温暖、文明交通劝导、关爱留守儿童、空巢老人、糖尿病知识宣教、红十字博爱周、“为群众办实事,为党旗添光彩”、无偿献血等志愿服务活动 80 余次,得到了《新华日报》、《连云港日报》、《医院报》等媒体的深度报道。同时,全院在职员工、离退休人员、学生、社会爱心人士等各层次人员积极参与“我奉献,我快乐——志愿服务在一院”活动,在门、急诊,病区为广大患者提供导医、导诊、维持秩序、为病人取药、健康教育、一般生活护理、沟通交流、心理疏导等志愿者服务活动,促进了和谐医患关系的构建,提升了医院的社会美誉度,在省卫生厅三级医院复核评价与评审中,该院志愿服务工作得到了专家的表扬。

二、志愿者储备工程

市一院积极开展志愿者招募活动,先后与淮海工学院、所在社区等签订了志愿服务协议,从在职职工、离退休职工、医学院校及淮海工学院学生、社会爱心人士到青年文明号成员、党团员、后备干部等多个层次进行志愿者招募,推行志愿者注册登

记,组织志愿者培训班,对志愿者进行分层、系统培训,志愿者队伍不断壮大。目前,该院共有注册志愿者 1000 余人。

三、志愿活力工程

市一院党政领导高度重视志愿服务工作,将志愿服务工作作为深入开展创先争优、“三好一满意”、青年文明号创建等活动的有效载体和重要抓手,成立了由党委书记、院长任组长的志愿服务工作领导小组,完善相应的组织机构,定期召开领导小组工作会议、党支部书记、团支部书记及青年文明号号长等多层次会议,统一志愿者旗帜、服装和标识,建立志愿服务工时登记制度,制定了《连云港市第一人民医院“志愿服务在一院”服务队管理办法》、《连云港市第一人民医院“志愿服务在一院”服务队“星级”制晋升办法》、《连云港市第一人民医院优秀志愿者评选标准》,并将参加志愿服务的情况纳入医务人员医德医风考核、医师定期考核、党员百分考核、党建工作考核、后备干部考核、中层干部考核、青年文明号考核等系列考核体系,作为优秀共产党员、优秀护士、十佳青年等系列评先评优的重要依据,逐步完善培训、激励等相关机制,加大对志愿服务工作先进典型的宣传力度,为推进志愿服务工作、确保取得实效奠定了坚实基础。

(转自第 22 期江苏省“三好一满意”活动简报)





践行雷锋精神 争当代先锋

——市一院学雷锋志愿者在行动

胡蓉

3月5日,是雷锋同志逝世50周年,毛泽东同志“向雷锋同志学习”题词49周年的纪念日,我院广大团员青年以“学习雷锋好榜样,立足岗位做先锋,志愿服务促和谐”为主题,掀起了学雷锋热潮,在为民服务、志愿服务的实践中深刻诠释了雷锋精神的时代内涵,奏响了属于他们的青春主旋律。

学习雷锋好榜样 志愿义诊献爱心

3月3日下午,得知灌云县一患者高位截瘫长期卧床急需康复指导的消息后,我院派出由康复科主任苏清伦带领的专业小组赴患者家中进行义诊,指导患者及其家属如何进行康复治疗,并赠送了价值300元的常用药。

3月5日下午,检验支部、机关支部、内科支部的党团员们则走进孤儿院,带去了精心准备的衣物、玩具及食品等,和孩子们做游戏,为孩子们送去了温暖和希望,陪他们度过了一个快乐的下午,使孤儿院的孩子们感受到了来自社会的关爱。

学习雷锋好榜样 志愿服务在一院

3月5日,医院的门急诊大厅、病房到处可见穿着红马甲的青年志愿者,看见有在门口徘徊的老人,他们主动上前询问;看见有步履蹒跚的老人走进门,他们热情陪同看病;看见“怒气冲冲”的病人,他们认真倾听、耐心解释……他们微笑着为门急诊、住院患者提供导医导诊、咨询、解释、护送、取药、一般生活护理、沟通交流、预约诊疗、电话随访等服务,赢得了患者及家属一

致好评,病人的一句发自内心的“谢谢”,使他们更加意识到了自己的责任和使命,医患之间更加和谐。

学习雷锋好榜样 立足岗位做先锋

“学雷锋就要立足岗位创先争优,在为病人服务中、在促进医院发展中、在向身边的‘活雷锋’学习过程中将雷锋精神融入到医院文化中去”——纪念日前夕,院团委向全院团员青年发出了“向雷锋学习 做时代先锋”的倡议,并下发了《关于开展学雷锋活动的通知》。各团支部按照党建带团建要求,在党支部指导下,开展了雷锋精神学习讨论活动,围绕医务工作者如何传承和弘扬雷锋精神进行研讨,引导全院团员青年深刻理解雷锋精神的时代内涵,爱岗

敬业,开拓创新,立足岗位创先争优,不断提升医疗服务质量和水平,更好地为促进人民群众身体健康作贡献。同时,全院广大医务工作者结合为民服务创先争优、“三好一满意”和创建省级优质医院等活动,围绕一切以病人为中心,想病人所想,急病人所急,立足本职岗位,开展了“为病人做一件好事、做一件实事”的活动,为病人剪指甲、对病人进行心理疏导、帮病人买饭……在传承、弘扬雷锋精神中率先垂范、带头践行,推动了“学雷锋”的常态化、机制化,架设了医患之间沟通的桥梁,有力促进了和谐医患关系的构建、职业道德建设和社会主义精神文明建设。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



弘扬“海马”精神 繁荣港城文化

杨收平

作为在临床一线工作了15年的医生,我对人民群众的疾苦感同身受,由于多数百姓医学科普知识贫乏,加上封建迷信思想作祟,病急乱投医的现象屡见不鲜。

一些非法组织,借保健之名大肆牟利,传播错误养生观念。比如吃绿豆、大蒜治百病,吃生泥鳅可以治疗恶性肿瘤等等,各种歪理邪说,大行其道。一些人生了病不吃药,导致病情加重。

2011年3月份,一伙骗子打着“国际爱心联盟助老协会”幌子,到港城行骗,以现金大返利诱惑老人购买一种叫Q10的保健品,

不到两个月,骗子骗取了52名老人的20多万元后逃之夭夭,此事一经《苍梧晚报》披露,一片哗然。

利用老年人多有慢性病的事实,骗子们招摇撞骗,屡屡得手,善良的百姓真假难辨。

作为一名医生,看到这种现象非常揪心。我想,骗子们之所以能得手,除了老百姓科普知识贫乏外,近年来医药费用持续上涨,老百姓生了病,不愿意到大医院来,客观上给了骗子可趁之机。

2011年4月,我到东磊村做调查,和几位老人聊天,他们说,自己年龄大了,腿脚不

灵便,上大医院很不方便。又叹息说,大医院收费高,除非万不得已,一般不想给子女们添麻烦。

我是农村里长大的,深感农村医疗卫生条件的简陋。现在大医院软硬件更新很快,可乡村医疗条件还没有得到彻底改善。除了设备短缺,主要面临人才匮乏的窘况。医学院毕业生,都想进大医院深造,不愿意扎根小门诊。尽管市级医院有下乡规定,且和职称晋升挂钩,但多数流于形式,并没有落到实处。

经过反复思考,我认为提高百姓健康水平,只有一条路——那就是健康科普、健康教育,将正确的健康理念传递给百姓,防患未然,各级卫生组织要重视疾病预防工作,从而降低疾病的发病率,“预防为主,防治并举”一直是我国卫生事业的根本策略。

用什么方法推广健康知识呢?我想到走基层义诊,逐步推进健康科普这种方式。

2011年4月7日——世界卫生日,我自费印刷了一些健康知识宣传单。联合几个年轻同事,去东磊健康科普,得到老百姓的热烈欢迎。

这次义诊后,我决心发起“平安钟声健康行”活动,带动更多的青年医生走医疗志愿者道路,尽管这之前数年,我都业余坚持给一些百姓无偿看病,但毕竟缺少系统计划和组织。敲响平安钟声后,义诊巡回活动得到社会各界人士的大力支持。

“平安钟声”送医下乡活动,每个月都坚持一次,先后去过金苏村、柳河村、东海县平明镇安营村等,产生了一定的社会影响,逐渐引起各方重视!

2011年8月,在医患关系紧张的大环境下,连云港市东方医院党委审时度势,成立海

马健康志愿者服务队。在王波队长和相关领导的关心下,我被调到新的工作岗位,全职从事医疗志愿工作。

海马健康志愿者服务队以东方医院技术为依托,为百姓健康谋福祉,将爱洒向人间,将温暖送进千家万户,健康志愿者利用休息时间,无偿到农村、社区献爱心。倡导“预防为主,身心健康”的健康理念,普及丰富多彩的健康知识,推广动静适宜、饮食均衡的健康生活方式。并上门探望孤残家庭、弱势群体,扶危济困,弘扬传统美德。

“海马”服务的模式是主动巡回,深入基层,贴近百姓。充分发扬朝气蓬勃的“龙马精神”,树正气,干实事。进工地、下渔村、入港口、上山村,入盐场,在短短半年时间,开展爱心活动30次,几乎深入连云区所有社区和农村,服务上万人,发放健康宣传单几万份。为创建国家卫生城市、文明城市做出了不懈努力!

志愿者服务队和社区、农村党组织携手,探索出一种独具特色的健康服务模式,逐渐成长为港城科普健康领域内的一支生力军,赢得群众赞誉。

海马健康志愿者走基层,意义十分重大,概括起来有以下几点:



在扬帆幼儿园为小朋友检查视力



参加连云区志愿者服务月启动仪式

一、服务模式的改变

随着我国老龄化社会的到来,医疗保障任务越来越重。转变医院的医疗服务模式,势在必行。

海马健康志愿者服务队,服务方式从“坐堂应诊”到“走村串户”,主动给百姓送健康送温暖,进行健康教育,和社区、乡村干部,大学生村官互动,充分发挥群众的力量,从源头抓起,达到疾病防控标本兼治目的。

面对我国地域广阔、地区卫生发展不均衡、技术设备集中在大城市大医院、医疗资源配置不均匀的现实,建立具有地域特色的巡回医疗机制,主动为老百姓送医送药,主动走基层,反复走基层,就地解决百姓的常见病,同步启动全民健康科普,提高百姓健康知识水平。这种模式在老年人集中的城市社区和城郊农村,亟需大力推广。

二、工作作风的转变

海马志愿者围着百姓转,为将“一切以病人为中心”的服务理念落实到行动中,发扬“不唯上,不唯洋,只唯实”的工作作风。充分把握医学人文特点,探索适合地方风俗习惯、风土人情的看病机制。比如,卫生部曾发布了41页厚的老人跌倒救护指南,这些规范对医疗操作

有非常重要的保障作用。但我们服务的对象是有感情有思想的人。因为扶起跌倒在马路上的老人,并不是单纯技术上的事情,还有道德层面上的问题。一个老人跌倒在大街上,是不是一定得等着有急救资质的人员前来施救,其他人都袖手旁观?我们的医生到基层和人民群众亲密接触,和百姓增进感情。掌握一定的自救互救知识,只要人人都参与健康事业,就会形成扶危济困的良好风尚。

三、医患关系的改善

认识当前社会转型时期、国际金融震荡的大环境,正确面对百姓情绪焦虑的现实,努力消除医疗行业的腐败。当然,任何一种医疗模式都非尽善尽美。医患关系紧张的原因是多方面的。在新世纪,找寻一种适合中国国情的医疗模式至关重要。我认为,为切实减轻百姓看病负担,一定要打破只有在医院里才能给病人看病的单一模式,大医院医生要放下架子,敢于吃苦,和社区医生一道走进寻常百姓家,进行健康宣教,逐步改变百姓“只有进大医院才能治好病”的传统思想,将一些慢性病防治放到社区、家庭里,降低危重病发病率,节约医疗资源,降低看病成本,化解看病难住院难危机。

四、医疗公益性的彰显

改善民生,消除贫富差距,最终实现共同富裕,这是我党的光荣使命。公立医院要充分彰显社会公益性。要切实担负起应对突发事件,救助弱势群体,保障人民生命权的重担。我国医疗改革经验证明,医疗完全市场化会给国家和社会带来不稳定因素。在医疗这个特殊行业,不能追求利润最大化,要让利于民,让市场化运营手段和公益性回馈社会并行不悖。坚持不懈开展健康公益活动,打压医疗保健行业的歪风邪气,让张悟本之类的伪“大师”无立足之地,努力还老百姓一片纯净的天空。

东方医院建立海马志愿者服务队是院党委审时度势的结果,是顺民意、快人心的好事。依托医院技术,向百姓送温暖送健康。是改善医患关系,促进地方精神文明建设的睿智之举。

最近数年,一些地方出现见死不救,见老不扶等拷问中华民族道德情操的事件,经过网络媒体传播,给人们内心造成巨大冲击。培育文化自信,势在必行。

党的十八届六中全会指出:“发展面向现

代化、面向世界、面向未来的,民族的科学的大众的社会主义文化,培养高度的文化自觉和文化自信,提高全民族文明素质,增强国家文化软实力,弘扬中华文化,努力建设社会主义文化强国。”

一个国富民强的国家一定是文化大国、文化强国!大到国家,小到城市,莫不如此。

连云港积淀了厚重的海洋文化,也是对外交流的窗口城市,孙中山的东方大港梦,不到一百年就实现了,在 21 世纪,如何将连云港塑造成文化强市,文明强市,需要群策群力。

七十多年前,鲁迅先生在《中国人失掉自信力了吗》里写道“我们从古以来,就有埋头苦干的人,有拼命硬干的人,有为民请命的人,有舍身求法的人……他们构成中华民族脊梁。”

要建设文化强市、文明强市,就需要干部树雄心立壮志,为民请命,为民请缨,言必行,行必果;就需要广大群众积极响应,埋头苦干,万涓细流,终成大海!

(作者单位:连云港市东方医院)



在海棠社区义诊

医务人员仪容礼仪规范

随着医疗条件的不断改善,患者对健康保健需求和对医疗的满意度要求越来越高。为了进一步提升医院的优质服务品牌,使广大员工能够更加主动地迎合人民群众的就医感受和适应医院跨越发展的要求,本刊编辑特整理《医务人员仪容礼仪规范》一文,以飨读者。

一、仪容仪表

基本要求是美观、整洁、大方、得体。

1.头发:勤洗、勤理,干净整洁无异味,需要戴帽的职工,梳理整齐不蓬乱。

2.眼部:及时清除眼睛的分泌物,戴眼镜的职工应随时对眼镜进行揩拭和清洗,保持眼部清洁。

3.耳部:经常清洗,注意清除耳垢,避免当众掏耳。可佩戴耳钉,但不可戴耳环。

4.鼻部:注重保持鼻腔清洁,不要在公众场合擤鼻涕、挖鼻孔。

5.口腔:保持牙齿洁白,口腔无味。上班之前忌食气味刺鼻的东西,如烟、酒、葱、蒜、韭菜、腐乳等。

6.手臂:勤洗手,保持手的清洁卫生,不涂指甲油。肩部不应暴露在衣服之外,不得穿吊带裙。

7.腿部:不将腿部直接暴露,应配肉色或浅色的长裤袜;着裙装时,裙子切忌露于工作服之外,着长裤时,要穿着工作裤。

8.脚部:保持脚部的卫生,鞋袜要勤洗勤换,不要当众脱鞋;上班时不能光着脚穿鞋子,护士上班时应穿规定的工作鞋,医生不能穿带钉皮鞋或超过4公分的高跟鞋,穿拖鞋、响底

鞋上岗。

9.化妆:美观、自然、得体、协调。勿当众化妆、勿在异性或患者面前化妆、勿化浓妆、勿使妆面出现残缺、勿借用他人化妆品、勿评论他人的化妆。

10.手姿:站立时双手垂放;持物时不应翘起无名指与小指;手指方向时,食指、中指、无名指、小指四指并拢,手心向上。

二、站坐走的姿势

“站有站相、坐有坐相”,站、坐、走的姿势皆有一定规矩。一位哲学家说过:“相貌的美高于光泽的美,而秀雅合适的微笑,又高于相貌的美,这是美的精华。”只要注意培养、锻炼,那么优雅的仪态将属于你。

(一)站姿挺拔

要求“站如松”意思就要像松树一样挺拔,还要注意优美和典雅。标准的站姿要求上半身挺胸收腹、腰直、双肩平齐、舒展、精神饱满、双臂自然下垂、两眼平视,嘴微闭、面容带笑;下半身双脚应靠拢、两腿关节与髋关节展直、身体重心落于两脚中间,标准站姿是双脚成“V”字型,膝和脚跟应尽量靠紧;女子的优美站姿是双脚成“丁”字型,一脚在前方,一脚在后斜方,膝盖靠拢,两腿靠紧直立,肌肉略有收缩感,优美的站姿看上去有点像字母“T”,给人以亭亭玉立的印象。男子站立双脚可稍稍分开,但最多与肩同宽。

注意问题:

1.站着与患者谈话时要面对患者,保持一定距离(约60cm)。

2.姿势要端正,可以稍稍弯腰,不能身斜体歪。

3.不要下意识做小动作,如摆弄衣服,咬手指,玩打火机等,有失庄重。

4.站时不要抱肘,不能插在腰间、衣袋中,不正确的站姿常常影响人与人之间的正常交流,同时也暴露个人修养的欠缺。

(二)坐姿文雅

要求“坐如钟”意思是像钟那样端正。

上身自然垂直,两腿自然弯曲,双脚平落地上,双膝应并拢。男士可稍稍分开,但女士的双膝、脚跟必须靠紧,两手半握拳放在膝上或小臂放在坐椅两侧扶手上,腰要直、目平视、嘴微闭、面带微笑、大方自然。

女子入坐时要用手将裙子前拉一下,然后整理一下,两膝不能分开,双脚要并拢;男子如有需要可交叠双腿,但一般是右腿架在左腿上。

入坐轻盈、和缓、从容自如;落座后保持上身正直,头平稳,不东摇西晃;两臂弯曲放于桌上;两腿微曲并拢,两脚两膝并起或稍前后分开,或双手搁在双膝上,两腿向左或向右摆放;注意顺序:优先尊长,平辈与同事之间可以同时就坐;讲究方位:不论什么情况下,都要从左侧一方走向自己的座位,从左侧方离开自己的座位,即“左进左出”;落坐无声:挪动椅子要轻拿轻放,人坐后不得拖动椅子。

(三)走姿稳重

要求“走如风”意思像风一样轻盈、稳健。起步时,上身略向前倾,身体重心放在前脚掌上,行走时应目视前方、上体正直、挺胸收腹立腰,重心稍向前倾,双肩平稳,双臂以肩关节为轴,前后自然摆动,不晃肩膀。步履轻捷,弹足有力,柔步无声。女子要行如风,两脚行走线迹应是正对前方成直线,而不是两条平行线(一字步);男子两脚跟交替前进在一条线上(二条直线)两脚尖稍外展。

注意问题:

1.行走在走廊、通道、楼梯时应靠右行走,见到患者要微笑。

2.两人行走不要拉手搭肩,多人不要列横

排,与患者同行要礼让患者。

3.通道比较窄,有患者过来应主动停下工作,侧身站立,用手示意患者通过。

4.遇到十分紧迫的事,可加快步伐,但不可慌张奔跑。

5.行走时不得吸烟,吃东西,吹口哨,整理衣服等。

(四)彬彬有礼

1.招呼:见到患者主动打招呼,应看着对方的脸,露出笑容,点头致意为15度,这样才令人感到愉快。

2.行礼:双目应注视受礼者、微笑,上身向前倾30度,头自然下垂,女性双手轻搭在前方,自然柔和;男性双手要放在裤线的稍立脚点处,五指并拢,切忌边走边行礼,这是十分不雅观的。

3.医生接待病人礼貌:当患者进入诊室时,主动打招呼问好、让座,病人落座后先寒暄,找一些轻松话题,再切入正题,循序渐进,掌握病人的心理和要求,给予信任和鼓励。

4.微笑服务:微笑它同眼神一样是无声的语言,是在与患者交流中的“润滑剂”一种有分寸的微笑,再配上优雅的举止,往往比有声语言更有魅力,可收到此时无声胜有声的效果。

(五)手势规范

1.引患者或指示方向,在为患者引路及指示方向时,应注意手指自然并拢,掌心向上,以肘关节为支点,前臂自然伸直指示方向,并兼顾患者是否意会到目标,这种手势有诚恳、恭敬之意。引病人时,应走在患者的侧前方,相距二、三步,并且配合患者步调,遇到转弯或台阶、门口处要回头向患者用手势示意。

2.介绍:介绍门诊或医生时,手指自然并拢,掌心向上,指示目标,切忌用手指指。

3.“请”的体态语言,在门诊中经常对患者表示“请”的意思,可用手势去表达,手指自然并拢,掌心向上,优雅得体。

4.表示再见:与患者再见时应用右手,手指自然并拢,掌心面对患者,手指与耳部平齐,左右摆动,这种手势多用于导诊及门卫。

5.行姿:收腹挺胸、全身伸直,两眼平视,直线前进,不左右摇摆;两臂自然摆动,不晃肩膀;姿态自然,全身协调。两臂自然摆动或手持物在胸前,步履轻捷,弹足有力,柔步无声。

6.饰物:可戴耳钉和项链,项链不露出工作服之外,其他饰物上班时不予佩戴,如手镯、戒指、胸链、耳环、脚链等,更不能戴夸张性饰物。

7.忌姿:与人交谈,两手叉腰或将双臂交叉在胸前;坐下时,歪斜肩膀,含脚驼背,半躺半坐,两腿伸得老远或把腿曲起藏在座位下或跷二郎腿,双腿不停抖动。

三、医务人员着装礼仪规范

(一)护士着装要求

护士的着装要整齐得体,端庄大方,给人以信任感、安全感。

1.护士帽的戴法:燕帽是护士在工作中的重要着装点。要求头发要整洁,长发要盘起或戴网罩,不能任发披肩,头发后不过领,前不过眉。

燕帽:要戴正戴稳,距发际4—5公分,发卡固定于帽后,发卡不得显露于帽的正面,最好用白色发卡。

圆帽:一般无菌操作、保护隔离时用。头发要全部遮在帽子里面,不露发际,前不遮眉,后不外露,不戴头饰,缝封要放在后面,边缘要平整。

2.护士服的穿着要求:服装清洁、平整、衣扣要扣齐(不可粘胶布、别大头针),衣领、腰带、袖口、衣边要平伏整齐。穿着适体,无油渍、尘污。原则上内衣不外露,袜子颜色协调。

3.护士鞋子的选择:护士鞋不管其新旧,保持鞋面的清洁是第一位的,注意不要让过长的裤管给自己当鞋擦。(一般而言裤臂太长太短都不好,站立起来,裤脚面能碰到鞋面,后面能垂直遮住1厘米鞋跟就行了。)

4.护士表的佩带:护士表最好佩带在左

胸前,表上要有短链,用胸针别好,或用胸卡别好,由于护士表盘是倒置的,低头或用手托起表体即可察看、计时。

5.护士袜的选择:护士的袜子最好大小相宜,不要走不了几步就往下掉,或者一高一低。即使是这样也不要当众整理自己的袜子。不论腿部多么动人,都不要穿着挑丝、有洞或用线自己补过的袜子,穿袜子时,袜口不能露在裙摆或裤脚外边。

(二)医技人员着装规范

医技人员的着装要求整洁、文雅、得体,让人觉得庄重。

1.头发:让人感觉整洁清爽,不油腻。女士不披发,超过肩膀的长发工作时应盘发或束在脑后,头发颜色不宜过于鲜亮;男士不染彩色头发,不蓄长发。

2.服装清洁、平整、衣扣要扣齐(不可粘胶布、别大头针),衣领、腰带、袖口、衣边平伏整齐。穿着适体,无油渍、尘污。原则上内衣不外露,裤脚低于鞋跟(以不拖地为宜),裙子长度不超过工作服下摆5公分。男士夏天工作服内必须有衬衫或背心,上装不能只穿工作服,下装不能穿运动短裤。

3.工作时间必须佩戴带秒针的手表,不佩戴手镯、戒指、手链等饰品。不涂鲜亮的指甲油,常剪指甲,保持手和指甲的清洁。

4.保持鞋面的清洁,进入病区必须更换软底鞋。

5.出席重要活动或学术会议,要求着正装,男士以西装打领带为宜。

(三)行政、后勤人员着装规范

1.服饰打扮要朴素、整洁大方、得体,不得穿背心、短裤、拖鞋、超短裙。

2.男士发不压耳,不留胡须,女士不浓妆艳抹,不涂指甲油,不带过于夸张的饰物。

3.要挂牌上岗,以接受群众的监督。

(摘自中国礼仪网)



职场礼仪：手机与电脑

一、手机礼仪——越来越受到关注

无论是在社交场所还是工作场合放肆地使用手机，已经成为礼仪的最大威胁之一，手机礼仪越来越受到关注。在国外，如澳大利亚电讯的各营业厅就采取了向顾客提供“手机礼节”宣传册的方式，宣传手机礼仪。

那么在使用手机的时候应该注意些什么？

1.在一切公共场合，手机在没有使用时，都要放在合乎礼仪的常规位置。不要在并没使用的时候放在手里或是挂在上衣口袋外。放手机的常规位置有：一是随身携带的公文包里，这种位置最正规；二是上衣的内袋里；有时候，可以将手机暂放腰带上，也可以放在不起眼的地方，如手边、背后、手袋里，但不要放在桌子上，特别是不要对着对面正在聊天的客户。

2.在会议中、和别人洽谈的时候，最好的方式还是把手机关掉，起码也要调到震动状态。这样既显示出对别人的尊重，又不会打断发话者的思路。而那种在会场上铃声不断，像是业务很忙，使大家的目光都转向你，则显示出你缺少修养。

3.注意手机使用礼仪的人，不会在公共场合或座机电话接听中、开车中、飞机上、剧场里、图书馆和医院里接打手机，就是在公交车上大声地接打电话也是有失礼仪的。

4.给对方打手机时，尤其当知道对方是身居要职的忙人时，首先想到的是，这个时间他（她）方便接听吗？并且要有对方不方便接听的准备。在给对方打手机时，注意从听筒里听到的回音来鉴别对方所处的环境。如果很静，应想到对方在会议上，有时大的会场能感到一种空阔的回声，当听到噪音时对方就很可能在室外，开车时的隆隆声也是可以听出来的。有了初步的鉴别，对能否顺利通话就有了准备。但不论在什么情况下，是否通话还是由对方来定为好，所以“现在通话方便吗？”通常是拨打手机的第一句问话。其实，在没有事先约定和不熟悉对方的前提下，我们很难知道对方什么时候方便接听电话。所以，在有其他联络方式时，还是尽量不打对方手机好些。

5.公共场合特别是楼梯、电梯、路口、人行道等地方，不可以旁若无人地使用手机，应该把自己的声音尽可能地压低一下，而绝不能大声说话。

6.在一些场合，比如在看电影时或在剧院打手机是极其不合适的，如果非得回话，或许采用静音的方式发送手机短信是比较适合的。

7.在餐桌上，关掉手机或是把手机调到震动状态还是必要的。避免正吃到兴头上的时候，被一阵烦人的铃声打断。



8.不要在别人能注视到你的时候查看短信。一边和别人说话,一边查看手机短信,是对别人不尊重。

9.在短信的内容选择和编辑上,应该和通话文明一样重视。因为通过你发的短信,意味着你赞同至少不否认短信的内容,也同时反映了你的品味和水准。所以不要编辑或转发不健康的短信,特别是一些带有讽刺伟人、名人甚至是革命烈士的短信,更不应该转发。

10.当与朋友面对面聊天时,不要正对着朋友播打手机,避免发射时高频大电流对他产生辐射,让对方心中不愉快。

二、电脑礼仪——别损伤你的办公形象

电脑的日益普及,给我们的工作带来了很方便,但是也带来了职场礼仪方面的新问题。使用电脑的人多为受过教育,属于有一定层次和档次的人,如果不懂使用礼仪,会让人反感和讨厌,使自己的形象受到损害,层次下降。

1.虽然是公司的电脑,但也要倍加爱护,平时要擦拭干干净净,不要把白色电脑用成黑色了还没擦过;擦拭显示屏时,注意不要为了干净,用湿抹布一擦了之,损害屏幕;不用时正常关机,不要丢下就走;外接插件时,要正常退出,避免导致数据丢失、电脑崩溃等故障。

2.有的人公私不分,拿着公司的U盘,一



初中谈对象,爸妈各种无懈可击。高中谈对象,爸妈各种过河拆桥。大学发现谈不成对象了,爸妈开始各种无中生有了……现在,为了达到万箭齐发的效果,他们不断铁锁连环安排相亲,见面才知道介绍人嘴里让人乐不思蜀的妹子长得各种南蛮入侵……好不容易相中一个不错的,最后被人顺手牵羊了。

——@新浪数码

激言博語



会儿将个人电脑资料 Copy 到公司电脑上,一会儿又将公司电脑资料 Copy 到个人电脑上,这种现象被公司发现,肯定坚决制止。

3.在公司里上网,要查找与工作相关的内容和资料,而不是自己凭兴趣查看自己的东西。在工作期间,查找与工作无关的资料,不但违反公司章程,慢慢的还会导致业务落后。

4.很多公司不允许员工在公司电脑上打游戏、网上聊天,但仍有人利用领导不在时私自偷玩,或用公司的内部网络“笑傲江湖”,从网站上下载图片,这些都是违反劳动纪律的。

5.电子邮件在给人们带来方便的同时,也带来了职场礼仪方面的新问题。我们都应当讲究有关电子邮件的礼节,别让电子邮件出笑话。电子邮件是职业信件的一种,而职业信件中是没有不严肃的内容的。但我们常忽视了有关电子邮件的礼节。

(1) 电子邮件应当认真撰写

向他人发送电子邮件,一定要精心构思,

认真撰写。在撰写电子邮件时,下列三点必须注意:

① 主题要明确

一个电子邮件,大都只有一个主题,并且往往需要在前面注明。这样,收件人见到它便对整个电子邮件一目了然了。

② 语言要流畅

电子邮件要便于阅读,语言就必须流畅。尽量别写生僻字、异体字。引用数据、资料时,则最好标明出处,以便收件人核对。

③ 内容要简洁

网上的时间极为宝贵,所以电子邮件的内容应当简明扼要,越短越好。

(2) 电子邮件应当避免滥用

在信息社会中,任何人的时间都是珍贵的。如果没有必要,轻易不要向他人乱发电子邮件。一般而言,收到他人的重要电子邮件后,即刻回复对方,往往还是必不可少的。

(摘自中国礼仪网)

佛塔上的老鼠



一只四处漂泊的老鼠在佛塔顶上安了家。

佛塔里的生活实在是幸福极了，它既可以在各层之间随意穿越，又可以享受到丰富的供品。它甚至还享有别人所无法想象的特权，那些不为人知的秘笈，它可以随意咀嚼；人们不敢正视的佛像，它可以自由休闲，兴起之时，甚至还可以在佛像头上留些排泄物。

每当善男信女们烧香叩头的时候，这只老鼠总是看着那令人陶醉的烟气，慢慢升起，它猛抽着鼻子，心中暗笑：“可笑的人类，膝盖竟然这样柔软，说跪就跪下了！”

有一天，一只饿极了的野猫闯了进来，它一把将老鼠抓住。

“你不能吃我！你应该向我跪拜！我代表着佛！”这位高贵的俘虏抗议道。

“人们向你跪拜，只是因为你所占的位置，不是因为你！”野猫讥讽道，然后，它像掰开一个汉堡包那样把老鼠掰成了两半。 

给予

有个老木匠准备退休，他告诉老板，说要离开建筑行业，回家与妻子儿女享受天伦之乐。

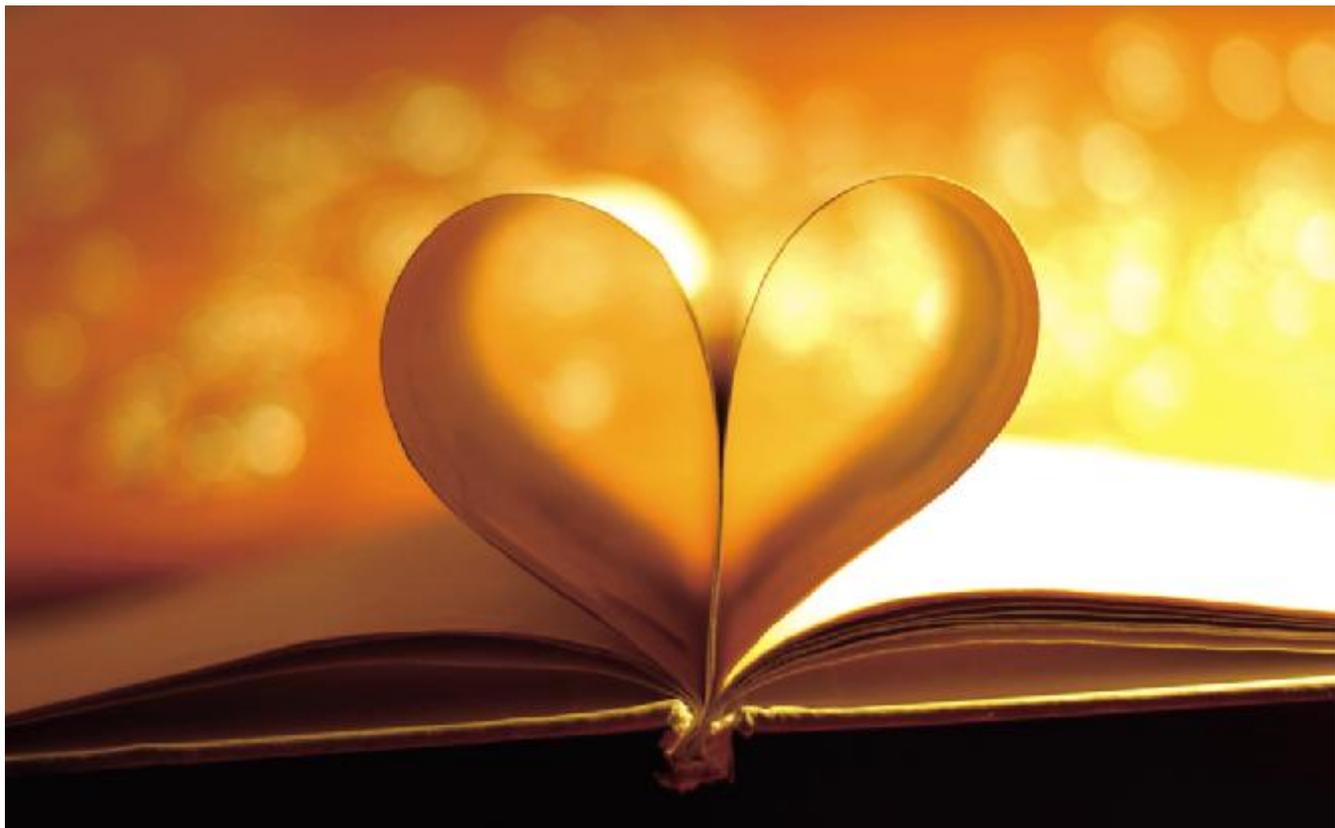
老板舍不得他的好工人走，问他是否能帮忙再建一座房子，老木匠说可以。但是大家都看得出来，他的心已不在工作上，他用的是软料，出的是粗活。房子建好的时候，老板把大门的钥匙递给他。

“这是你的房子，”他说，“我送给你的礼物。”

他震惊得目瞪口呆，羞愧得无地自容。如果他早知道是在给自己建房子，他怎么会这样

呢？现在他得住在一幢粗制滥造的日子里！

我们又何尝不是这样。我们漫不经心地“建造”自己的生活，不是积极行动，而是消极应付，凡事不肯精益求精，在关键时刻不能尽最大努力。等我们惊觉自己的处境，早已深困在自己建造的“房子”里了。把你当成那个木匠吧，想想你的房子，每天你敲进去一颗钉，加上去一块板，或者竖起一面墙，用你的智慧好好建造吧！你的生活是你一生唯一的创造，不能抹平重建，即使只有一天可活，那一天也要活得优美、高贵，墙上的铭牌上写着：“生活是自己创造的。” 



无言之美

张揆辅

一次在朋友家做客,吃过饭天已大黑。快10点了,我们仍然聊兴很高。忽然朋友拨了一串号码,等了一会儿,传来电话接通的声音。只是接通之后却不见她说话,电话那一端也是静悄悄的。

朋友的眼睛微微闭着,一副悠然神往的表情。过了五六分钟,她把电话放下了,回头对我一笑,说:“很奇怪吧?”

我点头。

她说:“我在给我的母亲打电话。”

我问:“那你们怎么都不说话?”

她说:“我母亲是个聋哑人。”

我奇怪地问:“那她怎么能听见电话铃响呢?”

她说:“我母亲的电话就放在床头柜上,她每晚都侧着睡,就是为了能看见来电话时话机上的

来电显示。其实那个电话就是我和弟弟打,因为母亲什么也听不见,看见话机上的来电显示就会知道是我或者弟弟。母亲接起电话的时候,虽然不说什么,可那一刻我知道我们和母亲的心离得很近!有时深夜我会打电话回家,就是想知道母亲有没有睡,她睡着了就不会接电话了。”

我的心中忽然涌起一种很深很深的感动,一下子想起了远方的母亲,我很久没有给她打电话了。朋友打电话的事就像一枚落入我心中的石子,激起了我沉积已久的亲情。

朋友那一刻的无言,实在胜过千言万语。她让我看到了亲情的另一种美丽,安静深沉,却又直指人心。这种美丽的亲情,就是我们眷恋着的一切,就是我们好好活着的理由!

(摘自2011年第11期《感动人生》)

跳槽

A 对 B 说：“我要离开这家公司。我恨这家公司！”

B 建议道：“我举双手赞成你报复！破公司一定要给它点颜色看看。不过你现在离开，还不是最好的时机。”

A 问：???

B 说：“如果你现在走，公司的损失并不大。你应该趁着在公司的机会，拼命去为自己拉一些客户，成为公司独挡一面的人物，然后带着这些客户突然离开公司，公司才会受到重大损失，非常被动。”

A 觉得 B 说得非常在理。于是努力工作，事遂所愿，半年多的努力工作后，他有了许多的忠实客户。

再见面时 B 问 A：“现在是时机了，要跳赶快行动哦！”

A 淡然笑道：“老总跟我长谈过，准备升我做总经理助理，我暂时没有离开的打算了。”

其实这也正是 B 的初衷。一个人的工作，永远只是为自己的简历。只有付出大于得到，让老板真正看到你的能力大于位置，才会给你更多的机会替他创造更多利润。🔑

钥匙



一把坚实的大锁挂在大门上，一根铁杆费了九牛二虎之力，还是无法将它撬开。

钥匙来了，他瘦小的身子钻进锁孔，只轻轻一转，大锁就“啪”地一声打开了。

铁杆奇怪地问：“为什么我费了那么大力气也打不开，而你却轻而易举地就把它打开了呢？”

钥匙说：“因为我最了解他的心。”

每个人的心，都像上了锁的大门，任你再粗的铁棒也撬不开。

唯有关怀，才能把自己变成一只细腻的钥匙，进入别人的心中，了解别人。🔑

用人之道

去过庙的人都知道，一进庙门，首先是弥勒佛，笑脸迎客，而在他北面，则是黑口黑脸的韦陀。但相传在很久以前，他们并不在同一个庙里，而是分别掌管不同的庙。

弥勒佛热情快乐，所以来的人非常多，但他什么都不在乎，丢三拉四，没有好好地管理账务，所以依然入不敷出。而韦陀虽然管账是一把好手，但成天阴着脸，太过严肃，搞得人越来越少，最后香火断绝。

佛祖在查香火的时候发现了这个问题，就将他们俩放在同一个庙里，由弥勒佛负责公关，笑迎八方客，于是香火大旺。而韦陀铁面无私，锱铢必较，则让他负责财务，严格把关。在两人的分工合作中，庙里一派欣欣向荣景象。

其实在用人大师的眼里，没有废人，正如武功高手，不需名贵宝剑，摘花飞叶即可伤人，关键看如何运用。🔑



语录

旅行会改变人的气质,让人的目光变得更加长远。在旅途中,你会看到不同的人有不同的习惯,你才能了解到,并不是每个人都按照你的方式在生活。这样,人的心胸才会变得更宽广。

——余光中

对于过去的一年,还有在世上生活的这些年,总要有句结束语:虽然人生在世会有种种不如意,但你仍可以在幸福与不幸中选择。一味地勇猛精进,不见得就有造就;相反,在平淡中冷静思索,倒更能解决问题。我希望能远离偏执,从建设性和创造性的工作中获取幸福。

——王小波

我只知道这是一个急躁而喧嚣的时代,我们就像住在一个闹腾腾的房子里,每个人都放大了喉咙喊叫。为了让他们听到我说的话,我只好比他们还大声。于是没有人知道别人到底在讲什么。

——梁文道

我研究过很多赚了钱的人,后来发现赚钱最多的人实际上是追求理想、顺便赚钱的人。但他们顺便赚的钱比那些追求金钱、顺便谈谈理想的人赚的要多。

——冯仑

忙的目的往往是:享受生活、回报父母、满足爱人,想无私;忙的结果往往是:享受不了生活、远离了父母、冷落了爱人,成自私。

——到底为何而忙

今日的世界,物质文明发达,在表面上来看,是历史上最幸福的时代;但是人们为了生存的竞争而忙碌,为了战争的毁灭而惶恐,为了欲海的难填而烦恼。在精神上,也可以说是历史上最痛苦的时代。人是莫名其妙地生下来,无可奈何地活着,最后是不知所以然地死掉。 ——南怀瑾

在国外,人们消费奢侈品主要是为了达到心理满足,给自己带来愉悦,所以普通人会比较慎重,他们会仔细衡量这个愉悦的价值。相比之下,我们则痛快得多,因为我们有这样一种心态,即:我骄傲,因为我用得起,你用不起。于是,名牌成了人与人比拼的工具。

——作家郝晓辉认为中国人的竞逐心理推高了奢侈品市场。

八月,莘太祖久病决让,立曲帝;至秋,太祖崩殁于加州,未及耳顺之年而歿。昔乔氏七六年立国称帝,国号大莘,八五年遭篡乱而废黜,历十二年复位,十四年厉兵秣马,创单骑御驾亲征之风,艾朴、艾风、艾壁三役三平乱世,史称大莘盛世。

——网民戏拟的《乔布斯本纪》

向那些疯狂的家伙致敬。他们特立独行。他们桀骜不驯。他们惹是生非。他们格格不入。他们用与众不同的眼光看待事物。他们不喜欢墨守成规。他们也不愿安于现状。你可以赞美他们,引用他们,反对他们,质疑他们,颂扬或是诋毁他们,但唯独不能漠视他们。因为他们改变了事物,他们推动人类向前发展。或许他们是别人眼里的疯子,但他们却是我们眼中的天才——因为只有那些疯狂到以为自己能够改变世界的人,才能真正地改变世界。

——苹果广告

我一直相信我师父李雪健的一句话:演戏就像是爬山,不要以为你爬上一座山就到达了终点,只有你爬到了下一座山,你才明白以前那座山只是起点而已。

——演员黄海波谈及自己的十年奋斗史,坦言自己不愿走捷径。



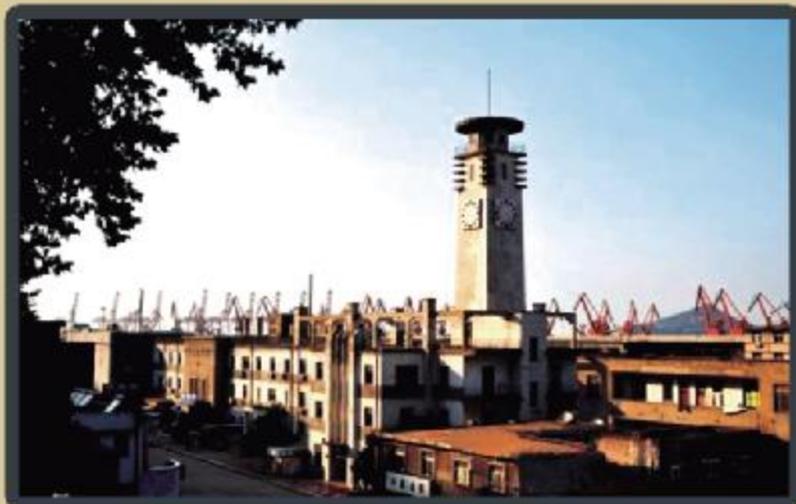
淮海戏

淮海戏旧称“淮海小戏”，是江苏省地方剧种。淮海戏流行于江苏淮阴地区、连云港市及盐城、徐州、扬州地区的部分乡镇和皖北一带。源出于海州、沭阳、灌云一带流行的“拉魂腔”，因以三弦伴奏，又称“三括调”。早期是沿门说唱民间故事的“门头词”，清道光十年(1830)后，艺人自由结班发展为打地摊演出小戏。清光绪六年(1880)后，曾与徽剧、京剧等先后搭班合演，吸收了剧目，革新了唱腔，丰富了表演。光绪二十六年(1900)后，舞台上出现了女艺人，艺术上也有了新的发展。1940年，中国共产党建立淮海地区抗日民主根据地，先后组织了“艺人救国会”及“实验小组”，编演《柴米河畔》、《三星路》、《反内战》等现代戏。1947年成立了大众淮海剧团，从此，小戏正式搬上舞台演出，并定名为“淮海戏”。中华人民共和国成立后，沭阳、灌云、泗阳、淮阴、涟水、宿迁、响水、滨海、灌南及连云港等十多个淮海剧团相继成立，1956年大众淮海剧团改名为江苏省淮海剧团。淮海戏传统剧目有

《樊梨花》、《皮秀英四告》等32大本和《骂鸡》、《催租》等64单出。现代戏有《葵花路》《孙明芝》、《月牙楼》等。淮海戏唱腔明快豪爽，乡土气息浓厚，以板式唱腔为主，男女同弦异调，伴奏乐器以三弦、高胡、竹笛、唢呐为主。淮海戏深受群众喜爱。

淮海戏的产生有三种说法，一是清乾隆年间，山东历城唐大牛、唐二牛兄弟，因灾年饥荒，身背大鼓三弦，到沭阳一带卖唱乞讨，有邱、葛、杨姓3人从其学艺，播下淮海戏的种子；二是20多年前，海州民间盛行“太平歌”和“猎户腔”两种民歌，当地邱、葛、杨3人加以改造，形成“怡心调”和“拉魂腔”，后3人分别去淮北和县南卖艺，逐渐形成今日的泗州戏、柳琴戏和淮海戏；三是淮海戏源于秦腔，据清代李调元《雨村剧话》记载：“秦腔始于秦州，盛于长安，流入晋、冀、鲁、豫至淮水止。”据此推断，淮海戏为秦腔一支，经融会徽剧、京剧和柳琴戏后而创立的新剧种。

(摘自连云港文化网)



连云港老东站

有了宏伟的东方大港,又怎能少延展万里,沟通东西的亚欧大陆桥铁路。作为陇海铁路的东方起点,连云港火车站旧址亦承担了一段辉煌历史。

位于我市连云区的连云港火车站始建于1933年,由原国民政府陇海铁路管理局承包给南京复兴公司下设的方纪公司负责施工建造。建成于1935年,西洋式平顶建筑,钟楼设于东端,远视如船形。

火车站办公楼四层,钟楼含地下室十层,第九层为瞭望台,第七层外壁装有电子钟。为钢架混凝土结构。建筑占地1170平方米,实用面积3000多平方米。该楼原为连云港港口和车站的共用办公楼,1937年9月20日该楼遭受侵华日军炮击,中弹两处,1970年和1983年两次装修。2001年公布为连云港市第三批文物保护单位。

作为连云港的标志性建筑,也为连云港建港初期建筑之一,建筑风格独特,对研究连云港史、连云港市经济开发史和中国海港史有参考价值,为研究民国时期建筑风格提供了详实的实物资料。
(摘自连云港文化网)



《医院文化二十年：医院的魅力》

作者：高金声

出版社：中国协和医科大学出版社

内容简介：

医学是科学与人文的最好结合点。在医疗实践中，医生与病人之间绝非技术与疾病的关系。病人不是病，而是有生命依恋和灵魂尊严的活生生个体。即使从治疗的效果看，医生的教养、态度以及由此造成的病人的心境也会起相当的作用。医德不是抽象的规范，医生自己是人性丰满的人，才会把病人视为完整的人予以关爱和尊重。因此，有必要把人文阅读列为医院文化建设的重要内容。



《大故宫》

作者：阎崇年

出版社：长江文艺出版社

内容简介：

《大故宫》由著名的“金黎组合”策划出版，是著名清史专家、北京社科院研究员阎崇年积淀 50 年之力作。跟以往的故宫学著作相比，这本书里“大故宫”概念的提出，首次打开了传统故宫的外延，把沈阳故宫、台北故宫博物院、三山五园、避暑山庄等纳入了故宫体系，讲述了明清 24 位皇帝和一位“女皇”慈禧在紫禁城治居的历史，这些对于观众拓宽了解故宫的视野很有帮助。除历史学知识外，该书还涉及建筑学、文物学、文献学、档案学、艺术学、园林学、规划学、故宫学和满学等内容。



《理想丰满》

作者：冯仑

出版社：文化艺术出版社

内容简介：

《理想丰满》是企业家冯仑自《野蛮生长》后亲笔撰写的又一力作。究竟怎样的房地产，才是对的生意？究竟怎样的社会，才会给力民营企业？究竟怎样的人生，才能创造生命的价值？当今中国，迷惑颇多——中国人价值观严重丢失，该如何重塑？收入差距日趋严峻，怎样才能确保社会的公平？社会财富将会如何传承？同根同种，台湾人幸福指数为何比大陆高？当理想丰满但现实骨感，怎样规划才能让自己更幸福？《理想丰满》中，冯仑集半百人生沉淀，畅议当下热点；挟二十载拼搏经历，纵论未来大势。以其独有的睿智思辨、幽默段子，深入浅出，亦庄亦谐，对价值公平、财富传承、人生追求、企业治理等话题进行有力批判和建设，更全面展示、分享为人、经商的大智慧。充分彰显一代企业家的责任、情怀与远见，讲述令人内心安宁，人生幸福的鲜活故事。 



《对照记 @1963》

作者：杨照 / 马家辉 / 胡洪侠

出版社：生活·读书·新知三联书店

内容简介：

三人三地三本书，对比对照对流年——

大陆、台湾、香港，

三个六零后同代男，

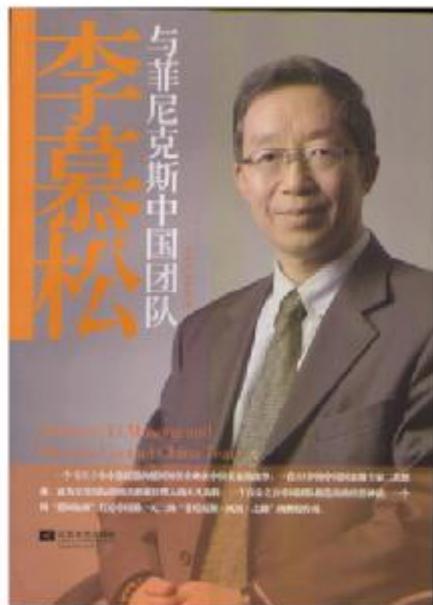
三十个日常词汇，

说着故事，串起历史……

很偶然的，台湾《新新闻》周报总主笔杨照、香港《明报》世纪副刊创意策划马家辉、深圳报业集团副总编辑、《晶报》总编辑胡洪侠相互认识了，很凑巧，他们都生于1963年。三个老男人于是开始谋划：既然三个人来自三地，成长环境、教育背景大为不同，如果选择一些共同的日常词汇或话题，三个人各写一篇文章，一定很有意思。单独看某一个人的文章可能觉不出什么，如果三篇对照起来看，可能意义就不一样了。

《对照记 @1963》为他们三人共同创作，精选华人社会五十年来三十个日常生活词汇为话题，三个人就每个话题各写一篇文章，分别以各自差异的历史和文化背景写出这些公共话题中的私人记忆，并于互相对照中折射出半个世纪两岸三地的沧桑变化。 





盛开的矢车菊

——读《李慕松与菲尼克斯中国团队》

史文

最近，江苏文艺出版社发行出版了一部名为《李慕松与菲尼克斯中国团队》的书，作者是省内知名作家李风宇等。与一般的名人传记不同的是，这本书不仅是一部写实的长篇报告文学，而且也是一部描写一个外企中国总裁与其团队的纪实报告。

该书的主人公李慕松在 1992 年选择“二次创业”，不能不提到邓小平“南巡”讲话的大背景。正如作者在引言中说的那样，1992 年邓小平的“南巡”讲话对上个世纪 90 年代的中国经济改革与社会进步起到关键性的推动作用。而本书所描述的主人公和菲尼克斯中国团队十八年走过的创业历程，正是把握了大时代脉搏，从一个侧面生动展现了中国改革开放的步伐，深刻诠释了“南巡”讲话发表 20 年的内涵和意义。

外商投资，“二次创业”，已经是国家级专

家教授的李慕松在姓“资”还是姓“社”的问题上没有纠结，而是以邓小平的“三个有利于”为判断标准，毅然选择走上了“摸着石头过河”的路。正如德国菲尼克斯电气集团董事长克劳斯·艾瑟特所说的那样：“李慕松的选择可能意味着中国少了一位教授，却多了一位企业家。”

就是这样一位专家教授以“过去的专业归零”和“不要抱怨老板”的心态，在隐忍中前行。把握“机遇就像风筝一样”，抓住“质量是最好的广告”，“像白鹤那样飞翔”，创新带来转机，强调“信心比黄金更重要”，提示“拿什么去巩固明天的成果？”迎来风雨之后的彩虹。《李慕松与菲尼克斯中国团队》，以大量篇幅翔实生动地描述了 100%本土员工、100%本土管理团队和研发团队，按照“德国标准”不断演绎的业绩神话，展现了李慕松从教授到国际著名职业经理人的不平凡经历，展现了一群在外企从业

的中国人“振奋民族精神、服务社会大众、构建和谐社会的孜孜探索和创新实践。从一个侧面回答了那些“属性”问题,这是该书创作的最大亮点和探索精神。

一家国际知名德国企业落户中国,如何建构属于自己的企业文化?如何将文化的力量转化成创新和发展的动力?李慕松和他的团队进行了富有示范价值的重要探索,这是该书的第二大特色。在书中,作者描述了李慕松别具匠心地在企业文化中植入了中华传统文化的精神元素,聆听着贝多芬第九交响曲与黄河大合唱,开始了和谐的航行,创造了中西文化从碰撞到兼容到水乳交融相得益彰的境界。尤其是打造诚信与社会责任两全其美品牌,将“软实力”硬着陆,构筑“人格长城”等,彰显了中国传统文化在当代企业经营中的价值,对在海外企业的企业文化精神建构,具有很强的启示意义。

与时下流行的人物传记和报告文学不同的是,质朴的语言近似“白描”,这是该书的第三个特色。因为越是这样的“大白话”,越使读者产生共鸣,并且对在一些章节中的引用大有“点题”之意。李慕松从濠河旁的圣殿到漫漫求学路,在母爱的教育影响下,一步步地实现着梦想,完成了从教授到企业家的“华丽”转型。我们看到了德国布隆伯格来的“神鸟”,读者不仅认识了“菲尼克斯”家族,还领略了小小“连接器”的魅力,还有矢车菊的芬芳。该书演绎了一个100/100中国团队创造出的经营神话,一个用“德国标准”打造中国独一无二的“菲尼克斯(凤凰)之路”的辉煌传奇。庐江小镇、居美馨、“模子学校”,力图创造不犯错误的好环境,作者使书中人和读者在沉静中思考与“互动”,寻觅人生观与价值观,追求着有意义的人生。

经江苏文艺出版社设计的该书也有时尚和流行的元素。李慕松本人的儒雅照片与中英文

对照的书名,在柔和的橙色、银灰与白色相间的字体中,显得十分淡雅庄重。扉页里中、英、德三种语言引用了这家知名外企董事长及夫人的一段话,对以自己的企业命名的菲尼克斯路和城市标志性建筑——菲尼克斯凤凰坛表示由衷的赞许。这好像是一个很好的故事开头,中英文对照目录仿佛是一串串珍珠,把100多个故事编织成了形状各异、色彩斑斓的项链。大量珍贵的彩色与黑白图片让读者“在过去与现实中穿行”,把人们的注意力吸引到一个“纽扣”公司如何演绎成为“中华第一”品牌。本书的主人公从童年到青年,从53岁开始“二次创业”的平凡经历,这些都随着书页的翻卷娓娓道来,就像一位长者叙家常那样循序渐进,更像一位智者那样春风化雨,滋润到读者的内心。

在许多年轻人眼里,外商投资企业是职场“白领”向往又纠结的地方,高薪、高效、高层次,严厉、严谨、严要求,中外文化差异,身心的压抑和彷徨。本书帮助你重新认识自己的定位,理解专注于专业和创新,做事先做人,或许从中找到自己的未来方向。

值得一提的是,《李慕松与菲尼克斯中国团队》一书的首发正值德国菲尼克斯集团在南京百家湖召开全球总经理年会,该书作为中国公司的“精神产品”,赠送省市领导和来自70多个国家的与会者。300多位不同肤色的读者,在中英文索引的导读下,发出会心的微笑和赞许。

德国的国花——矢车菊盛开在菲尼克斯路、菲尼克斯凤凰坛,还有一本描写菲尼克斯中国团队的书,这些,中国人做到了。而这本作者历时两年、潜心创作的书,从一个侧面展示出改革开放的中国海纳百川的胸襟和气概,中华文化的源远流长和厚重底蕴。

这也许是这本书意想不到的收获吧!

(转自江苏作家网)



连云港市第一人民医院医疗集团 董事会成立暨第一次全体会议顺利召开



2月21日下午，连云港市第一人民医院医疗集团召开董事会成立大会暨第一次全体会议，会议选举市一院党委书记、院长李小民为市一院医疗集团董事长。市卫生局局长周伟、副局长李秀连、市卫生局医政处处长郭行玖、市卫生局规财处处长马强等出席，院领导杨庆松、李家树、李爱民、施辉，市一院副院长、市东方医院院长谈笑，市东方医院党委书记杨红波，市传染病院院长孟尔旺、市传染病院党支部书记张建华，灌南县卫生局局长郑加林，灌南县新区人民医院院长张友亮、市一院总会计师、财务处处长李明星、市口腔医院院长徐宏志，市一院相关职能部门负责人参加了会议。会议由市一院党委副书记、纪委书记、副院长杨庆松主持。

会上，宣读并讨论、通过了《连云港市第一人民医院医疗集团章程》和《连云港市第一人民医院医疗集团2012年工作计划》，讨论、通过了医疗集团董事会组成人员名单、医疗集团职能部门设置和职能部门负责人名单，讨论、通过了关于增补连云港市口腔医院为医疗集团成员单位，增补东海县人民医院、赣榆县人民医院为医疗集团协作单位以及讨论、通过了《连云港市第一人民医院医疗集团管理费收取和使用管理办法》等相关事宜。

会上，市一院医疗集团董事长、市一院党委书记、院长李小民指出，成立医疗集团是主动适应深化医药卫生体制改革新形势的重要举措，也是各成员单位实现优势互补、共同发展的迫



设计释义：

以连云港市第一人民医院原标志为基础,在1字上做连续和不断叠加的表现手法,使之与集团的要义相呼应。同时,有实行集团单位同质化管理,通过技术帮扶、优势互补、资源共享、互惠互利、团结协作、共同发展,打造行业龙头,永争第一之寓意。

切需要。关于医疗集团下一步的工作,李小民提出了四点要求,一是各成员单位要把医疗集团工作纳入单位工作计划,要指定一名副院长负责医疗集团相关工作;二是各成员单位要以医疗集团章程和现行法律法规政策为依据,积极稳健地推进集团各项工作,不断放大合作效应,争取有所作为;三是各成员单位要以推动同质化管理、加强信息化建设、推进资源共享、加大人才培养、开展技术帮扶等为工作重点,抓紧制定相应的工作实施方案;四是各成员单位要同心同德、群策群力、开拓创新,不辜负市委、市政府、市卫生局领导的要求和全市人民的期望,为保障人民群众身体健康作出更大的贡献。

最后,市卫生局周伟局长发表了重要讲话。针对医疗集团的建设与发展,周伟强调,要进一步深化对医疗集团发展的认识。要充分认识到集团化的发展模式既顺应了深化医药卫生体制改革的新形势,也是加快公立医院改革、推进管办分开的重要探索,又是实现成员单位互惠互利、共同发展的内在需要。二是要进一步细化医疗集团工作内涵。坚持同质化管理,加快提升医疗集团质量安全管理水平;加强学科建设和人才培养与技术帮扶,抓住重点,要明确1-2

个重点专科、1-2项适宜技术,由市一院进行帮扶指导;坚持资源共享,以加强信息化建设为载体,依托市一院检验、影像、病理、临床药学等优势资源,大力提高医疗集团成员单位医疗服务水平;要充分利用好市一院现有的高端平台,强化对外交流合作。三要进一步强化医疗集团组织与规范化运作。各成员单位要严格遵守医疗集团章程,加强制度建设,明确年度工作目标,做好沟通协调,强化督查考核,激发工作效能,加快推进医疗集团形象塑造、市场宣传和文化建设探索,努力把市一院医疗集团建设成为全市医疗集团发展的典范。

连云港市第一人民医院医疗集团于2011年10月29日正式挂牌成立,2011年11月4日举行了市一院医疗集团成立签字仪式。按照《市一院医疗集团章程》规定,董事会是医疗集团的最高议事机构,第一届董事会由李小民任董事长,杨庆松、谈笑、李家树、李爱民、张海林、施辉、杨红波、孟尔旺、张建华、郑加林、张友亮、李明星、徐宏志等任董事。集团管理办公室是医疗集团的常设机构,医疗集团现下设医管部、信息中心、科教部、党群部等部门,仲伟茂等8人担任医疗集团职能部门负责人。

市一院第三届职代会第八次会议隆重举行

连云港市第一人民医院第三届职工代表大会第八次会议,于1月13日—14日在院急救中心18楼多功能厅隆重召开。院领导李小民、王卫国、杨庆松、谈笑、李家树、李爱民、工会主席尹可华及正式、列席代表共182人参加了会议。

会议听取并审议通过了院党委书记、院长李小民所作的《医院工作报告》、院工会主席尹可华所作的《工会工作报告》等六个专项报告。

代表们认为,2011年,全院干部职工在院党委的领导下,深入贯彻落实科学发展观,不断深化医院内涵建设,不畏艰辛、勇攀新高,综合实力大幅提升,较好地完成了年度目标任务。医院工作报告对2011年工作的总结实事求是、客观到位,对当前发展形势的把握准确清晰、全面深刻,对2012年工作的部署重点突出、措施有力,对2012年工作蓝图的描绘环环紧扣,内容丰富,目标明确,振奋人心。讨论中,代表们认为在过去的一年里,工会委员会

紧紧围绕医院的中心工作,团结动员广大医务工作者,积极履行职能,各项工作取得了较好的成绩;各职能部门在2011年紧紧围绕医院中心工作做了大量而细致的工作,为医院的建设和发展发挥了积极的作用,对他们的工作予以充分肯定。此外,本次大会收到27名职工代表送交的提案、意见及建议共23条,院工会正在整理提案,将分交给相关部门办理。■



市一院召开年度经济运行质量分析专题会



2月8日下午,市一院召开了2011年医院经济运行质量专题分析会,院领导和中层干部参加了会议。

会上,财务处处长李明星通报分析了2011年度医院经济运行取得的成绩,简要评析了各科室经济运行情况,并对提高2012年医院经济运行质量提出了建议。院党委副书记、纪委书记、副院长杨庆松着重点评了2011年医院经济运行取得的突出成效,他希望2012年各科室要落实制度,强化措施,努力促进医院经济结构转型升级。

院党委书记、院长李小民重点部署了2012年

度经济管理工作任务:一要力争促使门诊病房科教信息综合楼早日投入使用;二要强化成本核算,细化成本单元,提高全员成本意识;三要组建医院成本管理中心,加强经营管理,通过督查考核,促使平均住院日比上年下降1天,药占比下降2个百分点,严格控制病人均费增长;四要适应医保政策调整,争取医保支持;五要明确科室工作目标任务,加大对综合目标考核管理和督查力度,对规模扩大科室要考核投入产出效益;六要重视质量安全管理,不断改善服务;七要积极争取财政、科技、环保、科教园区等部门的支持政策,助推医院发展;八要节能降耗,堵漏清欠,增收节支,开源节流;九要提高职工待遇,提升职工幸福感指数,确保2012年职工收入10%的增长水平,适度调整合同制人员工资,关注编外人员工资的正常增长需求,建设高级知识分子餐厅,改善高层次人才用餐服务;十要积极争取金融支持,从早谋划全院建设项目资金需求。■

市一院召开党建暨党风廉政建设工作会议

为强化党建工作，助推医院又好又快发展，2月23日下午，市一院隆重召开党建暨党风廉政建设工作会议。市一院党委副书记、纪委书记、副院长杨庆松主持会议。

会上，市一院党委书记、院长李小民、党委副书记、纪委书记、副院长杨庆松分别对2011年医院党建工作及党风廉政建设工作进行了回顾总结，对2012年党建等各项工作进行了全面部署和安排。

李小民指出，今年党建工作要围绕迎接党的十八大胜利召开、学习宣传贯彻党的十八大精神及加强医院文化建设，打造人文医院两条工作主线，重点抓好七方面工作：一是突出理论武装，着力加强思想政治建设；二是突出为民服务创先争优，着力加强基层党支部建设；三是突出改善民生，着力创新管理体制与运行机制；四是突出德才兼备，着力夯实组织、作风保证；五是突出创新创优，着力构筑创新型人才高地；六是突出从严治党，着力加强反腐倡廉建设；七是突出和谐发展，着力打造人文医院。李书记强调，全院各党支部和党务工作者要站在战略和全局的高度，认清新起

点、新使命、新任务，扎实推进党建工作创新工程，不断提升党建工作科学化水平。

会上，李小民代表院党委还与党支部书记、职能处室负责人、临床医技科室主任代表分别签订了《2012年党风廉政建设责任状》和《2012年行风建设目标责任书》。

杨庆松在作会议总结时强调，党建工作是医院一项重点工作，各支部、各科室务必要认真贯彻落实会议精神，明确责任，狠抓落实，注重实效，为医院的科学发展、跨越发展提供坚强的思想保证、组织保证和作风保证。



扎实开展创建工作 确保创建取得实效

市一院召开2012年创建省级优质医院工作推进会

2月24日，市一院召开2012年创建省级优质医院工作推进会议，全面推进“以病人为中心，保障安全，提升质量，改善服务，提高效率”为主题的省级优质医院创建工作。

施辉副院长回顾了2011年医院创建省级优质医院的工作，围绕深入开展创先争优活动等9个方面，解读了《连云港市第一人民医院2012年创建省级优质医院工作责任分解表》的各项任务。

院党委书记、院长李小民在会议上指出，创建优质医院工作是卫生部紧密结合卫生行业特点，扎实开展“创先争优”和“三好一满意”活动、深入推进医药卫生体制改革的一项重大举措，医院已经将创建省级优质医院工作摆在今年主要工作的

第一位，全院广大干部职工要高度重视创建工作的重大意义，积极参与。一是要提高认识。在近年来医院快速发展取得成效的基础上，正视医院发展中存在的薄弱环节，围绕“质量、安全、服务、效率”的改进提升，通过创建工作，提高内涵，改善服务，切实改善百姓就医感受。二是要明确目标。把确保创建成为市级优质医院、瞄准创建成为省级优质医院作为目标，加强领导，缜密组织，精心谋划，扎实创建，确保实效。三是突出重点。围绕9个方面内容，重基础，抓重点，显亮点。四是明确要求。以创促改，以创促建，创建结合，重在过程。希望通过创建工作提升内涵，促进发展，改善服务，医院各项工作跃上一个新台阶。

市一院召开 2012 年护理工作会议

3月2日下午,市一院召开2012年护理工作会议。院领导李小民、李爱民、施辉等出席会议。会议由护理部主任吴继云主持。

会上,吴继云首先对2011年护理工作进行了总结,并就2012年护理工作进行了重点部署。施辉副院长就我院《2012年优质护理服务工作方案》进行了详细解读,2012年优质护理服务工作将进一步深化延展专业内涵,以队伍能力素质建设为核心,以“建机制、抓内涵”为重点,把改革护理模式、完善人力配备、加强队伍建设、深化护理内涵、重视病区管理、强化保障支持等工作作为主要任务来抓。

院党委书记、院长李小民在大会上作重要讲话,



对2012年护理工作提出六点要求:一是深入开展优质护理服务工作,扎实做好“人力资源配置、责任护理、分级护理”等重要工作;二是紧密围绕三级医院评审这条主线,认真解读评审细则,寻找差距,进一步提高护理服务内涵,为迎评工作顺利开展创造良好条件;三是积极推进“三好一满意”工作,把提高专科护理水平、实施分级护理、开展护理临床路径作为基本落脚点,并逐步建立公休座谈会制度;四是加强护理文化建设,大力弘扬职业道德精神,树立护理人员正确的价值观;五是努力推动护理学科发展,重视硕士点以及专科基地建设,加大对外交流,并不断优化护理队伍学历架构;六是重视集团工作,以一院为核心,把集团工作放在重要位置。 [REDACTED]



市一院召开 2012 年信息化工作会议

3月14日下午,市一院召开2012年信息化工作会议,院领导李小民、李家树、李爱民、施辉以及相关职能科室负责人参加了会议,原院长缪庆应邀出席。

会上,副院长李爱民对2011年信息工作进行了总结并明确了2012年信息工作的主要目标和任务。

院党委书记、院长李小民对2012年医院信息工作作了部署并提出五点要求:一是医院的信息建设

要有抓手,结合卫生部《三级综合医院评审标准实施细则(2011年版)》中对信息工作的要求,逐项梳理,提出整改措施;二是信息化对新大楼的正常使用有密切的关系,要提供信息化保障;三是要围绕医院中心工作,全力做好信息保障工作;四是要强化医院集团信息化建设工作;五是要加强信息处自身建设。信息处要围绕人才建设、改善信息服务、改进工作作风建设等方面抓好落实。 [REDACTED]



市一院接受药物临床试验机构资格认定现场检查

3月9日—11日,国家食品药品监督管理局赵淑艳、赵秀丽、王全楚、李朝武等专家一行四人,在江苏省及连云港市食品药品监督管理局相关人员地陪同下,对市一院申报国家药物临床试验机构资格认定进行了现场检查。

专家组在听取了机构、伦理委员会和19个申报专业的汇报后逐一进行了现场检查。专家组认真查看了各申报科室的台账材料,现场提问考查医护人员对GCP相关知识的掌握情况,并查看了受试者接待室、抢救室、抢救药品及试验用药品存放设施等情况。

在11日召开的检查反馈会上,专家组宣读了反馈意见,认为我院从上到下高度重视申报

工作,制定了一系列的管理制度、设计规范和SOP,相关人员均参加过不同程度的GCP培训,基本掌握药物临床试验的运行程序。19个申报专业多数研究人员对GCP知识和药物临床试验技术掌握尚可,初步具备开展药物临床试验的条件。同时也指出了存在的问题,如人员培训力度尚不足,专业SOP尚需进一步细化和完善等。

院党委书记、院长李小民在会上作表态发言,对专家组的辛勤劳动以及对医院申报工作的关心、肯定和认同表示感谢,对于出现的问题会认真整改,逐条落实,并表示一定不辜负专家组及各级领导的关心和支持,全力做好今后的工作。





丸山浩一参观访问市东方医院

3月22日下午,在市政府外事办鞠建春副主任陪同下,日本驻上海总领事馆副总领事丸山浩一等赴市东方医院参观访问。

丸山浩一一行参观了彩超室、体检中心、急诊科、放射科等。参观过程中,张永安副院长

详细介绍了彩超机的使用情况,以及近年来医院取得的成绩和新建病房大楼的建设情况。丸山浩一详细了解了市东方医院的历史,并对医院新病房大楼的建设情况表示了关注。

丸山浩一此次是作为日本

“利民工程”的代表前来考察访问,“利民工程”无偿援助项目是以医疗、学校、公用事业等领域为援助对象,由日本驻华使馆承担项目的筛选审批工作,市东方医院是该项工程的获益者之一。 

市东方医院正式成为徐州医学院附属医院

3月30日,市东方医院正式签约成为徐州医学院附属医院。副市长滕雯、徐州医学院院长吴永平、徐州医学院副院长郑葵阳、市卫生局局长周伟、市卫生局副局长董青、市一院党委书记、院长李小民等领导出席签约仪式。

院长谈笑发表致辞,感谢市委、市政府、市卫生局等有关部门多年来对医院的关心和支持。近年来,市东方医院一直将创建徐州医学院附属医院作

为一项重点工作,自2006年成为徐州医学院教学医院以来,双方交流和合作日益频繁,市东方医院医疗、教学和科研水平明显提升。今后,市东方医院将不断增强自身实力,进一步与徐州医学院加强合作,实现资源共享、优势互补,早日成为国家三级甲等综合医院,更好地造福一方百姓。

徐州医学院吴永平院长随后讲到,长期以来,徐州医学院和市东方医院合作密切,在未来的发展过程中,学校和附属医院应相互支持、共同发展,相信在连云港市领导的关心和支持下,在双方的共同努力下,徐州医学院和市东方医院的医疗、教学、科研、管理工作一定会取得可喜的成绩,再创新的辉煌。

最后,滕雯副市长对市东方医院成为徐州医学院附属医院表示祝贺,同时希望医院以此为契机,努力做实、做大、靠强、择优,在与徐州医学院加强合作与优势互补中不断实现新的跨越,为人民群众造福。 



市政府召开专题会议研究市四院建设发展问题

日前,市政府常务副市长唐国海、副市长滕雯在市政府行政中心主持召开会议,专题研究市第四人民医院建设发展问题,并形成了会议纪要。市编办、市发改委、市财政局、市卫生局、市人社局、市规划局、市国土局的负责同志和市四院孟尔旺院长、张建华书记参加了会议。

会议充分肯定了该院在救治传染病、精神病患者及承担全市公共卫生应急任务等方面作出的突出贡献。市委、市政府高度重视该院的建设和发展,并要求市各有关单位要加强协调和配合,为医院发展提供有力支持,同时,要求该院紧抓发展机遇,加快三级传染病医院创建工作,全面实施升级转型战略,促进医院快速、健康发展,为全面提升我市公共卫生服务整体水平作出更大的贡献。

根据市卫生局要求,在经过充分调研,并经专家论证后,市四院决定在该院公共卫生应急楼北侧建设占地面积 1200 多平方米的血液净化中心,以满足全市肾功能衰竭需要血液净化患者的需求。

该院成立了血液净化中心项目管理小组,全面负责该项目的各项工作。现已筹备建设资金 400 万元,相关专家引进及人员培训工作也正在开展。项目组认真学习了《医院血液净化中心(室)建设管理规范》、《血液透析室建设与管理指南》等文件,参观调研了省内多家医院,听取相关专家意见,经过 6 次修改初步形成了建设布局和流程图,工期需 3—4 个月的时间,力争 7 月底前完成并投入运行。

市四院积极筹建血液净化中心

灌南县新区人民医院坚持开展下乡义诊活动

为积极响应市“卫生下乡工程”活动,将卫生科技知识和医疗服务送到社区、送到农村,今年 1、2 月份,灌南县新区人民医院分别组织内科、外科、妇科、儿科、中医科等部分专家和主治医师,携带医疗器械和宣传材料,先后深入李集、大圈等乡镇卫生院开展义诊公益活动,为基层群众开展检查 600 多人次,受到群众好评。

为切实提高乡镇卫生院的诊疗水平,解决广大农村群众看病难题,真心服务百姓,灌南县新区人民医院进一步提升医院医疗服务水平,确保以高质量的医疗服务施惠百姓。该院定期在县域各乡镇卫生院进行查房,免费为患者诊疗、检查,对现场群众免费提供宣传材料。义诊活动受到当地群众的好评,有部分患者还自愿到该院实施后续治疗,并对该院医护人员的服务态度和医疗技术表示赞赏。目前,该院已经制定长期下乡义诊计划,以不断满足广大百姓的医疗需求。

灌南县新区人民医院组织急救救护演练

2 月中旬,灌南县新区人民医院组织了急诊急救应急演练。

整个过程从院前急救、现场处置、心肺复苏、安全转运、接诊、分诊、急救等方面进行了模拟仿真应急演练。通过演练,医务人员对突发公共事件、急性心梗、创伤复合伤等多方面知识的掌握更加全面,医疗急救水平和整体应急响应能力显著提高,为医院急救救护体系的更加完善提供了有力保障。



如何春补 春补补什么

春天吃什么食物？春补养生吃哪些食物比较好？每个季节都有最适合的食物，以下8种食物最适合春补。

春季杀菌吃大蒜

大蒜具有很强的杀菌能力。据最新研究发现，大蒜还具有一定的补脑作用，富含维生素B1能抵制放射性物质对人体的危害。

养生小贴士：

不可空腹生食；肝、肾、膀胱有疾者在治疗期间应免食用；心脏病和习惯性便秘者应注意少食；不可与蜂蜜同食。

春季吃葱补维C

葱的维生素C含量比苹果高10倍，比柑橘高2倍。葱还含有葱蒜辣素，有较强的杀菌作用。

养生小贴士：

用葱白500克，大蒜250克，切碎加水2000毫升煎煮，日服3次，每次一茶杯，可预防流感；若是胃痛、胃酸过多，消化不良的人可将大葱头4个捣烂，调入红糖200克，连服数日有效。

春季健脾益气吃山药

山药尤宜于春季食用，它营养丰富，具有健脾益气，可防止春天肝气旺伤脾；能补肾益精，可增强人体抵抗力。

养生小贴士：

将大米煮成粥，加入白糖和蒸熟捣烂的山药泥搅匀，可健脾补肺，滋肾益精，强身健体，非常适合体弱多病者和中老年人食用，若再加入红枣煮，则滋补效果更好。

春季体弱者吃点大枣

大枣性味甘平，尤宜于春季食用。

养生小贴士：

春季对于身体较虚弱、胃口不好的人，平时可多吃点枣米饭：即以大米为主，配上点红枣，色泽鲜艳，爽口润甜。

春季韭菜最利阳气生发

韭菜富含蛋白质、糖、维生素A和维生素C、钙、磷以及挥发油等。另外，韭菜还含有抗生物物质，具有调味、杀菌的功效。

养生小贴士：

俗话说“韭菜春食则香，夏食则臭”。春天气候冷暖不一，需要保养阳气，而韭菜性温，最宜人体阳气。

春季头晕头痛者吃点荠菜

荠菜味甘淡、性微寒，能凉血止血、清肝明目、清热利尿。

养生小贴士：

高血压、动脉硬化病人，每日用鲜荠菜60克，加水适量，煮开锅后，打鸡蛋3个、吃鸡蛋喝汤，能改善头晕头痛的症状。

高血压及便秘者吃菠菜

菠菜的胡萝卜素含量可与胡萝卜媲美，一个人如每天吃50克菠菜，其维生素A就可满足人体正常需要；维生素C的含量比西红柿高1倍多。

养生小贴士：

高血压、便秘、头痛、面红者，可用鲜菠菜洗净放入开水中烫上三五分钟，取出切碎，用少许香油、盐等伴食，一日两次当菜食用很有疗效。

菠菜含有草酸，与体内其他食物中含的钙质结合，形成一种难溶解的草酸钙，这就不利于人体对钙质正常吸收。所以不宜过量食用。

春季补铁吃莴笋

莴笋含有多种维生素，其中以铁的含量较丰富。

养生小贴士：

莴笋叶的营养成分高于莴笋，其中胡萝卜素高100多倍，维生素C高15倍，因此，不宜抛弃。

煎中药是开盖好,还是关盖好?

煎中药时,为了使中药煎透,最好是关盖煎。尤其是含有挥发油成分的中草药,如薄荷、苏叶、藿香、佩兰等更要关盖,并要在短时间煎好,以免有效成分挥发而降低药效。有些贵重药物,如人参、鹿茸、枸杞子等也一定要盖住,并要用文火慢煎。

但是,有些中草药,如夏枯草、丝瓜络、梗

通草、金钱草等全草或叶子的药物,由于它们体积膨大,质地轻,煎时往往容易溢出锅外,只好开盖煎煮,并随时搅拌,使它们煎透。

所以,煎中药是否盖盖子,可不是生活习惯的问题,不同的药物,敞开盖和盖上盖效果确实有差别。煎中药应该开盖还是关盖,应视具体情况而定,不能生搬硬套。 

春季养生小常识

常看喜剧

春天肝气生发,肝在情绪主怒,所以很多女性会在春季出现火气渐长,爆发指数增加,应注意调控情绪,多听笑话,多看喜剧,保持情绪通畅,让今年有一个好的开头,并顺势保持下去。

常梳头

每天早起以手指甲从前发际梳到后发际一百遍,坚持下去,自会发质光亮、还有助黑发生发、神清气爽,并且对高血压、头晕头痛、失眠、神经衰弱有一定的效果。

常吃香味食物

葱、香菜、花生、榴莲等很香的食物,都是很适合春季的时候吃的,因为它们都可以促进阳气生发,适应春天的自然规律。

常食甜品

春天肝气生发,应少吃具有收敛作用的酸

味食品,肝在五行属木,肝木克脾土,所以开春以后要多注意脾胃的保养,甘甜之味适当摄入可补益脾土。

常揉肺经

肺经在我们手臂的内侧,它经过肩窝开始向下延伸到大拇指,所以我们取它上下两端的穴位来按摩就会有很好的效果,而且这两个穴位比较好找,一个是在肩窝位置的中府,另一个是大拇指的少商穴,每天早晨起床用手半握拳各敲一百遍。 

哪些高血压病人易发生意外

高血压是严重危害人体健康的疾病,血压如控制不住,极容易发生脑出血等意外。那么,哪些高血压病人易发生意外呢?专家指出,有 10 类高血压病人容易发生意外。

——尚未被发现和确诊的“糊涂”病人 由于高血压病的初期到中期都缺乏特异的症状,有半数以上的高血压病人未被发现。这部分被称为“糊涂”病人。他们有病不知病,自恃“感觉良好”,与健康人一样劳动、生活,常做出使血压进一步增高的行为,因此,很容易发生意外。

——该用降压药但不用的病人 有些病人虽然已被确诊为高血压病,但自己以为自觉症状尚可,或对吃药感到厌烦,而拒绝服用降压药。因此,他们血压增高但得不到有效控制,经常处在危险水平上,久而久之,势必对心、脑、肾等重要器官造成损害,并容易发生脑出血等意外。

——滥用降压药的病人 在专科门诊中发现,有许多高血压病人不按医嘱或血压实际情况用药,而是凭“自我感觉”滥用,觉得头痛、头晕就吃两片,否则就不服,有时又“恨病吃药”,超量限用,误以为血压降得越多,越快越好。这些做法是危险的,往往会造成血压忽高忽低或降低过快,使已患病的血管难以承受,很容易诱发脑出血和脑血栓形成。

——生活不规律、过度劳累或睡眠不足者 生活有规律可降低血压,并有助于血压稳定,而劳累过度 and 睡眠长期不足或不佳,则容易引起血

压进一步增高或发生剧烈波动,因而容易发生意外。

——生活放纵、嗜酒、嗜烟者 高血压病人若大量吸烟或酗酒,可使血压进一步增高并对血管造成严重损害,且比一般的高血压病人更容易触发心、脑、肾等重要器官的并发症,也容易发生脑出血等意外。

——血压过高者 高血压病人若血压增高到 200/120 毫米汞柱以上,那是相当危险的,极容易发生脑出血等意外,千万不容忽视。

——合并心、脑、肾等并发症者 患有高血压病多年,并经检查已出现心、脑、肾等重要器官合并症,表明病情已至中、晚期,应认真对待,加强正规治疗,否则很容易发生意外。

——合并冠心病、糖尿病者 高血压病与冠心病、糖尿病为姊妹病,关系十分密切,互为因果。若高血压病人同时并发冠心病或糖尿病,表明病情较为严重或相当严重,容易进一步恶化而出现心脑血管等意外。

——饮食不合理、多吃少动者 一些高血压病人平时不注意饮食平衡,常吃高脂肪食品、口重、不爱活动,很少参加体育锻炼。这种多吃少动的生活方式常导致肥胖,不仅会使血压进一步增高,还会使血脂增高,加速对心、脑、肾血管的损害,因而也容易发生意外。

——性情暴躁或不讲心理卫生的人 研究表明,精神状态对血压有重要影响,情绪稳定、精神愉快、轻松则有助于高血压下降或稳定;相反,情绪恶劣、精神沮丧,特别是经常大发雷霆,可引起血压剧烈波动或进一步增高,因而诱发脑出血、高血压脑病或脑血栓形成。因此,高血压病人欲求长寿必须加强个性修养,胸怀宽阔,遇事不怒,经常心平气和,情绪平稳,豁达而乐观。✿

百宝粥记

暖春姗姗来迟，我们仍会感觉丝丝寒意，但雨水时节过后，我们的体内机能会出现微妙的变化，调节体内微妙元素平衡，喝粥是最方便而又立竿见影的方法，那么就给大家一个秘方，请大家量体裁衣，做个养生达人。

春季防流脑，荠菜煮粥好。若要皮肤好，粥里放红枣。

若要睡不着，粥里添白莲。腰酸肾气虚，煮粥放板栗。

心虚气不足，粥加桂圆肉。头昏多汗症，

粥里加薏仁。

润肺又止咳，粥里加百合。消暑解热毒，常饮绿豆粥。

乌发又补肾，粥加核桃仁。若要降血压，煮粥加荷叶。

滋阴润肺好，煮粥加银耳。健脾助消化，煮粥添山楂。梦多又健忘，粥里加蛋黄。

利尿消肿治脚气，赤豆粥里胜补剂。消热生津又和胃，甘蔗做粥来补胃。

伤风感冒又腹痛，生姜上场来做粥。滋肾补肝又明目，枸杞加上粥里香。

怎么选择低胆固醇食物？

胆固醇是维持人体健康必不可少的物质，其功能合成维生素 D，参与体内代谢，促进骨骼和牙齿的发育。胆固醇来源于体内合成及从食物摄取，其中后者占 40%~50%，如果摄入过多易患动脉粥样硬化，心肌梗塞，脑血栓等疾病。

正常人每天膳食中约含胆固醇 300~500mg，主要来自动物内脏、蛋黄、奶油及肉类。选择低胆固醇食物，就应减少一些胆固醇含量高食物的摄取，例如吃蛋黄，一周最好不要超过三个，摄取豆类、菜豆、扁豆、大豆、黑豆、斑豆等可以降低血胆固醇；燕麦中富含的水溶性纤维可以“阻止”肠道吸收过多的胆固醇，改变血液中脂肪酸浓度，降低“坏胆固醇”和甘油三酯；柑橘类等富含维生素 C 的食物有强抗氧化作用，能促进细胞结缔组织胶原蛋白的合成，强化血管细胞的组织；芝麻有很强的

抗氧化作用，还富含丰富的维生素 E、油酸、亚油酸和不饱和脂肪等；脱脂牛奶中的非脂肪质能抑制肝内制造胆固醇；另外摄取生蒜头和茶叶可降低血总胆固醇，防止动脉粥样硬化和血栓形成。

少量饮酒可能使血中的高密度脂蛋白升高，加强防治高胆固醇血症的作用，每日摄入的酒精以不超过 20 克为宜。增加富含磷、钙的大豆制品、蘑菇类等的摄入可减少胆固醇在血管壁的沉积，维护血管功能。简单的放松方法例如每天听两次轻快的音乐能降低血胆固醇。多运动可减少动脉里脂肪的堆积，规律运动和体重控制均有助于降低体内胆固醇。

欢歌曼舞迎新春

爆竹声声辞旧岁，欢歌曼舞迎新春。新春到来之际，市第一医院、市东方医院、市第四人民医院的广大员工载歌载舞，喜迎龙年。

市一院2011年工作总结表彰大会暨2012年春节联欢晚会



市一院

院领导与演职人员合影



院艺术团杂技队表演《欢送甲子闹新春》



药学支部时装秀《混搭环保时装秀》



院艺术团古筝二胡合奏《齐花院》



肿瘤支部队的联唱《新年好》



市东方医院

外科支部舞队《红呀红绿呀绿》



市四院

离退休支部合唱《祝福祖国》



防科《红牡丹》



科神科舞蹈《春意盎然》



远去的山楂红

——《山楂树之恋》观后感

陈炜

不知什么原因，平时看电影或者电视剧特别喜欢历史剧与战争剧，很少关注爱情剧与婚恋剧。但是，近期江苏卫视热播的电视剧《山楂树之恋》无形地吸引了我的眼球，我对此剧是情有独钟，每天晚上总会按时地等候在电视机前等待该剧的开播。3月19日下午，在家写完稿件闲着无聊，为了打发时间，于是上网看起了电影《山楂树之恋》。

总的来说，电影从头至尾是安安静静的，没有一点嘈杂声，我是安安静静在看着，心里也一直是安安静静的。虽然上世纪70年代的事，我们没有经历过，但是剧中的情节在生活中却是人们熟悉和认知的，观看中时常有触景生情的画面，它引发了我的怀旧感，使我的

思绪飘忽。动情处，几次潸然泪下。

关于故事的主旋律，静秋与老三纯洁的初恋，我认为他们的爱情的确是非常纯真的，剧中的男女主人公的爱情更是可歌可泣。喜欢《山楂树之恋》之处，在于此影片给人带来许多美好的感情回忆，无论美好的还是可怕的，很多情节都让人觉得似曾相识。老三和静秋的爱情唤起了很多人对纯真爱情地回忆！

老三和静秋以及他们之间的情感经历是根植于当时的年代背景和社会环境的。这段关系的离合递进不光是来自二人的内心，一定还有社会外力的因素，编剧巧妙地穿插在老三和静秋感情发展的主线上，这些情节让老三和静秋的感情更加落地，一定有其社会



意义和社会生活的涵盖。

静秋,老三。默默的山楂树开花了,是老三的血染得它们更加红了。静秋远远地站着,她对女儿说:“这里长眠着我的爱人。”

老三去世,静秋在一旁。她没有叫老三的名字,因为她从来没叫过。她只是一个劲儿地说:“我是静秋……我是静秋……”静秋呼唤令人心碎、落泪。因为老三说过,就算他一只脚迈进坟墓里,听到静秋的名字,他也会拨回脚来看她……老三在静秋的呼唤声中走了。在去天堂的路上,他看到了山楂红,他欣慰了。

初识老三,是在手风琴的音乐中想象着这个人的容貌。没想到这地方也会有人弹奏《山楂树》。一阵阵悠扬的音乐,暗含了的结局,就是老三,永远留在那棵山楂树下,等待着静秋去看山楂树红色的花。静秋也只能厮守着这颗血色山楂树,把它当作自己生平最最爱的人:老三。

静秋的每句话老三都记得,他记得静秋说自己25岁以后才结婚,他记得,他答应过她,要等她一年零一个月。但是,老三的承诺,没有兑现就走了……

虽然有人对电影和电视剧的剧情看法褒贬不一,但是我最看重的是老三和静秋的那段纯真感情。当老三住院,静秋前去看望时,夜晚静秋在医院门口守候一个晚上时,那种情感是常人无法想象与做到的。在老三临终前生离死别见面时,那一刻更是无法用言语表达出来的。让人感到感情不管处于什么年代,纯真的感情永远是纯真的,无上的。而老三和静秋的爱情就是灵魂出窍,可能不是每个人都有机会遇到这样的人,但是每个人都可以从这段情感的发展和细节里看到自己最刻骨铭心的情感记忆。

《山楂树之恋》是一部安静得能使人灵魂出窍的电影,惜墨如金的背景音乐虚无缥缈,让人完全沉浸在影片所营造的淡雅氛围之内。拨开薄雾,是一个叫“西坪村”的乡间,引入眼帘的是老三跟静秋的影子,还有他们那流传于世间,永不褪色的爱情。

虽然故事基调起得很低,将一段生涩朴实

的爱情始末搬上了荧幕。没有多少喧嚣欢闹,没有多少缠绵悱恻。有的只是一如既往的平平淡淡,和多次定格的甜美笑容。老三有一颗不羁的心,渴望自由自在的爱情。在维艰时代的大背景下,他既迫切地希望冲破旧政策的牢笼,又小心翼翼地呵护着静秋“循规蹈矩”的宿命。在如此矛盾与坎坷之下,他总能战胜一切,至少能营造出暂时的二人世界。命运多舛的静秋事事小心谨慎,时刻保持着与“错误”的距离。几乎是一见钟情地爱上了老三,懵懂爱情的滋润让她芳心悸动,但又不知所措。大多数时候,只是傻傻地接受给予,当爱的份量到了一定程度。老三与静秋,从第一次见面的笑容里开始,到最后一次离别的泪水中结束,期间错落的黑夜,见证着这段随风而去的不朽爱情。

老三承诺的一辈子,就是等着静秋经历完人间的苦难后,与她,天上人间,永不分离。这,就是他一辈子的等待。

静秋看到老三的那个本子的扉页上写到:“我不能等你一年零一个月了,也不能等你到25岁了,但我会等你一辈子。”

没错,他做到了,她也做到了。

所有男人都想娶静秋,所有女人都想嫁老三……

在充满铜臭气息,拜金主义思潮糜烂的当下,一谈起“纯洁、永恒”,大家就唏嘘不已。不是不向往,而是不相信。信仰的缺失是最可怕的,对于“纯洁、永恒”的蔑视,不屑一顾,仿佛它理所当然的只是乌托邦,是虚幻空想之下的产物。事实上,存在与否每个人自己说得算,只要愿意去相信。因为爱情不是一张考卷,它不需要标准答案,它需要的只是两颗真心相爱的心,仅此而已。

等待与守候总能联系到一起,更像是天生的一对。我爱你,一辈子也许太长了,那就让爱情定格于我们在一起的每一分每一秒里吧。有永恒的等待,就有与之相对应的永恒的守候,不用去计算时间的长短,只要我们彼此相信与相爱!

(作者为《连云港日报》记者)



——《那些年，我们一起追的女孩》观后感

王娜娜

仍然喜欢听老狼的《同桌的你》、朴树的《那些花儿》、可米小子的《青春纪念册》……还记得当时我们青涩的面孔，简单的爱恋，无所谓痛哭，还有一颗永远年轻而冲动的心，我们的天空充满着春天的柔美与夏天的豪情，我们在岁月里高唱青春之歌，会在愚人节向暗恋的女孩表白，在看到她不知所措的表情时，哈哈大笑说愚人节快乐！会为了心爱的女孩发奋读书，只为了有一天能站在她的身旁守护。那时的我们一起躺在校园的操场上，偷偷看喜欢的男孩女孩，看白云随风而过，看着鸟儿掠过天空，看着飞机拖着长长的尾巴，感受春风给我们的抚摸和阳光给我们的温暖，或许那时的我们幼稚可笑，可是我们一如孩子的真诚，像天空一般宁静……

青春的风铃总在不知不觉中响起，让我

想起那段美好的时光，然后鼻子一酸，流下泪水……

“沈佳宜，我可不可以问你，为什么当时你没有想要和我在一起？”

“常听人家说啊，恋爱最美好的时候就是暧昧的时候，等到真正在一起了，很多感觉都会消失，所以我就想干脆让你再追我久一点。”青春里最刻骨铭心的记忆，一定是一段忧伤、温馨也有诸多遗憾的爱。那些所谓爱情也许不算真正的爱情，但却实实在在存在过，并且让我们为她们悸动、憧憬、落泪、心碎。估计每个走过青春懵懂时代的学生都曾经对同班的某个同学产生过一种说不清道不明的美好情愫，或许那就是许多人不曾命名的初恋，或许那只是一种淡淡而惆怅的感觉，然而，正是这种不掺杂任何条件的纯洁

感情,能长久停留在我们的记忆之中,一万次被回味和揣摩,而回忆里的男女主角,则永远停留在青春期,被完美,被惦记,被猜测。那种若有若无的惦念感觉,比长大后触手可及的速食爱情要回味悠长,要难以忘记。

青春就像一场电影,每个人都是青春的主角,唯一不同的是:电影可以重拍,而青春从来没有彩排……当柯景腾望着满天的星光说:“沈佳宜,你相信有平行时空吗?也许在那个平行时空里,我们是在一起的。”我感动于当时的场景,看着那样的背影,那样的夜空,那样的情怀,透露着滴滴点点的惋惜与失落。

回想着那些温暖的岁月,在一个几乎注定黯淡的夜晚看着一幕幕的爱意,也许一生会错过很

多,但那一点一滴都沉淀在时光里不曾失去,在另一个平行时空里,这里的遗憾在那里也许就是幸福,所以释然了,明天的太阳,仍然会灿烂地微笑。

有人说:那场大雨中,若柯景腾的一个转身,或许就没有了这场电影的意义……那样地错过,未免过于感伤,却是给我们带来了最真实的感受,一边的沈佳宜在孤独地哭泣,一边的柯景腾在寂寞地懊悔,两人爱着对方,却因为一场格斗赛而分离,如此悲凉的故事和爱情,为我们带来了如此美妙的电影。世间的一切都是不完美的,只有不完美才能给我们带来完美的享受。这样结尾,不只是一部好电影本身需要一个跌宕起伏的剧情,我想他有更深的用意:两情相

悦,牵手一生,固然是皆大欢喜。但鬼使神差,一个转身却错成永远,可是这才是现实。这样安排,使得这个故事更曲折了,更因此有了它的教育意义,触及了爱情的本质。

青春是一场大雨,即使感冒了,还盼望回头再淋它一次。青春更是一本书,一本读一遍就印象深刻,一本让你回味无穷的书。让人记住的就是那些年,我们身边曾经发生的故事。那些年带给我们多么美丽而小心翼翼的错过啊,虽然回忆起来,有那么一点悲伤。仍然想笑着说,或许错过也是一种美好,一种永恒。在这个略带伤感的季节里,在时间与岁月的轮回里,能记住的永远都

不会消失……无论生命中还有多少浪漫甜蜜或是轰轰烈烈的爱情,青春时的爱一定是永生难忘

的,心里有个人放在那里,是件收藏,如此才填充了生命的空白,“你用最好的年华,陪我走过最美好的岁月,我心底最眷恋的时光”,无论何时想起,都像刚刚发生过,心依旧在悸动,这便是永恒。

“我错了,原来当你真的非常非常喜欢一个女孩,当她有人疼有人爱,你会真心真意地祝福她永远幸福快乐”,每一种创伤,都是一种成熟,日渐成熟的我们,请向青春招招手,错过了爱情,便是唯美了青春,偶然、相遇、难忘地邂逅,那些陌生的,流逝的岁月,就像在这个雨季里,晨雾的花园,朦胧而美丽,点点滴滴,促成最美的青春年华。

(作者单位:连云港市第一人民医院)





机会,只给有准备的人

王龙

2月4日,纽约尼克斯对阵新泽西网队,一场看似平淡无奇的NBA比赛却被一名名不见经传的亚裔小子林书豪引爆了。25分、7个篮板、5次助攻,这位替补出场的球员以惊人的成绩帮助尼克斯一举拿下网队。并从这一天起,这个后生小辈一发不可收拾,带领尼克斯队在NBA的赛场上豪取七连胜,打破一系列记录,引发了蝴蝶效益,颠覆了美国人对NBA球员的种族观念,也在继姚明之后又一位华人牢牢地把中国球迷的目光锁定。

林书豪,1988年8月生于美国加州,身高191厘米,祖籍福建省漳浦县,祖辈移居台湾彰化,父母1977年移民美国,毕业于哈佛大学。先后效力于金州勇士队、休斯顿火箭队,然又被匆匆裁掉。2011年12月27日,他签约纽约尼克斯队,在其转变命运的2月4日比赛之前,他几乎已经被尼克斯队抛弃。NBA规定,球员非保障性合同转为保障性合同的截止日期为2月10日。也就是说,当时具有非保障性合同的林书豪,几乎铁定要在不到一周后被球队裁退了。

事实上,他成功从一名板凳球员晋升首发阵容,从75万美元的底薪,到500万美元的年薪,他的华丽逆转并非偶然。

“除了会传球,几乎啥也不行”,这是2010年春天,NBA选秀大会前,球探们对林书豪的评定。面对球探们偏颇的报告,他选择了“沉默”。他每天早上8点钟准时到球场训练,而勇士队球队的训练一般都在中午才正式开始。除了高强度的训练,看录像带也是他每天的必修课,勇士队的一位助教斯蒂芬·西拉斯每天都会拿来一大堆录像带,给林书豪讲解联盟顶尖控卫是如何打挡拆的。2011年夏天,他拜师谢普勒博士——一位在美国加州从事了34年篮球教学的教练,专攻三分球和跳投。后又师从一名健身

教练,经过一段时间训练,他的体重由91公斤变成了96公斤,多出来的可是实打实的肌肉,垂直弹跳高度则猛增9厘米。他的成功决不是偶然,而是日日苦练的必然结果。

他是一位虔诚的基督徒。NBA知名解说员杨毅称“林书豪有今天正是因为他的信仰。他在非常低谷的时刻,也并不显得苦闷和绝望。他总是说,这是神现在给我一些痛苦,这是他给我的历练,我是终会获得机会的”。对于发生在他身上的奇迹,林书豪自述:我打球的动机是追求“永恒的快乐”,不是输赢的快乐。想明白了这一点,我的心灵就得到了神奇的“安宁”。而这种神奇的“安宁”带来了奇迹的表现。从这一点上来看,他的奇迹便有了进一步解释。

对于球员和球迷来说,他们对林书豪的狂热,更多的是集中在篮球本身。但对于NBA总裁大卫·斯特恩,对于NBA来说,林书豪的意义远大于此。《中国青年报》称“林书豪现在就是NBA在中国的救命稻草”。本赛季,NBA在中国陷入了前所未有的低潮。姚明退役、停摆、赛季缩水、电视转播量减少等诸多原因致使中国球迷对NBA的关注明显下降,而姚明的退役当数致命的打击。我相信,有数以万计的中国球迷了解NBA,喜欢NBA,是从2002年6月姚明以状元秀身份加入火箭队开始的,姚明在赛场上的每一分钟,我们都会有种亲切感,那是中国人在NBA打球,民族情结油然而生。在姚明离开NBA之后,又能有谁来将民族情感与NBA融合交汇的重任担负起来呢?林书豪,华裔,黄种人,这就足够了。

林书豪的瞬间爆红除了其自身的努力外,我们不难怀疑NBA对他的市场运作。NBA在中国市场的开拓需要民族文化强有力的支撑,而林书豪就是他们要找的人。机会只给有准备的人,而你,准备好了吗?
(作者单位:连云港市第一人民医院)