

多说一句话

□王娜娜

秋风乍起,带着丝丝凉意,吹起满地的落叶,发出“沙沙”的声响,琐碎的美丽中似乎多了些悲凉和失落……

往往在季节更替时,到医院看病的人会增多。七点来钟我下小夜班,路过门诊大厅时,看到早早来院等着挂号看病的人们已排起了长队,他们脸上写着恐惧、疲惫和痛苦,最让人心疼的是娃娃的哭喊声,孩子父母甭提有多焦急了。这时,一个乡下打扮的妇人抱着孩子走进了我的视线,孩子大概七、八个月,一直在怀里哭着闹着,妇人脸上满是心疼,焦急地看着大厅墙壁上的标识,东张西望。看着真让人不忍心,我想走过去看看能不能帮上什么忙,这时一个身材高挑的导医抢先一步走到妇人面前,一脸温和的笑。

“大姐,孩子不舒服呀?”

“你是谁啊?俺不认识你。”妇人赶忙抱紧怀里的孩子。

“大姐,你别误会,我是门诊导医,不是骗子。”导医解释道。

“哦。我还纳闷你怎么和我打招呼呢?”妇人这才放下心来。

“呵呵,大姐,看你抱着个孩子着急的样子,我估计你是找不到路了,我这不也就是多说一句话的么。”

“是啊,是啊,孩子病了,俺不知道找哪个

医生看,医院太大,俺也找不到地方,心里急啊!”

导医一边带着妇人挂号,一边安慰道:“别急,大姐,孩子病了,做母亲的肯定比谁都着急,你看啊,挂号的门诊从左边的那个楼梯口上去,往右边第一个门就是的了。”

看着这一幕,我笑了,心里满满的……或许就是一句简单的问候或是提醒,让那些身体备受疾病折磨的患者、患者的亲属感受到一点心理上的安慰吧!

一句话在我们看来真是顺口的事情,但对病人及其亲属来说,或许就是雪中送炭。有时,我们只是多说了一句话,就能让那些在困境中跋涉的人如沐春风,给他带来阳光和明媚,少走许多弯路。真诚地希望大家在工作中多说一句话,多说一句话不会让我们难堪,更不会有失身份,多说一句话更折射出人性的美好,增进我们彼此之间的信任感。

看着明净的天空、满园的秋色,心胸豁然开阔了许多,长吁一口气,感受阳光的普照、秋风的抚触,不再觉得那丝丝凉意有多悲伤,竟有一种翩然的酣畅,豁然开朗,原来这是个充满馨香和美好的季节,只因你我多说的一句话,温暖了世人,也温暖了自己!

他人往往需要的并不多,只需您多说的那句话。真的!

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09月30日

2012年第03期
(季刊 总第3期)

编委会

主 编:李小民
副 主 编: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
执行主编:李小民 仲伟茂
编 辑:王 龙 杨光礼 高 峰
江 荣 周 源 胡 静
刘 乐 薛 梅 许龙龙
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:江苏省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

卷首语

01 多说一句话

本刊特稿

04 了解自己,与压力共舞
09 从医学人文视角反思医疗纠纷与医患关系

工作论坛

12 关于医疗设备管理的几点思考
15 坚持创新驱动 增强医院核心竞争力
17 强化持续质量改进 全面提升优护内涵
19 院感角度上的 JCI 认证点滴
21 团结 和谐 发展

佳作欣赏

22 从吴淞口出海
23 爆炒毛海红
24 陪儿子乐活“星期八”
25 又见炊烟升起

美文悦读

27 拔火罐
28 蒲扇
29 感恩父母
30 初为人母
31 小孩不小
32 幸福
34 幸福
35 丢了自己,要记得捡回来
36 做个坚强的玉米
37 生命之恋
38 桃花源船山飞瀑
40 阅秋
41 茉莉人
42 中秋时节桂花香
43 月圆中秋

杏林人物

- 44 一片丹心献患者
- 46 他用奉献写人生
- 48 孜孜不倦攀登医学高峰
- 50 扎根东海 矢志不渝

天使风采

- 52 青春无悔
- 53 年轻护士的阳光心态
- 54 朝抵抗力最大的路径走
- 55 浅谈护士修养
- 56 我是护士我骄傲
- 57 刹那芳华
- 58 因授予幸福而幸福
- 59 我奉献,我幸福

医德医风

- 60 发扬一麟精神,真诚服务患者
- 61 医生的信仰

礼仪之窗

- 64 医疗机构从业人员基本行为规范
- 64 管理人员行为规范
- 65 医师行为规范
- 65 护士行为规范
- 65 药学技术人员行为规范
- 66 医技人员行为规范
- 66 其他人员行为规范

智慧生活

- 67 我们身边的隐形福利
- 68 别人没那么在意你
- 68 学会原谅 懂得宽容
- 69 宋茹漫画
- 70 王娜娜漫画
- 72 莫言经典语录

苍梧片影

- 73 观音庵
- 74 百子庵

新书快递

- 75 何谓文化
- 75 林丹自传:直到世界尽头
- 76 无后为大
- 76 花冠病毒

医讯传真

- 77 卫生部陈虎处长来市一院作《三级综合医院评审标准与实施细则》解读讲座等

健康讲堂

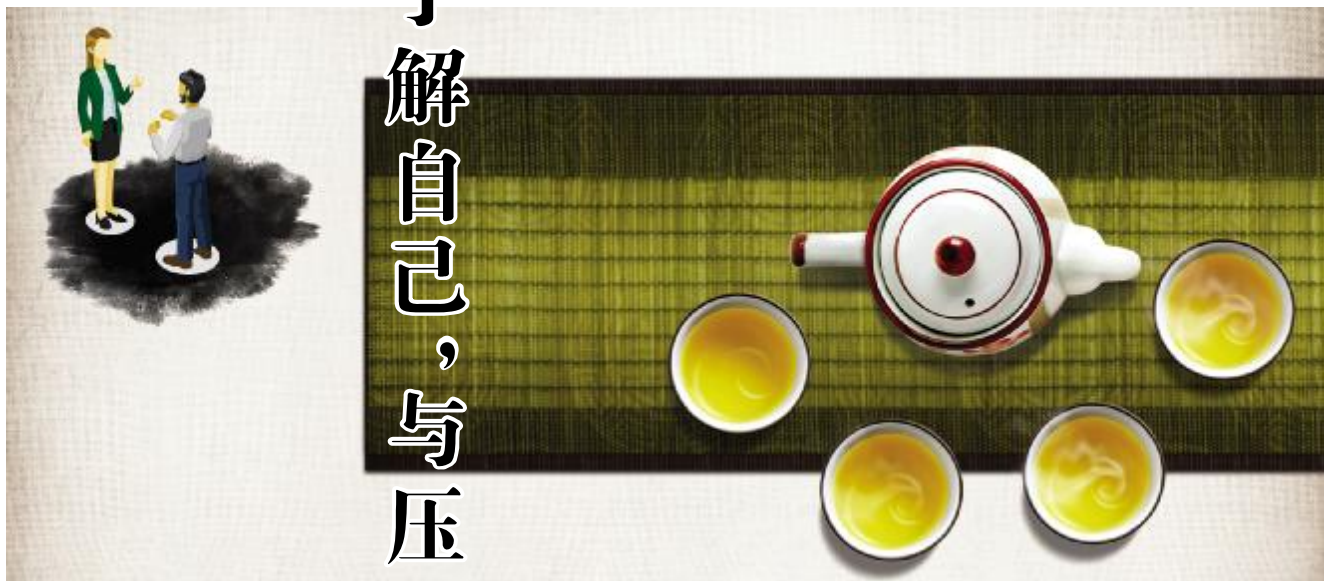
- 86 秋季,该如何保健养生等

文体看台

- 90 医院文化建设的名片
——连云港市第一人民医院院史陈列室
- 91 淡泊功利 重拾本心
- 92 明朝,那些事儿
- 94 你为谁工作
- 95 做一个正直、真诚、坚强的人
- 97 永不服输
- 98 生活,因我而存在
- 99 拿什么重走你,我的青春
- 100 车贴文化
- 102 你不是一个人在战斗

了解自己，与压力共舞

□ 石卉



随着社会、经济的快速发展，生活节奏越来越快，人们往往感到压力越来越多、越来越大。压力大已成为都市人的普遍问题，其直接的后果就是身体和心理的亚健康乃至疾病。“压力山大”就是都市年轻人对这种压力状况的戏称。有人感受到压力来自工作，也有人感受到压力来自关系，还有人感受到压力来自生活、家庭、教子等一系列生活和工作问题的联合困扰。

压力是好是坏？有人说好，有人说不好。那什么时候好，什么时候不好？适度的压力可以带给我们动力，过度的压力则有可能把我们压倒，压扁。人只要来到这个社会上，就一定会跟压力相处。每一位母亲在临盆之前，一个特别重要的信号就是镇痛。镇痛是什么？镇痛是母亲在准备生产之前的子宫收缩，子宫收缩就是在制造压力，帮助胎儿通过产道来到这个世界。所以，一个人来到这个世界，非常重要的信号就是压力来了。于是，生命诞生了。我们生活在这个世界上，压力如影随形，每天都能感受到

压力。如果我们能跟每天都要在一起的朋友和谐相处，甚至可以和他跳上一曲华尔兹，那生命将会非常精彩和美丽。

当我们还是孩童时，我们对世界充满着好奇，我们有活力，有勇气，并且无所畏惧地去探索这个未知的世界。今天，我们慢慢地长大成熟，在成长中不断积累生活经验，也慢慢地开始不再像孩子一样那么有勇气了。我们每做一件事情前会考虑，是否会因此受伤害。我们在成长历程中会经受许多伤害、挫折、打压与否定，这些经历在我们的内心深处都会有非常深的烙印，所以，它在保护我们的同时，又阻碍了我们去探索新的世界。未来的每一天都是新的，未来的每一天都充满着希望，可是未必我们每一个人都如此充满热情、充满激情，为什么？因为我们在过去的经验里面有太多的记忆，它经常会告诉我们，这个不可以，这个不要做，这个人不能相信，这个人要离他远一点……

压力常常是我们成长经历中非常深刻的记忆。

在我们的成长记忆里有很多的压力状态,而在这种压力状态下,我们都会自动化地出现一些行为,这些行为是我们过去的经验,是爸爸妈妈交给我们的,或者是我们自身习得的。这里,我跟大家分享一个心理学概念——“习得性无助”。

大家是否有拖延的坏习惯?比如一件事情,明明今天可以做完,非得等到明天做,因为后天才交。或者是后天交作业之前的两分钟才完成。有些事情也是这样,明明觉得这两天可以做,可是拖啊拖啊,有的时候就拖没了,有的时候就拖迟了。为什么人会拖延呢?因为缺少动力。我们恋爱的时候会拖延吗?期待恋人,心里痒痒的,时间怎么还不到呢?明天的约会今天就开始盼望。那个动力很强,对吗?为什么今天面对工作、生活中的一些琐事的时候,我们没有那么强的动力了呢?就是因为,我们从小到大的成长经历中积累了太多这样那样的无助感,这就叫作“习得性无助”。

有一个实验,把一群狗分成三组,第一组小狗放在笼子里,让它们受电击,同时笼子里有一个开关,当受到电击时,只要小狗触到开关,电击就停止了。第二个笼子里,没有任何装置,只有第一个笼子里的狗触碰开关,第二个笼子里的狗才会免受电击。第一个笼子里的狗是有机会停止电击自救的,而第二个笼子里的狗,它们完全没有机会自救,只有等待,说不定什么时候就没了。第三个笼子里的狗,没有外界电击。经过一段时间的测试,实验人员发现有一个怪现象,只要电击一开始,第一个笼子里的狗一定会尝试触碰开关。第二个笼子里的狗,无论怎么电击,它们都没有反应,因为它们知道,只能听天由命。然后,把三个笼子里的狗放在一个新的笼子里开始电击实验,三群小狗反应各不相同。类似的实验还有很多,生存实验中,有希望的动物生存的时间更长。所以,希望可以给人们内心带来强大的动力。

压力是什么呢?压力是长期形成的,在生活中、记忆中,经常可以感受到的一种认知和行为体验过程。压力分两种:一种是物理的,一种是心理的。物理的是躯体感受的、是有形的,是我们知道其来源、大小与逃避方式的。上述实验中,小狗面对的就是物理的压力。心理的压力是个体在生活适应的过程中的一种身心紧张状态,它源自于环境要求和自身应对能力的不平衡,而这种紧张状态倾向于通过非

特异的心理和生理反应表现出来。这里我们探讨的是心理的压力。

这个与生俱来如影随形的压力带给我们的感受有哪些呢?从小到大我们会在不同环境下、不同情境里感受到压力。大的压力比如说高考、择业、择偶、结婚。这些都是人生大事,在这些人生大事面前我们都曾感受到很大的压力。比如高考,考试之前有压力、考试之后等分数有压力、上哪个学校报志愿有压力……所有的这些都留下了很深刻的印象。小的压力,比如在工作岗位上随时随地都会有评比、面对疑难病例的处理方法、回到家里孩子慢慢长大带来的一系列问题……我们也会有压力。当压力来临的时候,我们会有非常非常多的反应,我们以为它不好,以为是这件事出了问题,其实是我们生命中的压力状态来了。

压力来的时候会有什么反应呢?第一,压力状态是身体指标,或者叫作生理指标。你的头会告诉你:紧张性头痛、分散性头痛、偏头痛;你的头发会告诉你:灰发、白发、掉发、头皮屑;你的皮肤会告诉你:痤疮、黑眼圈、皱纹;你的胃会告诉你:腹部鸣响、腹泻、便秘、胃溃疡;你的肌肉会告诉你:肌肉紧绷、肩颈酸痛、背部僵硬疼痛;你的睡眠会告诉你:失眠、浅眠;你的“好朋友”会告诉你:生理性失调……这些生理的症状叫作“躯体症状”,是医生经常会遇到的。凡是有了躯体症状的时候,说明已经到了压力状态的极点。

最近,我在很多高校对高校教师开展“积极心理学”的教学活动,探讨我们的教育是否可以从积极心理学角度进行教育,而不是从挑错误开始。同样,我们的医学是否也能发展进步到我们不只是去找病灶,而是从正向的角度去评价一个人的健康状况。如果有一天,检验单分为优秀、良好、合格以及您离健康还差多少,这对于一个人的身体恢复将会起到更好的效果。我们不妨在工作岗位上去做一些新的尝试。

从心理学角度讲,从正向的角度去关注一个人的话,他的心理状态、情绪状态、关系状态会越来越好。我们的医学也完全可以做到如此。压力最大的四大高危职业,医生是位列其中的。为什么?就是因为我们的工作状态永远是在找问题,形成了职业习惯,永远拿着放大镜去找还有哪里不够好,目光总是盯住负面的问题,现在医学的视角就是找问题。



然而,一些发达国家已经开始转变医学观念,认为医学不仅仅是关注疾病本身,还应关注病人所面对的人际关系状况和内心的压力状态。

再分享一个理念,“很多人的病是自己盼来的”。很多人说“你就气我吧,早晚有一天你就把我气病了。我生病,就证明你错了”。还有人盼望自己生病,“哎呀,我忙死了,干脆让我病上一场,生病了我就可以休息。”还有很多时候,生病才是堂而皇之的逃避。我们的教育、环境氛围是没有这样的意识去关注关怀一个人的情绪、心理状态、家庭状况的。我们不习惯,因为这是我们的隐私。我们很少有人公开说“我今天不开心了”。今天天晴还是下雨,我们是可以公开讨论的,但是我们的内心是晴是雨,多数人是不会说出来的。

第二是情绪指标。情绪指标是身体指标之下的,也就是说先有情绪指标后有身体指标。人们会容易发脾气、容易生气,特别是女性在生理期的时候,情绪的反应特别明显,有时还会感觉抑郁、觉得什么都没有意思。当外界要求超过自身的能力时,就会有失控感、无助感,缺乏信心。有太多的要求加在自己身上,因而感到心里枯竭、厌倦,越是在人多热闹的时候,越是觉得孤独。这就是情绪状态,而我们也很少有意识地去关注它。大部分人会觉得是自己哪里不对劲,是谁做得不够好。我们要么就是朝外指责,要么就是向内自责、内疚。我们缺少一种中间状态,所以,我们内心的压力常常被忽视。

第三是心理指标,即我们内心的一种很冲突、很纠结、很烦躁的状态。这种心理状态,常常我们不会关注它,反而习惯逃避,比如置身到热闹的环境里逃避,或者让自己上升到头脑中去评判。而且,我们所有的分享都只是在关注结果。“我这段时间很烦躁”,如果你回到家跟你的老公说,老公会说“那别去想那些烦躁的事情就好了”。当我说我烦躁的时候,他不会说“你有什么事情让你烦躁”。我们不会分享,却马上制止说“那就不去想吧”。这叫什么,这就叫关注结果。在关注结果的探讨中,我们的内心是被忽略的。我们内心的情绪、心理感受是被否定的,我们认为有情绪是不好的、心里烦躁也是不好的,我们要快点好起来。这些现实,让我们没有机会,也没有意识去关注自己。所以当内心世界出问题的时候,就开始对日常琐事犹豫不决,记忆力明显减退,常常做出错误的决定,也常常对自己的决定和处境有负面的思考,还有就是不允许自己有情绪,这些都是心理指标的表现。

第四是行为指标。行为指标很具体,我们很多人的行为会出现偏差、做错事、说错话、太冲动、太急躁、睡不好、喝更多的酒、抽更多的烟、做一些无意义的事情。我曾经接待过一位来访者,19岁,上大。他的爸爸说,这次假期回来发现他一去卫生间能待半个小时,也不知道他在干什么,敲门问怎么了,回答说没事,不用管我,这个小孩一直没跟他爸爸说。后来,到了我这里才说是在给肥皂盒排队,大的、小的,红的、蓝的排队,只是在做这些无意义的事情。为什么会这样?因为只有这些无意义的事情是他可以操控的,更大的焦虑令他无法面对现实,所以他就逃避去做无意义的小事情,这在医学上定义为“强迫症”。例如反复地关门、反复地洗手,曾经有一个患者,每天睡前要无数次地检查门窗有没有关好,上完卫生间后拧水龙头要拧十分钟,要把水龙头关到刚刚好的位置,认为关得紧了对螺丝不好,关得松了会漏水。

压力到底是什么?很简单,就是天秤的两端失衡了,一端是自己或他人对自己的要求,或自己对他人的要求,叫作“要求”或“期待”,另一端叫作“承受力”,包含自己和他人的承受力。当要求太高,承受力不足时,天秤就失衡了。同样的要求,承受力不同,天秤的反应也会不同,这取决于中间的“个体差异”。要求是压力的来源,承受力是压力的管理,如何管理压

力,首先是面对、正视它,然后去寻找方法,提升自己。当你正视压力的时候,在很多情况下,压力可以自然化解。但是我们大多会自动地选择逃避。我们保护自己的方式,不是成人时形成的决定,而是儿时形成的决定。比如,儿时友谊受到了伤害,于是长大了做出一个决定:没有一个人是可以相信的。儿时的决定在掌管着成人的自己,是不是很幼稚呢?

现实生活要求人们去适应环境,适应的过程就会产生压力。压力有四大来源:心理性、生理性、社会性和文化性。心理性是指在每个人的心中都有满足基本需求与达成愿望的想法。如果这些需求遭受挫折,就会产生心理压力;生理性是指对躯体产生直接性损害的刺激,如各种疾病、环境的噪音、温度变化等;社会性是指社会生活中所发生的变化,广义如政治动乱、战争、社会经济制度的变革等,狭义如工作环境的变动、家庭成员的重大生活事件;文化性是指迁徙、移民或是跨国旅行时,因为生活方式、语言的不同而产生的适应压力。

压力源控制三步曲:列出清单、调整认识、采取行动。

第一步:列出清单。请列出导致你有压力的因素和事件,以及你是如何处理这些问题因素的办法。真正的压力不仅包括我们现有的压力,还有很多记忆中的事情。我们看到的不是真实的世界,而是经过自己解读之后的世界,我们看到的永远是镜子里的世界,而不是真实的世界。应该列出什么样的清单?列出的也许不是你当下所面临的压力,反而是过去曾经有过的、不愿面对的、不想去探讨的耻辱和很糟糕的事情。这时候最需要一份同情心,人们要为自己流泪,为自己感动,对自己慈悲。所以,压力管理是什么?压力管理是清楚地认识自己,看到自己的需要,看到自己的好。别人伤害了你,不要让自己再加倍伤害自己。所以,压力不只是来自于外界,有时来自于自己对自己的不接纳。电视剧《我可能不会爱你》中有一句经典台词“我来做你的镜子,来看一看,你有多可爱,你有多好,你有多么地值得。再也不要为那些不值得的人流泪。”听到这句话的人,内心会被滋养、被认同、被鼓励。我们每个人在最脆弱的时候,不需要别人,只需要你自己深呼吸,对自己说“我要看到我有多好,我不再因为别人来伤害我自己。”所以,列清单是列出在今天的压力状态下面对那个人对你说了什么、做了什么、

让你觉得很无助。清单列得越详细越好,越多越好,所有的清单都是在帮助我们自己,给自己一份关怀。

第二步:调整认识,也叫重新认识。调整认识是正性赋义,即对所发生的事情正向赋予意义。当你觉察自己有一份压力时,要对自己说“当初压力来的时候,自己是怎么反应的,为什么有这样的反应;而现在是一个机会,这个机会帮助我重新认识自己给自己一份关怀,拥有一份力量。在这么糟糕环境下能做到这样,其实我已经很了不起了。”有了这样的机会,就可以去示弱、去求助、去承认“允许自己脆弱”,呈现出自身脆弱的一面。所以,请记住一句话“敢于示弱的人才是真正强大的人。”当一个人呈现脆弱的时候,就会特别有气场,周围很多朋友就会帮你。正向赋义就是排除单向思维,进行双向思维,重新定义,重新认识。

第三步:采取行动。遇到今天的或几天之内可以处理的压力就要马上行动。将来发生的,一时不知如何采取行动,就要等待时机。立即行动,可以最先做到的一件事就是给自己一份同情与关怀。我们为什么有这么多的来自过去的冲突与纠结?我们父辈教育我们做过的事情,不管对错,我们通常也会教给我们的孩子。我们来看“教子戒条”:过分满足、经常替代、过度保护、担心过多、指责迁怒、凡事比较、培养内疚感、家长命令。

接下来,向大家介绍一下冰山效应。学过物理的都知道,常规条件下冰与水的密度比一般是9:10,即冰浮在水上,有9/10在水下部分,只有1/10的显露在水上面。通过了解那个9/10,我们就可以理解那1/10;如果没有了那个9/10,那1/10也就没有依存的根据了。如此引申到一个人的行为上,就是任何一个人的一些外在行为就如同这1/10,我们看到的只是表象,只是一点而已。故而,我们要去了解一个人,理解一个人的行动,往往要先去了解这个人的成长经历、所形成的价值观,还有信仰等。这就是所谓的“冰山效应”。

产生压力的冰山效应(见图1),按照从上而下的顺序,可分为行为、应对方式、感受、观点(信念、假设、认知)、期待(对自己、他人、来自他人)、渴望(被爱、被接纳、被认可、有意义)和自我(生命力、精神、心灵)。所谓应对方式,是指压力状态下的求生存自我保护方式。采取适当的应对方式,可以帮



图1

我们认识自己。应对方式是一扇窗，帮我们看到内心的需要；感受是一扇门，帮助我看到完整的自己。然后，更深刻的

一点叫作期待，每个人失望的背后都有一份期待。接下来，叫作渴望，每个人都有渴望。人际关系中的黄金定律是把你渴望的东西也给予对方；人际关系中的白金法则则是不要你喜欢的方式对待别人，而要用别人喜欢的方式对待别人。我们为什么渴望爱、渴望关怀，因为我们认为自己值得爱、值得关怀。我们要想在这个世界上生存，就要处理好三种关系，与自己的关系、与他人的关系、与世界的关系。

如何提升承受力，有效管理压力？以下这些方法可以帮助缓解心理压力，不妨一试。

- 准备一条冷毛巾，随时擦脸，以助清醒。
- 脱掉鞋袜，用脚尖走路，走上几分钟，心中的烦恼便会跟着走掉了。
- 找一位乐观的朋友或同事倾诉，发泄一下情绪。
- 喝一杯酸梅汤或果汁醋，疏通肝气。
- 闭上眼睛，尽力想身体后面的景物，平衡前

后脑的压力。

- 读你最崇拜人的格言，并认真思考，有镇定的作用。
- 多赞美及鼓励自己，不要遇到挫折就苛责自己。
- 做到晚上十点前睡觉，早上六点起床。
- 多看喜剧片，开怀大笑一番。
- 简化自己生活及欲望，因为生活越复杂，压力就越大。
- 自己动手做东西，会使你更满足，更快乐，如烹饪或做自己最喜欢的事。
- 不要总是抱怨麻烦事情落在自己头上，而是要想老天让我与日俱增经验和智慧，生活因此更丰富。
- 经常到书店走走，读一些励志的书籍、漫画及幽默文选。
- 不断告诉自己，要能容纳别人不同的观念或行为。

另外，舒缓压力还有七妙招：呼几口气、放一下松、冥一下想、流几滴泪、听几首歌、看几本书、运几下动。

缓解压力、释放压力可以让你轻轻松松做回自己。请你闭上眼睛，深深地吸一口气，慢慢吐气，再一次深深吸气，慢慢吐气，想象你的面前站着你自己，去面对你自己，保持深呼吸，你有多久没有跟自己面对面了？看着你自己，想着你的过去……当我们真的和自己的生命作如此呼唤的时候，我们不仅可以了解自己，而且可以改变自己，可以跟我们如影随行的压力，跳一支华尔兹，享受每一天的精彩生活！（本刊编辑根据石卉教授在连云港市第一人民医院讲座时的录音整理）



个人简介：

石卉教授，全国著名成长心理学专家、中国智慧馆首席心理导师、发展教育心理学博士、萨提亚中国总部首席培训师、青岛成长心理研究所所长、央视、山东卫视、心理月刊等多家媒体的心理学嘉宾。



从医学人文视角 反思医疗纠纷与医患关系

□王岳

医生现在缺少的是什么,我觉得我们缺少了知识分子最重要的东西——职业幸福感。医务人员上班不开心,没有激情;走出去缺少一种冲动,一种向人介绍自己是一名医生的冲动。

深圳龙岗区一家医院的医护人员头戴钢盔、手拿棒球棍上班,这反映出一个现实:今天的医患关系已经成为这个社会最不和谐的关系之一。没有人能够否认,改革开放30多年来中国卫生事业的进步是非常明显的,但是也存在一个最大的问题,就是现在卫生部提出的,病人满意度的问题。各方面都在进步的同时,病人满意度却在下降,这是什么原因?我觉得是现在国内的卫生行业解决问题的逻辑出了问题。我们解决问题的逻辑叫“你对不起我,就别怪我对不起他”。这在法学上叫强盗逻辑,经济学上叫丛林规则,按照老百姓的话就叫“欺软怕硬”。

一名头部受伤的患者到医院检查,医生建议他做头部CT检查,病人却问:“医生,能不能不做?你别骗我的钱行吗?”在医患关系中没有信任存在的情况下,医生逐渐在退缩,经常询问病人“你想怎么治?”使得自己越来越不像医生了。在“产妇拒绝签字,医生强行剖宫产”事件中,卫生部发言人邓海华表示:医务人员在患者生命垂危的情况下采取紧急措施,是对患者生命权的充分尊重,履行了医务人员应尽的义务,符合法律精神。

中国南方国际心血管病学术会议记者招待会上,著名心血管病专家、北京大学人民医院心脏中心主任胡大一教授说,医生对“可查可不查的一定要查,可救可不救的一定别救”的言论一片掌声,让人义愤填膺。如果真的放任医生滥开检查,那我们还要医学和医生干什么?他呼吁,医疗界要倡导医学人文精神,医生一定要有为病人服务的理想。

2005年,一位芝加哥大学的教授到北大,给北大的医学博士上课,教授给每个学生发了一张纸条“请从医学角度回答,人是由什么组成的?”学生都写了“Cell”。教授接着又发了第二张纸条“请从医学角度回答,狗是由什么组成的?”学生都写了“Cell”,但没有人交卷子,大家面面相觑,觉得好像哪里不对了。教授说这就是你们中国的医学教育,你们的医学教育叫苏联式医学教育,被称为生物医学模式下的医学教育。最大的问题是,从一进入医科大学所学的所有课程都是阐述生物属性,组胚、解剖、生理、病理、病生、内、外、妇、儿,这样培养出的医务人员我们是不认可的。

2009年台湾开始承认大陆的学历,只承认“985”41所大学的学历,所有专业都承认,除医学外。为什么?台湾认为有50%的医学课程没有开,课程就是《改革开放30年来中国患者最大的改变》。美国2005年预言说我们的医疗卫生会出大麻烦,因为医务人员已经不能满足当今患者的要求了。

人与动物最大的区别是什么?我们的医学教育从来没有讲过,美国教授在学生答案“Cell”后面写了个“R”,人与动物最大区别不在于生物属性“Cell”,而在于社会属性。什么可以代表社会属性呢?答案是“R”(Right 权利, human right 人权)。现在,人们的权利意识开始苏醒并且快速地膨胀,而我们的诊疗环境、服务意识却跟不上环境的变化、病人的需求。

我到北医三院肝胆外科,一位带教医生跟我说,“王老师,因为你们讲法律讲得病人不让摸不让碰,前几天,我带着学生查房,指着床上的病人刚说,大家看这个病人早期肝硬化,大家在我的指导下,逐个扣一下肝区。病人从床上蹦起来说,凭什么扣我一个人,要扣大家轮着扣。”肝区没变,病人的权利意识变了。但我们缺少解决问题的办法。那个老师讲,我们不缺少

办法,看见门口牌子了吗,北京大学第三临床教学医院,你的腿迈进了我们的大门,你就和我们医院形成了医疗服务合同关系,这个关系中附带了一项义务——临床教学实习。

同样一个问题,不同的人有不同的解决方法,不同的民族有不同的解决方法。《希波克拉底文集》是指引西医几千年发展的思想汇编,被推崇为西医的圣经。文集中里面有解决医患关系的方法,希波克拉底把医患关系称为师生关系,病人是老师,医生是学生,医生就是一辈子抱着从病人身上学习的心态而执业的特殊职业。每天病人用疼痛、鲜血,甚至生命来增长你的见识,提高你的技能,所以你必须抱着一颗感恩的心态面对你的病人。你要感谢病人,让你成为医生,养活了你的家老小。这就是西医讲的尊重病人。

中医讲的医患关系和我们今天的思维模式不同,中医讲“求医问药”。医生总是认为病人是求我们的,我们有恩于病人。日本某所医院的带教医生说:“同学们,明天我们到肝胆外科去见‘老师’去,你们回去做一下准备。”学生们都明白明天会有一个拜师仪式,他们凑钱买了一支牙膏,包装精美。第二天,在老师的带领下,来到病床前征求病人的同意,“先生,这些是我的学生,他们特别希望您给他们一个机会,在我的指导下做一些检查和治疗,如果您愿意给他们这个机会,那么您也是他们的老师了。”所有学生,90度鞠躬,牙膏献上。北医三院照着做试了一试,效果不错。病人是在乎牙膏吗,不是的,二三块钱的牙膏传递了人与人之间最重要的一项价值观——尊重别人。

医学人文精神的第一元素:人本

现代医务人员必须反思的三个医学观点:第一,医务人员行医的目的是什么?第二,医务人员每天的工作是和谁做斗争?我们最大的敌人是谁?第三,医生最重要的本领是什么?

医学有三个“六”,人类命名过的疾病大概有六万种,药物和手术刀可以完全治愈的疾病约占全部疾病的百分之六,有百分之六十的疾病可以不用治疗而自愈。希波克拉底说,医生有三大法宝,药物和手术刀不是治疗疾病的主要方法,治疗疾病最主要的方法是语言。达尔文曾说过,“疾病是除战争和灾难之外唯一筛选弱势群体的途径和方法。”现在对医生的要求已经不仅仅是救死扶伤了,医务人员行医的目的究竟是什么?

著名的“小丑医生”、西弗吉尼亚州的儿科医生亨特·派奇·亚当斯说,医生就是帮助别人的人。他说,我

认为行医的目的不是不让人死,人不死是不可能的,如果一个医生把救死扶伤作为行医的唯一目的,那么他要么成功、要么失败,而他最终往往以失败告终;如果一个医生把帮助病人减轻痛苦、提高生活质量,更重要的是找到快乐作为行医的目的,那么他永远是成功的,不存在失败。

医生最大的敌人是冷漠。南京市儿童医院一位母亲三次跪在一个医生面前,求那个医生到病房里去看看自己的儿子。为什么她要用那么极端的动作去刺激那个医生,因为她觉得这个医生的冷漠已经到了无法融化的地步,所以她下跪。她问医生:“你怎么在电脑上花的时间就比在我儿子身上花的时间多呢?电脑里有什么?”如果你们明天做手术把那台手术当做你人生最后一次手术,把明天值夜班当成你人生最后一次值夜班,你就不可能再有冷漠,你一定会和助手说:“我自己缝。”所以,医生最大的敌人就是冷漠。

医生是最擅长和陌生人交谈的职业,医生最重要的本领是与人面谈的技巧,就是和人打交道的能力。钟南山说过:“我也是从小大夫做起的,我怎么一辈子不被告,我怎么觉得做医生是最快乐的职业。”医生与病人的关系,取决于一个变量,这个变量大,医患关系好;这个变量小,医患关系差。这个变量就是时间,时间决定一切。你花在病人身上的时间决定你和病人的关系,当然,必须要减掉查房的时间。没有时间就没有和谐医患关系。我们的医生最大的问题就是除了查房不会主动和病人说话,这是最大的软肋。所以,钟南山院士说:“我做医生就有一个窍门,看完病再和病人聊一分钟疾病以外的事情,和病人交朋友。”钟南山说,当自己抱着和病人交朋友的心态出门,这样就不累,很开心。

医学人文精神的第二元素:仁爱

医生除了冷漠,还面临一个严重的敌人,就是傲慢。我的研究生总结出,医生出诊中最讨厌的五类病人是:教师、律师、记者、公务员、医生和护士。与其讨厌学习型病人,不如培养学习型病人。唯一提高病人依从性的方法是让病人像医生一样专业。这就是“知情同意”。钟南山院士认为,这些年医生与病人的关系越来越糟糕的原因是在市场经济的刺激下医务人员的人文精神沦落了。胡大一说,这些年中国医生已经不会做医生了,医生脑子里的“消极保护”指导思想把他们害了。消极保护是“可查可不查的一定要查,可救可不救的一定别救”。河北有一家三甲医院把《手术同意书》改名为《手术自愿书》。我的学生在医科大学学得挺

好,一进临床就变样了,我的学生跟病人说话都战战兢兢的:“你说吧,你想怎么治?”病人就说:“大夫,你要是我,你怎么治啊?”学生说:“这个比方不恰当,你是你,我是我。ABC三种方案我都说了,接下来就是你的选择。”我们已经把医学行业彻底变为“来料加工型”行业。

《中国青年报》社会调查中心通过调查网,对全国12575名公众进行调查:你认为以下哪些职业失去操守的现象最严重?调查结果显示,医生这一职业名列调查结果榜首。我国的道德教育被西方称为利他主义教育,西方推行的是利己主义教育——帮助和保护今天的弱者,就是帮助和保护明天的自己,这句看似及其自私的话却使得西方的公民更有责任感。因此,我倡导医生的座右铭应该是“病人好,我才好”,大家经常默念这句话,就会有强大的精神力量。

控制治疗风险最好的方式是“仁爱”。有时去治疗病人,常常去帮助病人,总是去安慰病人,用爱心和行动去感动每一位患者,把尊重、理解、关怀病人落实到以人为本的各项医疗服务中,打造优质服务品牌,构建和谐医院。

医学人文精神的第三元素:公益

医生面临的第三个严重的敌人是贪婪。我将医生分为三类:第一种,一辈子不拿回扣的医生;第二类,拿回扣,但严格把握手术和用药的指征,我个人认为,这样的医生应该也算是好医生;第三类,图财害命型医生,不仅贪财,而且漠视病人的生命。北京协和医院的老院长对医生说,你们每天晚上都应该做一个功课,躺在床上,闭上眼睛,想一下今天在医院的所作所为,然后问自己两个问题:一、我还像医生吗?二、我还像人吗?

北京有一个真实的案例:一位就读于北京名牌大学的女大学生是当年河北省的文科状元,她和几名同学爬香山,由于出汗着了凉,晚上发了高烧。同学将她送到北京一家三甲医院发热门诊,值班医生简单询问了病情,就直接下处方,为女孩输液——四代喹诺酮,

此药2007年才在中国上市,是2005版药典都没有的抗菌素。这个女孩在注射完该药物后,身体出现了极大变化:双目失明,她出现了帕珠沙星的ADR,粘膜溃烂,腺体不分泌腺液,眼球和眶内组织相粘连,双目失明。经鉴定为抗菌素滥用。卫生部的《抗菌素指导原则》明确规定:轻症感染、意识清醒的病人,首选口服药;意识不清、重症感染,选择肌肉注射,静脉给药;当症状得到控制、意识恢复,要立即调整回口服用药。而且,帕珠沙星的第一条注意事项就是,该药物使用必须有指征,必须进行药物过敏试验。但这家医院的这位医生没有按照规定行医。这些年,我倡导,在年轻的医生拿到处方权之前,应该有一个仪式,让病人授予医生处方权。

商业贿赂在医疗领域出现,不是简单的违法行为,医生收受商业贿赂超过5000元,就将被定为非国家工作人员受贿罪。从此之后,普通医生收受药品回扣和医疗器械的回扣就算是犯罪了。有人认为回扣违法,折扣只要如实入账就不违法,这个观点是不对的。即使入账,如果你违反《中华人民共和国反不正当竞争法》的规定,也可能构成商业贿赂。根据《反不正当竞争法》的规定,折扣只允许以现金的方式体现,可以是支票,也可以划账,不允许以钱以外的东西体现。我国判断商业贿赂的回扣和折扣的分水岭就在于一句话,“这个利益会不会足以动摇你获得更多的成交机会”。还有一个观点就是集体决议一样要追究责任。《刑法》第387条中规定,事业单位(医疗机构属于事业单位)索取非法收受他人财物,为他人谋取利益的,情节严重的,对单位处罚金,并对其直接负责的主管人员和其他直接责任人处5年以下有期徒刑或拘役。

希望大家知道,什么可做什么不可做,大家面对的诱惑是很多的,一个人首先要对自己负责,然后是对家人负责,如果家和谐了,社会就和谐了。(本刊编辑根据王岳教授在连云港市第一人民医院讲座时的录音整理)



个人简介:

王岳,北京大学副教授,兼任中国政法大学卫生法研究中心研究员。现任北京大学医学人文研究院院长助理、医学伦理与法律研究中心副主任,北京大学医学部卫生法教研室副主任,北京大学医学部法律事务小组负责人,北京大学生物医学伦理委员会委员。



关于医疗设备管理的几点思考

□ 李家树

随着我国经济的发展,医院的医疗设备也逐年增加。先进性的设备代表医院的能力和水平,在医院经济收入中占有重要的地位,也是开展医疗、教学、科研的必备条件,在体现医院综合实力上占据越来越重要的位置,成为衡量医院现代化水平的一个重要标志。但从另一方面来讲,也必然出现一系列设备管理方面的问题。科学引进医疗设备和合理应用医疗设备,使其在医教研工作中发挥应有的作用,是医院对医疗设备管理的最终目的。医疗设备不会自动实现价值,实现价值要靠有效地运作和科学地管理。解决医院大型设备管理中的问题,提高医院设备管理水平,已成为医院设备管理的重要任务之一。以下就有关医疗设备管理中存在的问题及对策谈谈自己初浅的认识。

一、医疗设备管理中存在的问题

(一)设备购置论证存在不足

从宏观上看,中国医院的医疗设备,特别是大型医疗设备分布不均匀,有部分设备开机时间明

显不足,暴露了设备利用率与配置不合理的问题。从微观上看,医疗设备的配置缺乏长远规划,过多地考虑经济效益,而对医疗设备的功能开发和深度利用等因素考虑较少。在制定设备采购计划时,片面强调设备的高、精、尖,致使部分设备的功能得不到有效利用,从而使设备配置从以往数量上的闲置逐步转化为更严重的技术上的闲置,资金浪费从有形向无形转化。特别是受科研课题需求地影响,少数科室对高端设备投资的热情高涨,从而加大了设备的高投入低产出,加剧了使用效率的下降。

(二)管理模式及制度不完善

目前,大多数医院仍沿用老式人工管理模式,医疗设备的信息化管理水平相对落后。即使信息管理也只能立足于替代手工劳动,局限于对设备静态信息的统计和一些简单的报表处理,对购买前的决策支持和购置后的设备维护动态分析等信息的高层次加工应用相对较少。另外,随着医院的

发展,医疗设备管理规范陆续出台,虽然使医院能够在宏观上对设备的引进、使用、维修、报废、医学计量和档案管理等有严格的规定,但是却无法从微观角度去说明各个医院的具体设备管理模式和过程。医院设备处虽然是设备管理的职能部门,但是由于责任不明确和体制的不完善,设备管理的责任和规定很难落到实处。

(三) 计量及质量控制未受重视

医院除了医生自身技术外主要依靠医疗设备为患者进行诊断治疗,医疗设备都是用一定量值来表示检测结果作为医生诊断的依据,因此,检测仪器准确与否直接关系到患者的生命安全和健康。目前在医疗设备投放市场的管理和认证方面抓得比较严,但是在医疗设备购入后的维护、保养及报废等方面却缺乏明确的法规进行规范。医疗设备在运行使用一段时间后,应该检测其质量参数,什么时间检测,检测哪些项目,怎样进行安全和风险评估,目前还没有统一的标准,而且很多临床人员对设备计量不理解,在对计量法规的认识上有偏见,觉得对设备的检测是一种浪费。

(四) 日常使用和监管不力

医院部分科室对医疗设备管理不得力,有的设备锈蚀严重,表面有污物沉积,同时在使用过程中,不能做到轻拿轻放,随意置放医疗设备,经常出现设备被摔坏和使用不当导致故障频出的现象,影响设备的使用寿命。这些现象的出现一方面是由于设备使用者的工作责任心不强,另一方面与设备管理部门对部分医疗设备监管不力也有很大关系。一般来说,医疗设备运到医院以后,通常由供方工程师现场调试安装,简单介绍使用方法后即投入使用。医护人员往往需要长时间地摸索才能掌握,有些功能甚至一直都被开发利用,功能没有得到充分发挥,不少先进设备成了摆设,进而造成了技术浪费。医学教育中关于医疗设备的使用一直是薄弱环节,医护人员这方面的知识主要是通过实习过程中顺带学习,医院也没有专门对医护人员进行这方面技能的培训,没有建立相应的制度和标准加以考核。

(五) 专业人才储备不足,维修模式落后

由于临床科室能给医院带来直接的经济效益,大多数医院都对其十分看重,而对医疗设备科

室关心不够,在人才培养、使用、晋升方面缺乏足够的重视,从而导致对医疗设备科室在人员培训、人才引进、经费投入等方面都考虑较少,其结果是医院设备维修人员相对偏少,出现了医疗设备管理部门没有随着医疗设备应用的增加而加强,反而出现相对萎缩的现象。导致大多数工程技术人员采取被动维修模式,即等机器坏了再维修,这必然会大大加重医院的维修成本和费用,同时也会降低机器的使用率和完好率。

二、加强医疗设备管理的对策

(一) 用发展的眼光综合论证设备购置的合理性

医院应根据自身的长期发展计划和战略规划,有目的、有针对性地集中有限的人、财、物力,选择技术上先进成熟、经济上合理、服务上适用的设备,不可盲目追求高、精、尖,要讲求设备的实效性。购置前要根据医院的业务需求和现有的同类设备的使用、收益情况,或者通过相关渠道了解同类设备在同级别医院中的使用情况来作为购置设备合理性的论证依据。同时对于该类设备的购置成本、使用年限和日常的资金消耗也要认真地分析讨论。对于其市场行情、发展动向要有全面地了解,要用发展的眼光来对待,确保其长期投资收益。

(二) 完善管理制度

完善和强化使用科室和设备处的仪器管理工作职能,做好从设备的购置论证、合同签订到货验收、建档入库、保管调剂、统计报废等资产物流管理各个流程的科学化管理。根据本医院情况不断完善医疗设备的管理结构、科室职能、人员职责、设备操作规程、经济管理等在内的各项规章制度,做到设备管理有章可循,实施规范化、制度化、标准化管理,提高医院设备运转与管理的可靠性与科学性,并逐步由医疗设备的“台帐管理”向“质量管理”过渡,做好登记管理工作,从而使设备的引进、使用、维修、报废、医学计量和档案管理制度化、规范化,合理化和有序化。只有坚持设备的科学化和规范化管理,才能确保设备的良好运行。

(三) 加强计量监督和管理

制定各种机器的操作规程,严格制定计量计划和仪器的标识。加大计量法规宣传力度,增强大家的计量意识,提高依法办事的自觉性。医院需要

计量检测的设备包括监护仪、心电图机、超声诊断仪、放射仪器、化验设备等。要定期由国家质检部门进行计量检验,经检测合格并贴有绿色合格标志后方可使用。计量检测及规范化的操作能保证设备提供数据的准确性,从而保证了提供给患者的诊断和治疗是有效、可靠、安全的,而设备的质量管理控制正是通过计量检测作为技术平台手段来完成的,大到CT机、X光机;小到血压计、流量计都要通过检测来提供客观证据。通过检验医疗设备的技术参数,我们可以了解这些参数是否满足相应的标准,是否满足规程或技术规范的要求,从而对其质量进行确认,确保医疗质量安全。

(四)加强对医护人员的培训,建立有效的考核体制

购置的设备在投入使用后,直接的管理单位是使用科室,因此要做好设备的日常维护工作,严格要求设备使用科室,尤其是直接的使用者。现代医疗仪器越来越智能化,使用虽然很方便,但操作及参数设置不当也会影响设备性能地发挥。当科室新配置了一套新设备,厂家的工程师介绍过操作要领之后,很多医生护士就要求将仪器的参数固定在常用值,希望插电开机就可以使用。事实上,很多仪器的参数需要根据情况调节的,所以一定要加强对医护人员的培训。现在医疗设备种类很多,必须结合医护人员的工作岗位有针对性地培训,培训的内容应当包括:仪器的主要功能及操作要点,操作界面上的指示灯状态及文字提示

的含义,各种报警参数的设置及发生报警后的相应对策,仪器性能的检查及日常维护要点等。由于不少医护人员对设备的操作不感兴趣,责任心不强,所以还应建立有效的考核奖罚机制。

(五)加强专业人员的培养,转变维修模式

随着设备地不断更新和发展,工程人员现有的知识、专业技术水平远远不能适应现代化医院的发展要求,所以要合理利用现有人才,有计划地选派人员外出进修参加中、短期培训班,有利于维修人员更新知识,掌握新技术,加深对新设备的认识和了解;安装新设备时要求厂家工程师给所有维修人员讲解仪器原理及常见故障排除,以达到互助互学、共同提高的目的。

在设备的维修管理上包括主动维修和被动维修。主动维修是主动维护保养,工程技术人员定期下到科室巡视发现问题并解决问题;被动维修是机器在使用过程中发生故障,使用科室提出维修申请后进行维修。在实践中主动维修与被动维修相辅相成,应该认真协调好这两种维修方式。理论上讲主动维修应该更为重要,但是,在实际工作中被动维修往往占的比例更大。医疗设备处应加强监督职能,定期下科室对机器进行保养,并加以指导,避免人为造成的机器故障。另外,医院要充分认识设备维修所产生的经济效益。因为医院经济效益增加,简单来说就是增加收入减少开支,工程人员修好一件设备就能为医院节省一笔开支,这样就间接地为医院创造效益。

总之,医疗设备管理水平决定和影响着医院的发展。设备管理的规范化、系统化是医院发展的前提和保障,只有这样才能把管理的隐性效益显性化。另外,医院的设备管理还是一项长期而艰巨的工作,需要勇于探索,与时俱进,不断实践,才能适应新形势发展的需要,才能为医院建设现代化的医疗、教学、科研管理平台提供有力的保障。

(作者单位:连云港市第一人民医院)





坚持创新驱动 增强医院核心竞争力

□ 李爱民

医院是一个知识、技术密集型组织,是提供医疗服务的地方,医院的医疗技术水平是医院档次的主要体现,医院的发展依赖于医院整体技术水平的提高。唯有不断促进技术创新,加速技术升级,发展优势医疗技术,才能更好地优化医疗服务质量,加速学科建设发展,保持竞争优势,使连云港市第一人民医院在激烈的市场竞争中立于不败之地。

一、技术创新的概念

技术创新是一种理念,是一种不断追求卓越、追求进步、追求发展的理念,是一种通过技术变革培育新的经济增长点,有效促进经济发展的可行思路。医疗技术创新务必坚持“三个”:即遵循三个原则、拓宽三个渠道、做好三个配套。三个原则即解放思想的原则,以市场需求为牵引的原则,结合实际的原则;三个渠道,即加强技术创新,加速科研成果转化,引进和改造技术;三个配套工作,即加大组织力度,注重人才培养以及加强信息网络建设。

二、医院技术创新的保障因素

(一)人才资源是技术创新的核心关键

技术创新的关键是人才,人才是技术的核心。我们要始终牢固树立人才资源是第一资源的观念,树立人力资本投入是收益最大投入的观念,通过建立选才、育才、用才、留才四大支柱体系,形成医院人才管理的良性机制。采取高层次引进人才、高标准培养人才、高效能使用人才、高投入保留人才的重大举措,努力营造宽松的人际关系和尊重知识、尊重人才的良好氛围,使一批年富力强,能用得上、留得住、养得起的优秀人才脱颖而出,安心为医院工作,逐步形成一支学历层次、年龄结构、职级配置、

专业分布均合理稳固的人才队伍,激活医院技术创新的活力。

(二)良好环境是技术创新的可靠保障

首先,要在全院医务人员中营造浓厚的创新氛围,培育创新意识,提供创新条件,弘扬崇尚创新的精神,激励广大医务人员勇于创新。其次,要建立创新激励机制,通过设立课题基金、科技奖、新技术引进奖等鼓励技术创新,充分激发医务人员的聪明才智。对开展的新业务、新技术提供政策倾斜,以“人、财、物”作为支撑条件,保证技术创新的顺利进行。第三,在鼓励创新的同时,要给予医务人员足够的时间。技术创新需要一个过程,我们不能心急浮躁,切不能违反规律去定指标,定日期。第四,在创新中要大力提倡协作精神,要重视与外界的技术交流,开发与协作。第五,要营造容忍失败的环境,人不是神仙,医生同样是人,对创新工作的一时失败,我们要有宽容的心态。

(三)知识积累是技术创新的重要基础

知识作为医院关键性和战略性资源,是医院发展的不竭动力。知识积累的重要目标是培养创造力,推动技术创新能力不断提高。因此,我们要把技术创新的突破点放在知识积累和知识前沿的探索上面,医师要不断地学习与医学相关的知识和技能,拓宽知识面,丰富知识资源;二是要加快知识更新的步伐,瞄准和跟踪世界知识前沿,及时掌握新理论、新知识、新技术和新方法;三是要重视继续教育,采取在岗培训、选派进修、学术交流、出国深造等措施,把握专业前沿,通过培训交流使之做到本专业知要精,相关专业知识要通,其他专业知识要懂,并不断地提

高思维能力,科研能力和临床能力,为技术创新打下坚实基础。

三、我院推动技术创新的有力措施

十年来,我院共开展新技术、新项目 200 余项,有的技术创新填补国内、省内空白,有的甚至达到国际先进水平,取得了明显的社会效益和经济效益。经调查分析,这些技术创新主要源于三方面的努力。

(一)大力推进医疗技术扶持项目

我院特别注重引进当今国内外的最新研究成果和先进技术,使之成为自己的医疗特色和优势,特别是近年来,为大力扶持新型临床医疗攻关技术,院党委决定成立医疗技术扶持项目小组,每年在院内大规模地进行医疗技术扶持项目申报工作,并且特别邀请国内知名专家对各项目进行评审,最后院方根据专家评审意见和各项项目的技术水平与在本地区的社会、经济效益进行立项评定,项目立项后院方将对其给予人、财、物及政策上的有力支持;我院自 2010 年以来,共开展医疗技术扶持项目 23 项,先后引进了“微血管减压术治疗面肌痉挛”、“胸腔镜下心脏外科手术的应用研究”等院控技术,在本地区扩大了影响,形成了明显的技术优势,并陆续开展了“造血干细胞移植治疗恶性血液病”、“后腹腔镜肾癌根治术”、“微创面部轮廓修复术”等先进性标志技术,这些技术使我院的整体技术水平上了一个台阶,大大提高了医院的核心竞争力。

(二)花大力气引进技术和进行技术改造

将别人的技术创新项目引进后进行消化吸收或者对原有的医疗技术项目进行改造,再形成新的医疗特色技术是医疗技术创新的重要途径。我院心血管疾病介入诊疗技术、血液净化技术、妇科内镜诊疗技术、造血干细胞治疗技术、放射性粒子植入治疗技术、肿瘤消融治疗技术和二类脑脊液置换技术等通过引进、吸收、消化后先后获得省厅准入,这些技术在我院的应用很快形成了新的优势,吸引了大批病人,并且使这些学科的技术水平、学术地位和经济效益都得到明显提高。

(三)依托高精尖设备开展技术创新

设备和器械检查上的突破能带动医疗技术创新项目的产生和发展,技术创新项目往往需要依靠设备的支撑才能开展。我院在国内较早购进了 CT 机,在影像诊断技术上有了很大地突破,并且提高了影像诊断学科的地位,从而带动了一大批临床技术创新项目的展开;近年来,我院又购置了西门子全数字化高能直线加速器、64 排螺旋 CT、全自动干式生化分析仪、电子染色内镜、胶囊内镜等大型高精尖医疗设备,目前我院的设备总值达 3 亿多元,并且以此为依托开展了一系列适应病人需求的技术创新

项目,成立了中心实验室、血液净化中心、肿瘤放疗中心、消化内镜中心等,不仅更快速地为病人减少了病痛的折磨,而且创造了更好的平台,方便院内人员钻研科研技术,并且吸引病人,增加了医院的经济收入。

四、医院推进技术创新的工作思路

(一)推动管理持续创新,实现职工自身与医院的协调发展

通过管理观念的创新,树立新型的知识价值观念、医院文化观念和以人为本观念;通过管理体制、方法的创新,降低管理成本,提高管理效率和水平;以规范化管理为牵引,重点规范管理流程,按照能级管理原则,按程序办事;逐步推行人格化的管理模式,从个人认识定位、目标协调到制度、环境保障,通过有组织地选人、育人、用人,达到个人与医院共同发展。

(二)打造优势学科群,提升核心竞争力

学科群是医院高新知识和技能的集中体现,不仅能使医院原有的特色更显著,还能形成新的诊疗特色,成为医院的“拳头产品”,扩大医院知名度。我院的建设发展,要以高新技术为依托,以疾病诊治链为纽带,以基础性研究项目为切入点,以人才队伍建设为抓手,打造优势神经外科、肿瘤学科、心血管疾病学科、急诊危重医学科等学科群。

(三)完善绩效考核机制,促进人才队伍建设

人才队伍建设是医院可持续发展的根基,人才队伍的好坏,也直接关系到医疗质量、医疗技术、服务态度等诸多方面。从医院目前情况看,还没有建立起一套行之有效的综合考评竞争激励机制,对医务人员队伍要定期进行综合绩效考评,对一些优秀的医务人员,要给予提前晋级,破格提拔,为人才成长创造足够的空间和条件;对一些考核不合格者,要果断采取淘汰或转岗,确保医疗人才队伍的素质和水平。

(四)切实加大科技投入,拓展高层次平台

根据我院实际情况,逐步提高科技配套经费比例,整合专项资金,提高使用效率。通过开展对外科研合作、争取上级科技经费等途径,形成多元化、多渠道的科技经费投入机制。

在当今医疗服务同质化、学科领域不断细化、市场竞争日趋激烈的环境下,综合医院的专科建设和发展也越来越凸现出竞争优势。为了抢占区域医疗技术的制高点,今后设备的投入方向,将以满足专科建设发展的需要为主,也就是要把有限的资金用在优势专业、高新技术、创效明显的专科建设上,努力建设国内一流、国际先进的临床医学中心和高层次科研平台。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



强化持续质量改进 全面提升优护内涵

□ 吴继云

连云港市第一人民医院护理部在“三好一满意”活动中,围绕优质护理服务工程,紧扣“质量好”主题,以“护理持续质量改进”为有效抓手,通过“建机制、重流程、改模式、抓细节、创形式”,全院护理人员质量控制意识、护理人员工作积极性、患者满意度、护理质量较前明显改善,护理安全隐患有效降低,优护内涵建设得到了全面提升。

建机制 深入推进持续质量改进

质量是基础,持续质量改进是不断完善、不断提高的一个重要管理过程,院护理部在今年的“三好一满意”活动中,采用新型的护理质控模式——持续质量改进(continuous quality improvement, CQI)模式进行全程管理,建立了 CQI 工作委员会,委员会主任由护理部主任担任,成员包括大科护士长和各护理单元护士长,秘书由护理后备干部担任;

明确工作职责,制定实施计划,有序推进该项工作。实施网络化管理,在全院护理单元建立了质控网络,委员会每月组织检查、分析、评价全院护理质量,对护理质量缺陷进行网络跟踪监控,实现质量持续改进。召开全院护理持续质量改进项目汇报会,切实提高全院护理人员质量控制意识。

重流程 全面深化护理专科内涵

通过全体护理人员的努力,目前已针对 41 项护理工作进行了流程再造,全面深化了护理专科内涵,取得了满意效果。如护理部在全院推行交接班 CQI,改变以往全科护士集体床边交接班的模式,由前后组责任组长带领连班护士、管床护士、夜班护士参与床头交接班,由夜班护士介绍病人夜间病情及观察要点,有利于管床护士掌握当日所管床位病人的动态情况;改变以往交班报告由

办公班护士书写模式，由责任组长详细交接，避免了办公班护士因不了解详情而流于形式，不能真正交接病情变化的弊端。

耳鼻喉科进行了护理文书书写 CQI，加强文书书写的连续性，使之更规范化。经过改进后的流程要求在书写术后病人记录单时要写明病人的主诉、入院后主要的护理措施、健康指导、注明术后天数、病人所行术式及主要交接内容。这样有利于责任护士全面了解病人信息，对病人有一个综合的掌控，护理记录清晰明了一目了然，提高了护理文书书写的质量，提升了专科护理的内涵。

改模式 充分调动护士积极性

临床一线护理人员是优护工程的生力军，只有调动她们的工作积极性，优护工作才能落到实处。

我院在优护活动中积极探索排班管理 CQI，以满足患者需求为原则，同时兼顾护理人员的意愿，尝试各种弹性排班模式，形成了适宜自己科室特点的排班方法。如实施夜间安全巡查护士、心内科 CCU17+7 排班法、普外科连上 3 套夜班法，以及严格分层分级使用护理人员，采用老带新，新老搭配排班法等。各具特色的弹性排班模式，既保证了护理工作质量，实现了患者满意，又缓解了护士的工作压力，充分调动了护士的积极性，实现了患者与护士“互惠共赢”。

针对不良事件上报 CQI，更加注重人性化管理。改进前是实名制上报，针对当事人处以不同

程度的经济处罚和公开批评，极大影响了当事人的工作积极性和不良事件上报的主动性，改进后开通院内网和 QQ 群两条上报途径，实行匿名制，处理措施对事不对人，不良事件的经验教训全院共享，有效避免同类事件再发生。不良事件上报阳光化让坏事变好事，变教训为经验，有效改进护理质量。

抓细节 有效降低护理安全隐患

随着 CQI 工作模式的全面推进，此项工作已融入到护理工作的细枝末节，如转床病人 CQI，心内科、普外科等监护病房，将全科危重症病人置于其中，待其度过危险期病情平稳后再转入病房。这样做有利于将危重病人集中治疗和护理，降低了病人分散管理的风险，但随之而来科室转床明显上升，护理人员群策群智，结合科室特点查找转床存在的 6 大问题，分析出 4 条原因，制定出转床流程图，强化环节控制，有效预防了转床病人的“丢三落四”，保证了转床病人的护理安全。

泌尿外科实施了医疗垃圾处理 CQI，从源头上抓起，所有治疗操作均使用治疗车，车上设有生活垃圾筐、医用垃圾筐、锐器盒。每位操作者能在第一时间做好分类，避免在处置间二次接触医疗垃圾，降低了医务人员职业暴露的风险。输液室制定流程杜绝针头回插现象，妇科病区实行预防阴道血管钳脱落 CQI，感染病区实施防滑倒 CQI 等，有效降低了护理安全隐患。

创形式 大幅提高患者满意度

护理工作繁忙，精力集中于临床一线工作，对满意度调查重视程度不够，导致在去年全省护理满意度调查中满意度不高。年初，护理部经过讨论，制定满意度调查 CQI，培训医学生作为第三方进行满意度调查，调查时间由出院后一周增加至住院中、出院当日、出院后，调查结果如实排名公布并与科室绩效挂钩，经过不断改进，病区护理质量大有改进，护理满意度逐月提高，7 月份平均达到了 95%。

(作者单位:连云港市第一人民医院)





院感角度上的 JCI 认证点滴

□徐淑杰

通过 JCI 认证是连云港市第一人民医院发展的一个目标。笔者近期在参加的一些感控会议上,与一些通过 JCI 认证的医院的同仁交流了认证的体会,笔者现就院感角度谈一些点滴认识。

JCI 是国际医疗卫生机构认证联合委员会(简称 JCAHO)用于对美国以外的医疗机构进行认证的附属机构。JCI 认证涵盖 368 个标准,共有 1033 小项,主要针对医疗、护理过程中最重要的环节,其中包含医院感染的控制与预防,JCI 标准也重视公共设施及安全管理、员工资格与培训、质量改进、医院领导层的协调合作以及信息管理等等。

认证分别由医生、护士、行政官各 1 名组成,一般包含以下几个步骤:1.文件回顾。2.约见领导层。3.参观医疗护理单元,随机约见底层员工,在有些科室还要与病人交谈以了解医疗服务质量;巡回检查环境及医院设施,其中包括厨房、设备处等。4.其他评估活动。在考察期间,对门诊、手术室、产科、麻醉科、急诊、影像科、住院部、病理和临床检验、康复服务等部门都要进行考察。对职能部门的检查中,主要考核员工资格与教育、医院感染控制、质量改进与病人安全等内容。

JCI 认证是十分讲求细节的。比如,医院里不准抽烟。一般来说,很多医院会有护士有礼貌地劝病人不要在病区抽烟。但如果按照 JCI 的要求,仅仅这样做还是不够的。因为病人有可能会将烟头乱扔而引发火灾,因此,医护人员还要上前告诉他怎样正确熄灭烟头,并对病人进行健康教育。再如感控中的洗手,员工需要真正掌握正确的洗手方法,医院洗手池都需用一次性的擦手纸;即使发药车上也需配备手卫生设备,每发一次药都要手消;在住院病房,不能共用肥皂而采用快速洗手液,以避免交叉感染。JCI 认证绝不放过任何细小的、可能影响病人和员工安全的隐患。如认证院感,认证人员会到医院食堂查看冰箱里的所有食品是否有生产日期、打开日期、过期日期的标识;一个住院病人的多种口服药混在一起发,配药中心是否把每一种都分装入一个小袋子。

由此可见,我院感控在细节上与 JCI 认证还存在较多的差距,下面列举手术室医院感控及医院感控设计两个小点试着分解认证的实施。

一、手术室医院感染预防与控制的实施

(一)确定院感预防和控制计划

1. 院感预防和控制计划的重点。

针对院感科制定的手术部位感染预防对策,由手术室护士和院感科共同监控手术病人伤口感染指标及追踪调查,并每月统计资料,反馈相关科室。手术室感染监控由院感监控护士负责,每月采样细菌培养一次,做好季度、年度统计分析。定期收集血源性病原体职业暴露资料,统计分析汇总,提出整改意见(如提供耐刺鞋、护目镜;改进易针伤操作规程;增加大容量利器盒、医用垃圾转运箱)。

2. 手术室与供应室一体化管理。

3. 制定各项制度,手术室内物品应摆放整齐,保持清洁无灰尘、无血迹,避免不必要移动,尽量减少人员流动,严禁在手术室内制作敷料或整理包布。黄色污物袋及锐器盒放在有警示标志的医用专用转运箱中,由专人专车按固定路线运送到指定地点,运送过程需封闭,袋扎口、桶上盖并扣紧,不能让污染物处于无人照看的情况,在电梯内不能与食品、药品或人员同行。

4. 对参加特殊手术的医务人员的保护工作。

对具有传染性的、免疫抑制或因其他原因而处于较长感染风险中的病人,参加其手术的医务人员应做好隔离工作。

5. 制定新风机房管理制度。

每两年外聘专业清洗公司对手术室新风管道彻底清洗;专业人员进行系统全面质检。

6. 确保手套、口罩、洗手液和消毒剂的供应和正确使用。

严格执行洗手制度、液体化学药液和消毒剂使用规范、隔离预防分类、适用疾病及措施。实施严格的“体内物质隔离法”,减少外源性感染的危险。当头面部有可能接触血液、其它体液和骨碎片时,则戴上口罩、眼防护镜或面罩;手术时穿塑料围裙或防水手术衣,防止污染;接触多重耐药菌病人时,巡回护士、麻醉师均穿隔离衣。

(二) 计划的管理

制定专项的指导准则,同时向手术人员提供感染控制的相关信息,进行有关感染控制的沟通交流。

1. 手术室配备院感监控护士,保证完成其每年的院感继续教育学时。负责向手术室人员宣传院内感染的概念及实际操作中如何切断传播途径、加强自我防护措施。

2. 医院设立院感三级网络,手术室院感监控护

士定期参加院感监控委员会会议,确定预防和控制手术室院内感染的重点项目。

3. 当怀疑任何病人、手术人员、临时工、实习生或参观者可能感染某一传染性疾病时,院感科可采取相应的措施,努力改正任何潜在的安全方面存在的问题。

(三) 员工教育

培训知识及时更新,在手术室一些醒目的地方都贴有相应的宣传性图片。医务人员可通过医院内网的院感网站学习全院感染预防和控制制度、院内感染病例监测、教育和培训、最新国内动态、热点问题等。

二、JCI 认证对医院感控设计的实施建议

1. 增设洗手设施。高频度的洗手盆设置可提高手卫生依从性。

2. 手消的数量和位置。

3. 负压室的数量和位置。增设负压室,主要适用于病人隔离区域,净化房间及洁净室。考虑负压室的淋浴器、管道、休息室的数量和位置。

4. 有效的空调系统减少感染的传播。外科服务中空气传染隔离,防护性环境房间、实验室、危险媒介物的局部排气系统,以及其它特殊区域;空调系统必须能正好维持适当的湿度、温度和空气交换。

5. 有效的水系统。

6. 选择适当的墙密封胶。墙面覆盖物必须抗流体和易于清洁的,特别是(如:实验室、手术室)血液或体液流体物质接触的区域。考虑使用环氧树脂涂料,这能防止霉菌扩散至高危区域。

7. 选择恰当的装饰材料。塑料保存病菌的时间比不锈钢更长,因此尽量使用不锈钢。在排水系统附近的设施材料必须是光滑,防水的,管道穿透和交错的地方必须封严。

8. 恰当的天花板设计。

9. 实验室和药房都需要感染控制设计。考虑包括负压区域、防护罩和洗手设施。

虽然目前我国正在开展的医院管理评审工作与 JCI 认证有较多相似之处,但笔者觉得后者更注重实效和细节。如果我们也真枪实弹地按这个认证体系来考核医院,医院以及感染管理者面临的挑战是前所未有的。有感于此,既敬畏这一天的来临,又期盼这一天的来临……

(作者单位:连云港市第一人民医院)

团结 和谐 发展

□ 罗 洪 李 欣

当前,医疗市场竞争异常激烈,医院之间、科室之间、医务人员之间都存在不同形式的竞争,竞争可以促使发展、甚至快速发展。但无论是哪种竞争,都必须坚持以人为本,以病人为中心,以精湛的医术、优质的服务、先进的医疗设备、舒适的诊治环境、合理的医疗价格、科学的诊治为基础。只有这样才能最大限度地减少医疗差错,杜绝医疗事故,才能使病人得到及时地治疗,才能在激烈的竞争中立于不败之地。

团结

团结就是力量,团结出凝聚力,团结出战斗力。对于一个科室来讲,团结就是生命、团结就是形象、团结就是本领。一盘散沙不可能成就事业,搞不好团结,一害自己,二害别人。

讲团结,构建和谐科室环境,首先是领导的表率作用。科主任作为科室工作的第一责任人,必须是团结的表率。作为科主任必须比别人站位高、心胸宽,要像爱护自己的眼睛一样,倍加珍惜团结,自觉维护和增强团结,努力将科室打造成团结、和谐、富有凝聚力和战斗力的战斗集体。使全体医护人员在面对新形势、新任务时具备应有的思想觉悟、精神境界、政治品格和组织纪律等。努力做到互相尊重、互相支持、互相谅解,心往一处想,劲往一处使,力往一处用,拧成一股绳,抱成一个团。

和谐

讲和谐,大力弘扬团队精神。团队精神,就是团结协作、互帮互助的精神。有了这种精神,一加一就能大于二;缺乏这种精神,人心涣散,一加一只能小于二,甚至等于零。组与组之间必须以大局为重,加强联系和沟通,互相支持和配合,形成工作合力。同事之间,要有搞好团结的度量、气量和雅量,要将能够共同生活和工作在同一个时代、同一个环境视为珍贵的缘

份。作为一名医务工作者,必须做到识大体、顾大局,妥善处理小集体与大集体的关系,切勿在自己的小圈子里打着团结的旗号搞“独立王国”,搞“家天下”。只有减少内耗才能促进科室的发展。每一名医务工作者,都必须视科室为整体,一切以病人为中心,一切工作均须服从和服务于这个中心。有利于患者、有利于医院、有利于社会是检验我们工作的准绳,部门利益、局部利益、眼前利益、个人利益必须服从整体利益。面对危重病人时,有全体医护人员的力量;面对疑难病症时,有全体医护人员的智慧;面对复杂手术时,有全科最强医疗、护理阵容。

发展

发展是第一要务。小儿外科成立于1990年12月,经过20多年的磨练,目前已形成了以常规手术为基础,疑难、重大及微创手术为特色的专科特点。年开展手术800余例。先后引进了20余项专科新技术,并将其应用到临床工作中去。在小儿外科,每

个人都积极要求进步,以科室发展为己任。近3年来,全科医护人员发表过论文10余篇,其中4篇是核心期刊,完成科研3项,并获得市科技进步奖1项,新技术引起奖2个,护士长朱洪琪成功完成了连云港市首例新生儿PICC的穿刺。科室荣获明星班组、青年文明号、职工之家等荣誉,成为市级一类临床重点专科。

为了更好地服务患者,小儿外科全体医护人员默默地奉献在自己的岗位上。我们是平凡而普通的,犹如一滴露珠、一片绿叶。我们没有慷慨激昂的豪言壮语,但我们无时无刻不在用自己无声的行动来证明自己,来推动科室的进步与发展。未来,我们将驾驶着“团结、和谐、发展”号帆船在为人民服务的伟大实践中不断地前进……

(作者单位:连云港市第一人民医院)





夜色完全飘落下来了,我乘坐的客轮从上海吴淞口徐徐启航。

第一次江上乘船,我新鲜又好奇,原本可以坐车到羊山或宁波再乘船去嵊山的,实在是吴淞口江和海共流诱惑力太大了,我想舒舒服服地躺卧在床上,透过舷窗,欣赏着岸边的风景,或踱步船首,迎着江风,看船首破开江水,拽着一江浪花,冲出狭隘的吴淞口,瞬间在辽阔的大海里风流倜傥,这该是何等的惬意和豪情呵!

我的眼睛几乎被夜幕遮住了,两岸上的东西看来朦朦胧胧、依稀依稀,如同灰色的起伏绵延的山峦。船下的江水看得见,没想到黄埔江的波涛像大海一样汹涌,扑在船舷上嘎嘎地响。从远远的海上刮来的风又硬又猛,让我早早地领略了大江与大海那力量与力量、博大与博大撞击在一起时的宏大壮观景象,听到冲起的水柱呼啸声、跌下的瀑布巨大轰鸣声……

当我正被夜色遮盖了要兴致勃勃去发现两岸精彩内容的眼眸而惺惺然时,突然间,两岸天地之间绽放出一片片、一簇簇红的、绿的、黄的、紫的五彩缤纷的花朵,流光溢彩,光华遍地。喜出望外盈满我的目光,那是现代化的工厂数不清的灯火,那是层出不穷的高楼光怪陆离的霓虹灯,那是高速公路流水般的灯彩。船上的旅客全都涌动起来,舷窗前挤满了人,舷梯上站满了人,不让旅客随便走动的甲板上也有了旅客,到处都是旅客噙着惊喜的议论声。有不少是上海人,他们也被从未见过的夜的瑰丽灯火所惊讶得脸上闪耀着激动的光彩,不时发出惊叹声。

吴淞口有多长,两岸的灯火就漫步多长。

船在吴淞口里走了一个半小时还没有走入大海。我第一次知道吴淞口到达大海这么远的距离。

看不到连绵不断的灯火时,船就进了大海。我没有欣赏到江水与海水相拥相吻的激情演绎的那瞬息,这不是

天黑的缘故,全是时间稍纵即逝,一不小心就晃了过去。

海上没有了灯火,全是孤寂的黑暗,乌云打滚的天空和滔滔不绝的大海混同一色,差一点分不清谁是天谁是海了。我睡在床上,满耳响亮着客轮上机器沉沉的发动机声音,回想着海上无穷无尽的波涛扑打船舷响起来的让我总是隐隐担心船的安危的声响。我眯起眼,心随着沸沸扬扬的波涛滚滚荡荡,怎么也睡不着,也静不下来。我索性走出去,下到甲板上。周围没人,呼呼响的海风和浓重的海腥味包裹了我,我抓住身边门上湿漉漉的把手,生怕一不小心被强势的海风拽到海里。我任海风抓着、撕着、揉着,我故意这样做,心甘情愿这样做,做了,才觉得不虚此行,心里舒服。我突然间冒出一个念头,想看看船下灯光里的波涛是怎样的千姿百态、怎样的激情演绎、怎样的千树万树梨花开、怎样的诡谲、怎样的惊心动魄。朝着生着冷意的船舷和船舷外黑色的大海望了望,我觉得那下面是激浪奔涌、电闪雷鸣、冰冷彻骨的万丈深渊,是能瞬间吞噬世界上任何最强大生命的无底黑洞。我犹疑不定了,看看周围有人没有,哪怕有一个人站在身边,也会给我带来勇气。周围没有人,只有呼呼响的海风和船下翻腾的波涛。突然间,一只山一样高大的轮船从旁边威风地驶过,驾驶台上的灯火像天上的一团星星、海上的一簇火焰,吸引着我,照耀着我。那灯火向我呼喊,焚烧着黑暗,挥舞着光明的手,拉着我,毫无顾忌地走向船舷。波涛在船下暴躁着,折腾着,吵吵嚷嚷。船在波涛上颠簸着。我急忙看一眼船下湍急的陌生的波涛和无穷无尽的黑暗,马上掉身快步地回到客舱里。

在黑暗里才知道灯火是有生命的,地球上的生命在于她的启迪才获得不竭的勃勃生机。

我一夜没有睡觉,看着、数着海上的灯火。

(作者系江苏省作协副主席、连云港作协主席)

爆炒毛海红

□ 任蓉华

去市场买菜,在一处出售海鲜的摊位上,我看到一筐表皮粗糙,壳上裹满绒毛,长相丑陋的贝类。摊位是位老大爷的,他见我颇感兴趣,便热情地说:“称点海红呗,放蚝油爆炒,搁锅里清蒸都行,鲜着呢!”海红?我倍感惊讶,海红我吃过不止一次,可从来都是一个个光溜溜的,从没见过这般长毛的大个头!老大爷解释说,我指的那种是浅海礁石上的海红,又叫光板子海红,个头较小;他老人家这种是拉网船从深海区打捞的海红,叫毛海红,不但个头大纯野生,味道也更鲜美!我一问价格并不算贵,尝鲜的欲望瞬间膨胀起来,便称了十几个回家。

海红是一种较为常见的贝类海鲜,掰开黑黑的外壳,里面的肉质丰腴鲜美,晒干了便是人们熟知的淡菜。去年8月份,我随朋友去欧洲旅行时,曾在比利时品尝了堪称“国菜”的淡菜锅,由淡菜和些许西洋芹同煮而成,吃起来既汁浓肉肥,又清爽鲜美。然而,虽然海红是比利时“国菜”,但却非当地特产,全部购自邻国荷兰。荷兰是闻名世界的海红产地,每年出产一亿多公斤,主要出口到法国、比利时和德国,小镇耶尔瑟

克出产的海红个大味美,被当地人称作为“黑色金子”。

我们去荷兰时,正好赶上耶尔瑟克一年一度的“海红节”,小镇里满是熙熙攘攘的



世界各地游客,街道两侧摆满了各种摊位,有出售纪念品的,有给游客画像的,更多的则是搭有凉棚的小吃店。在“海红节”期间,我们还有幸品尝到了免费的海红美味,当地人在码头上支起大锅,将海红与葱头、芹菜、胡萝卜及其它调料一起煮熟,诱人的海鲜香味真可谓“香飘十里”。随人流排队进入品尝区,工作人员从蒸桶中把热气腾腾的海红盛入一个个饭盒,整齐地摆在桌子上供游客取用,长桌相连,对坐而食,凉爽的海风中,感受着荷兰人的慷慨好客。

据说,海红由于营养丰富,素有“海中鸡蛋”之称,照这么说,我买来的毛海红单论个头,倒是有点“海中鹅蛋”的感觉了。我先把毛海红倒进水池里,用小刀刮除硬壳上的须毛,又找来刷子卖力地洗涮干净,放入盐水中浸泡一个小时,沥净水备用。我打算做的是爆炒毛海红,炒锅添油烧热后,加入已经剁碎切末的豆豉和蒜,待豆豉变软并闻到一股奇香时,倒毛海红入锅,大火翻炒至张口后,加入些许料酒、盐、糖、胡椒粉、姜末、菱粉、蚝油等,最后加入切成细丝的青红椒,翻炒一两分钟即可盛盘。

原本长相吓人的毛海红,经过一番精心爆炒,早已变成了令人垂涎欲滴的美味佳肴。爆炒毛海红的肉质肥嫩多汁,鲜美之中透出一股微辣,倘若再搭配上一杯冰镇的啤酒,炎炎夏日里吃上一大盘,当真是透心爽,自我感觉其滋味,丝毫不输于比利时的“国菜”淡菜锅。

(作者单位:山东省聊城市)

无论你今天怎么用力,明天的落叶还是会飘下来,世上有很多事是无法提前的,活在当下。

——@视觉志

陪儿子乐活“星期八”



□ 刘学正

长长的暑假已经悄然结束，这期间不知又有多少孩子被各种培训班、补习班所牵绊，看着儿子愁云密布的小脸，我心有不忍，决定先陪儿子过个快乐的“星期八”，缓解一下他的情绪。

清晨七点，我带儿子随旅行社组织的体验团队，向位于济南的“星期八”小镇进发，一路上儿子跟小朋友们欢歌笑语，好不快活。儿子在入场前，领取了一本“星期八”护照、一份小镇地图和一张E币旅行支票。我发现，这里简直就像一个迷你国家，各种各样的主题馆令孩子们大开眼界，不仅有银行、邮局、加油站，还有消防局、警察局、商店等等。领队首先让孩子们找到“中国银行”，把支票递进去换成E币，然后对大家说：“现在可以开始快乐的小镇之旅啦！”

我们把第一站选在了“消防局”，因为儿子特别崇拜消防战士。要当消防员，得把制服穿好，虽然儿子穿得很费劲，但工作人员并不让我插手。穿好衣服，儿子跟其他小朋友排队坐好，听消防员讲解灭火方法，戴好安全帽就坐上消防车向“火灾现场”出发了，儿子手持灭火水枪，很快完成了任务，还赚了5块E币。刚走出消防局，就听说“警察局”在招聘交警，儿子自然不会错过这个机会，兴奋地去报名了，经过严格培训，儿子接到一项重大任务：恐怖分子在停车场藏匿了两枚爆炸装置，必须要在三分钟内找到！儿子跟小朋友们火速行动，很快儿子和另一个小男孩分别找到了目标，5块E币又到手了。

接下来，儿子化身成为一名“中药师”，换上白大褂，洗手消毒，拉开一个个小抽屉，了解中药知识，还用小巧的杆秤称量。岗前培训结束后，又根据“病人”的需求，小心翼翼地称好几种中药，顺利地拿到了工资。我又带儿子去“儿童医院”实习，院长亲切地接待了儿子，教他如何使用听诊器。过了七八分钟，儿子从“儿童医院”里跑出来，一边晃着手里的5块E币，一边嚷道：“爸爸，你知道如何救溺水的人吗？”不等我回答，他就自顾说起来：“首先，把溺水者口腔内的异物挖出来；其次把溺水者倒过去吐水；然后把他的衣服打开，做心脏复苏和人工呼吸！”看到儿子扩展了知识面，我很是欣慰。

儿子在“星期八”小镇里，还有幸当了一回“机长”，圆了他驾驶飞机翱翔蓝天的梦想；在“新闻联播”演播室字正腔圆地念稿子，过了一把“央视主持人”的瘾；在寿司店、蛋糕店既品尝了美味，也收获了自己的劳动成果。当小镇开始清场闭馆，大家都意犹未尽地离开时，儿子数着手里的一沓E币对我说：“爸爸，我还有好些钱没花呢。”我说：“没关系，等咱们下次来的时候再花！”儿子一听以后还会来，一路雀跃起来，他兴奋地喊道：“爸爸，我今后一定好好学习，像小镇里的叔叔阿姨那样，当一名对社会有用的人！”

在短暂的一天里，我陪儿子乐活了一个意义深刻的“星期八”，奇特的“小镇之旅”，让儿子初尝了成人世界的忙碌与责任，同时也激发了他的坚强与勇敢。

（作者单位：山东省阳谷县安镇刘庙电信营业厅）





□ 张怀霞

“又见炊烟升起，暮色罩大地，想问阵阵炊烟，你要去哪里。”每当听到邓丽君的这首《又见炊烟》，总能勾起我许多回忆……

小的时候我家住在农村。要知道，八十年代的农村虽然已经分田到户，不再为吃不饱穿不暖而发愁，但是生活还是很辛苦，只有逢年过节或是家里办事的时候才能吃上点鸡鱼肉蛋，但那总是遥不可及的。我们平时的零食也只能是白面饼，常听老一辈的人说：“现在有白面饼吃已经很不错了，以前什么都没得吃，只能吃山芋叶。”听着他们的忆苦思甜，感觉日子过得还不错，至少还有白面饼吃。记忆中，每次下午放学，我首先看到的就是村中漂浮的袅袅炊烟。鸟儿们披着一身晚霞，也都匆匆忙忙飞翔着寻觅自己的家园。被夕阳镀上一层橘黄色的炊烟飘过屋脊，轻柔地打着一个个漩涡，然后无声无息地消散在树木的梢头。远远地看到自家屋顶飘出的炊烟，就会加紧步伐向家赶去，掀开笨重的冒着热气的木板锅盖，提溜出一两片蒸得滚烫的软软的白面饼，在母亲“死丫头，赶不上啦？”的责怪声中，边“嚯嚯”地吹着气，边把饼片左手颠到右手，右手颠到左手，蹦蹦跳跳地跑出去了。

慢慢地，我读初中了。那时学校离家六七里地，路又不好，又没有车，所以只得住校。当时学校伙食很差，早晚只有稀饭和饼，中午自己蒸的米饭，学校供应一汤，所以许多学生都是在家用瓶子带着一些小鱼豆或者萝卜干什么的，但这也只能够吃一两天的，到第三天的时候，差不多就

“断粮”了，一些条件好的，就去小店买点榨菜或是家里再送些来，而许多人早晚还是吃干饼喝稀粥，中午菜汤泡米饭了。当时流传在我们当中这样一句话“星期五，胜利大逃亡”，是的，一到星期五，放学铃一敲，学校就像赶鸭子似的，学生们一窝蜂地涌出校门。我也是这样，归心似箭，一路小跑向家赶去。每次走进村头，远远地就会看到我家的烟囱里飘飘悠悠冒出的缕缕炊烟，带着慈祥 and 温馨，如同母亲微笑的脸，顿时心里是那么殷实，仿佛香喷喷的饭菜一下子就摆在了我的面前，可以让我去尽情享受。

家乡的炊烟让我留念，给我温暖，但也有让我厌烦的时候。

六七岁时的我虽然也能跟着大点孩子后面颠颠颠地割草、挑菜了，但生火、做饭还是不能帮上忙。一到收割栽种时，母亲可就受累了，在地里忙完，得先父亲一步回家做饭。常记得母亲急急忙忙到家时，许多人家已经炊烟袅袅了。她赶忙系上她的蓝布围裙，淘米，生火，做饭，围着三尺锅灶爬



从小到大我们都被打分，被比较，被放进谁谁谁定的各种规则里。有时我们是被偏袒的，有时我们是被轻视的，其实那些被随意横挑竖拣的只是我们的外壳，有一样永远不会被不公平贬低，就是强大的内心。失去一点，强大更多，值得。 ——@何昊

箴言博语

起坐下,再加上烟熏火燎,常常是汗流满面。这样一顿饭下来,做个把小时是司空见惯的。等父亲回来时,饭做好了,她自己却什么也不吃倒头睡觉了。等我大点时,也能帮着母亲烧火了,母亲就能稍微省点事,在我烧火的间隙坐在旁边歇息歇息。我喜欢冷天里坐在锅灶口烧火,炉灶里熊熊的火苗烤得身子暖和和的,再注视着炉灶里“噼里啪啦”的火苗,头脑里想着许多不知道什么问题的问題,好像也很惬意。可如果天热的时候,可是遭罪了,那时才深深体会到母亲为何常在做饭时唠叨、埋怨。

我开始学烧火的时候,不是很熟练,燃柴火就能浪费掉许多火柴,常遭到责备,慢慢地,一根



火柴能燃起火来了,但烧火过程还是不能得心应手,火大火小总控制不好,放前放后也把握不到,常常是一把草放进去,还没等下一把草放进,火就熄灭了,赶忙加草,借着星星之火,慢慢^①着,灶膛里^②着的黑色烟雾常熏得我泪流不止。有时等不及让它^③,就鼓起腮帮,冲着灶口使劲一吹,只见火苗借着使来的气,好像顽皮的孩子,“噗”的一声猛地从灶口蹿出,容不得我躲闪,眉毛、头发就散发出股股难闻的焦味了,真是哭笑不得。当时我家住在村子的最西头,坐在厨房就能看到村子的最东边,每看到别人家屋顶冒出的黑色的抑或是一阵白一阵黑的烟雾,心里想肯定又是和我差不多大的孩子经受着和我一样的遭遇了,心里不免一

阵苦笑。

不知从何时起,老家袅袅炊烟的景象好像很少看到了。一次回家,母亲高兴地告诉我,我们家买煤气灶了,说着,母亲熟练地拧开煤气罐的阀门,再把煤气灶上的开关轻轻向右一转,只见蓝盈盈的火苗幽灵一般沿着灶头上的小孔迅速地散开,均匀而清透,好似一个披着蓝色青纱的曼妙少女在轻盈舞蹈。看着母亲眉飞色舞的样子,我也从心里高兴。

“现在的社会变化真是太大了!”老人们常这样说。是啊!“楼上楼下、电灯电话”的时代已过去式了,电视、洗衣机、空调也在不断翻新变化着,吃的穿的每天也都在变更着花样,可时间

长了,倒想起了家乡的袅袅炊烟:夕阳西下,小村里的烟囱竞相飘出的缕缕袅袅飘荡的炊烟,如同豆蔻年华的少女,在夕阳温红的沉蕴里,在枝枝叶叶间尽情地挥洒着自己,飞在那吐绿的树林中,飘在那流淌的小河旁,落在那青青的屋檐上。那白白的炊烟下,又将是什么好吃的呢?是小鱼锅贴?还是小青菜和着玉米面烙饼?做米饭锅底的锅

巴还那样香脆可口吗?刀切的面条还那样筋道有弹性吗?

眼下,许多聪明的生意人,瞄准了现代人的心理,发现了商机,纷纷办起来了农家饭店,引进了充满农村特色的菜肴,甚至也架起了铁锅,烧起了炉灶,升起了炊烟。小鱼锅贴啦,窝头啦,菜干烧土鸡啦,也竞相出台,一如儿时母亲用柴火烧的饭菜,很香,不由得让你嗅到了故乡的气息。

“又见炊烟升起,勾起我回忆,愿你变作彩霞,飞到我梦里……”又见炊烟,我的心绪化作一片白色,如云,似雾,像梦,挥不去,抹不掉,忘不了……

(作者单位:灌南县卫生局)

拔火罐

□郭晶平

表弟在云南工作，休息 20 天来新浦看他的侄子、侄女。不料，苏北沿海城市的闷热让一向身体很好的他却感觉不适，头昏脑胀，还全身酸痛。

身为护士的我，第一反应就是表弟中了暑热，我拉着他要去问医生打吊水，表弟不以为然，问我家里有没有罐头瓶，让我给他拔火罐。

“拔火罐？”

“是啊，姐，小时候咱们一有什么头疼脑热，姥爷不都给咱们拔火罐嘛，怎么当了护士，就知道输液打针能治病，不知道祖国医学博大精深了呢？”这个小表弟真不简单，几年没见人长高长壮了，也越来越会贫了，还不忘打趣我一番。

既然他这么说，那就试试呗，罐头瓶、打火机那就是现成的。表弟熟练地用手在瓶口转了一圈，检查有没缺口。“还缺点火棉絮，你先趴着我去找，大夏天的家里哪儿放着呢？”我自言自语道，表弟朝我嘿嘿一笑，伸手从昨天刚晒好的褥子里拽出点棉花轻轻一揉：“姐，都齐了，开始吧。”接着就是我俩的哈哈大笑。

熟悉的场景让我们共同回忆起小时候的调皮，他的拽棉花动作说来还是有典故的。

那时的暑假很漫长，从 7 月 1 日开始放假，直到 9 月 1 日才开学。父母都忙工作，哪有时间看孩子呢？所以一到暑假，我们就被送回农村姥姥家。姥姥家在山沟里，从国道下车沿着山里的羊肠小道还要走个二里路，看到村头那两个歪脖子枣树就到了。

几个小孩好久不见，亲热极了，身边没了父母的管教，那真是发疯一样地玩耍。大暑天，上山去苹果园里找看苹果的姥爷，去西瓜地里给小姨送饭，哪怕就是到屋后的菜园子里替姥姥摘黄瓜、西红柿，跑到鸡窝里拣鸡蛋，都觉得是那么的新鲜有趣。

疯了几天，也许是换水土也许是中了暑热，我和表弟都病倒了，我上吐下泻、表弟发起了高烧。姥爷一点不急，他找来了罐头瓶，让小姨摸摸瓶口有没缺口，命令我们躺在炕上，准备拔火罐给我们治病，“糟了还差点火的引子，爹，我去我婶子那屋找点棉花。”姥爷默许了。

“小姨，不用了，你瞧这是什么？”调皮的表弟伸出

了脏兮兮的手，一团棉花赫然在目。

“小姨，他拽褥子，他搞破坏！”我立马向小姨表功揭发他的“罪行”，要知道这褥子可是小姨夜夜缝制、准备结婚的嫁妆啊，还没缝好，就被外甥抽棉花团了。果然小姨气急了，在炕上扭住表弟要打屁股，姥爷当然护着他的小外孙，替他求情，机灵的表弟赶紧求饶，还许诺将来挣钱了给小姨买新的被褥，小姨才破涕为笑。

小姨拿来白酒将棉絮头浸湿，粘在罐子底侧递给姥爷，他把放好棉絮的罐子放在要拔的地方，罐子斜放，留出一些缝隙，划着火柴，迅速往罐里一闪，只听呼的一声，棉絮着了，赶紧放平罐子，火团熄灭，罐子就紧紧噘在皮肤上了。轮到我了，我拔的是肚脐周围，点火那一下在我看来很可怕，赶紧把眼闭上，等罐子拔上了，觉得一下子有一块几十斤重的砖头压在肚子上，还有一种凉丝丝的气从身体里往外升。“你俩都不许动，乖乖睡觉！”小姨把毛巾被给我们盖上，怕我们受凉，迷迷糊糊 20 分钟很快过去了，一小觉醒来觉得轻省了很多，姥爷过来起罐子，先按一下罐子边的皮肤，让罐子进去气儿，边缘再慢慢松动，罐子就拿下来了，启下罐子，我坐起来，觉得轻松多了，表弟也直呼舒服。第二天，我们又卯足劲儿地皮，和乡邻家的小孩疯，连狗见了我们都让道，猫见了就掉头跑。

“姐，发什么愣啊，赶紧给我拔罐儿啊！”

我一回神儿，点着火，把罐头瓶捂在了他背上，看着长大的表弟说：“你今年刚工作，挣钱了，可别忘了当年对小姨的承诺啊！”

“我就知道你惦记着呢，看看你和侄子侄女，我就回老家，你瞧东西都买好了，夏天用的蚕丝被给小姨的！”

“下车别忘给姥爷买酒喝，从小他最疼咱俩了！”

“嘿！忘不了！”

（作者单位：连云港市第一人民医院）



蒲扇

□王 龙

今年夏天貌似要比往年来得凶猛，炎炎的烈日似乎要将大地燃烧，将一切生物蹂躏致死。三伏天是比较难熬的，整夜休息不好，半夜可能会浑身湿漉漉地爬起来，打上一盆凉水，用毛巾擦擦汗，拿着把扇子呼哧呼哧地摇半天，迷迷糊糊地坚持到天亮。

那一夜，我做了一个美梦，回到了儿时，回到了有妈妈扇扇子的夏天。

每到夏天，当夜幕降临时，还没等妈妈做好饭，我和姐姐便爬到平房顶上，把桌子拾掇好，然后开始做游戏扇扇子，游戏规则是你给我扇十下，我给你扇十下，剪刀石头布决定谁先扇。姐姐年长我三岁，心眼也比我大，现在想来，她应该是要赖皮了，不然怎么每次剪刀石头布的时候，她总能赢我，每次都是我给她扇。我狠狠地扇了十下，累得满头大汗，换到我享受了，结果她跑了，不给我扇了，气得我哭着跑到妈妈那里告状。

“妈妈，我给俺大姐扇完十下，她不给我扇了，我不愿意，呜呜……”

“小丽丽，你就不能让着点你小弟弟的吭，气死我了，好热乎的天，你们怎么就不能安生点呢？”

姐姐怕挨打，一溜烟地跑到大街上玩去了。但我那十下还没人给我扇呢，我就闹妈妈。没辙了，妈妈只好带姐姐给我扇二十下作为“补偿”。

还是妈妈扇得舒服呀，一下一下，那么得均匀，风儿透心地凉，妈妈还时不时地用扇子给我挠痒痒，蒲扇上的叶茎戳在被蚊虫叮咬的红疙瘩上，有点疼，但蛮过瘾，舒服得很！

那个年代连空调都没听说过，更别提去感受那种舒适。每当夏季来临，每人手里都拿着一把蒲扇来

驱除围绕在身边的热浪，阵阵凉风让人们暂时得以满足，一旦扇累了，停下来时，就会感到周围的热浪比不扇以前来得更凶猛，所以，要不停地摆动着胳膊和手腕。

入夜后，天气还是沉闷，觉难眠，妈妈便领着我和姐姐到大街上去乘凉，手里不忘拿着蒲扇，时不时地给我们驱打蚊虫。九十点钟的样子回到家，妈妈兑上一大盆温水，我这边衣服一扔就赶忙跑到大盆里坐着，玩起水来，妈妈则拿着毛巾蹲下来擦洗着我调皮一天弄满身的泥泞，然后把我抱到床上。而我会和妈妈那不停止的蒲扇传出的微风中入睡，做着甜美的梦。半夜热醒了，咯噔下爬起来，妈妈也被惊醒，知道我热了，再把我抱到院子里，兑一盆温水，再给我擦擦汗，抱到床上，扇着风，哄我睡觉，一觉下来可能要折腾好几次。妈妈在睡梦中也会不停地摇动着手中的扇子。有时停下了，扇子落到地上，妈妈会突然惊醒，拾起来再继续扇……

我喜欢在妈妈的蒲扇下睡觉，那简直是一种享受，儿时的我不懂妈妈的心，当作是理所应当，体谅不到妈妈一下一下摇扇子的辛苦，还嫌妈妈扇得慢，长大了才认识到自己的年少无知。我在脑海里构思着这样一个幸福的画面，我化作那蒲扇，来到妈妈的床前，给娘扇扇……

手中摇蒲扇，驱蚊在床边；
疼儿心不语，唯愿儿晚安。
三伏燥热天，不知娘怎眠？
儿愿作蒲扇，常伴您跟前！

（作者单位：连云港市第一人民医院）

感恩父母

□ 杨 帆

“帆，你长白头发了……”妈妈望着我远去的背影喊了一句。此刻的我不敢回头看母亲。因为我眼眶里满是泪水，不是为我长白发哭泣，而是因为能感觉到母亲对我的心疼，此时得到的是安慰，在工作与生活中的奔波劳累终于得到了认可。出门在外工作的我们，没人能注意到我们的细节，哪怕再苦再累。而每当回到温暖的家，回到亲爱的父母跟前，我们永远都是父母最心疼的宝贝，父母都会愿意为我们遮风挡雨。

相反，再看看我们的父母，我们几时认真发现过他们何时长出了白发，我们又几时发现过他们脸上又多出了几道皱纹；而父母却时时在关注着我们的一切，就连一根不起眼的白发都可以发现。想到这些我们是否有一些愧疚，想想我们都可以为父母做些什么。父母的生日你能记得吗？你有时常打个电话给父母吗？父母的节日有送礼物吗……

是啊，二十多年前的某一天，我们的父母用泪水和幸福的笑容迎接我们的到来。但当我们来到世上的那一刻起，父母们却多了一项繁重的工作——照顾我们。尽管这是一种沉重的负担，但父母们却毫无怨言

地抚养我们长大。为了给我们一个舒适的生活环境，他们总是那么辛苦，那么努力。小的时候，我总把这当作天经地义，因为我不知道，也不知道父母的辛苦。现在，我长大了，我知道该怀着一颗感恩之心去体谅父母，应该担当起照顾孝敬父母的责任。

一个人自从呱呱落地，父母就开始对其鞠之育之，不辞劳苦，不论儿女年龄有多大，在父母心目中永远是个孩子，有人说“文章是别人的好，孩子是自己的乖”，当然说这句话的人可能自私得有点过腻，但也道出了父母最根本的爱。父母的爱是天生的，是自然情感的流露，是无条件地给予而不图回报。所以说父母与子女之间的这一笔帐也是无从算起的，在信息发达的时代，我们经常能听到或看到膝下多儿女的老人终年流落街头，或是父母与子女之间因为

财产问题大打出手甚至直接要了父母的老命……俗话说：百善孝为先。孔子在他的《弟子规》中对尊重长者的一言一语，潜移默化地影响着千千万万的后世子孙，父母爱子女，子女在将来长大也要变成父母，所以父母之爱像是一条链锁，环环相扣，代代相续。人类之所以进步之快，那是因为有神秘的力量在承传着，静下心来想一想，这种神秘的力量大抵是父母的爱。

所以说父母的爱是天地间最伟大的爱。

民间有谚语：儿生日，娘苦日。当你在为自己生日庆贺时，你是否想到过用死亡般的痛苦，让你降生的母亲呢？是否曾真诚地给孕育你生命的母亲一声祝福呢？我们中国是一个文明古国，自古讲求孝道，孔子言：父母之年，不可不知也。一则以喜，一则以惧。也就是讲，父母的身体健康，儿女应时刻挂念在心。但据报道，某所中学的抽样调查却显示：有近 50% 的学生竟不知道自己父母的生日，更谈不上对父母的生日祝福。或许一声祝福对自己算不了什么，但对父母来说，这声祝福却比什么都美好，都难忘，都足以使他们热泪盈眶！

孝，其为人之本也，一个人只有懂得感恩父母，才能算是一个完整的人。让我们学会感恩父母吧！用一颗感恩的心去对待父母，用一颗真诚的心去与父母交流，不要再认为父母帮我们做任何事情是理所当然的，他们把我们带到这美丽的世界，已经是足够的伟大，且将我们养育成人，不求回报，默默地为我们付出，我们就别再一味地索求他们的付出，感恩吧，感谢父母们给予的一点一滴。

（作者单位：连云港市第一人民医院）

初为人母

□ 孙琳琳

轻轻地把堂堂(宝贝的乳名)放在小床上,看着他静静睡下,听着他均匀的呼吸声,闻着他呼出的浓浓地奶气,我不禁感慨,这是多可爱的小宝贝呀!转眼20个月过去了,他出生时的场景还很清晰地映在我的脑海,在老公和家人的鼓励下,我选择了顺产,产程虽然很痛苦,可是结果却令人很开心,宝宝出生顺利,男孩,5斤6两,当护士把宝宝抱到我跟前的时候,我才明白原来一个生命就是这样开始的,那一刻我的眼角不知是不是泪,心里在想这就是我的宝宝,老天给我最珍贵的礼物……看着刚刚剪断的脐带,我不由地想,这就是我俩血脉相连,骨肉相依的纽带呀!20个月日日夜夜的朝夕相伴,母子感情不断地磨合,我们之间已经越来越有默契。他什么时候想睡了,哪种表情是烦了,身为母亲的我已经能迅速做出正确判断。然而在沾沾自喜的同时,我清楚地意识到仅仅做到这一点还远远不够,母爱,意味着很多。

母爱,是孩子的精神食粮,是他心灵的氧气。母爱是不计代价、不求回报的投入与付出。自堂堂出生以来,我从抚养他的过程中获得了无与伦比的快乐与丰富的知识,我更加透彻地了解生命、了解生活、了解这个世界。我与他相处的每一天,都是我们生命中的唯一,都令我无比珍惜。不愿错过堂堂任何一个成长瞬间,因为时光不会倒流,更不曾停下。孩子给予我的,其他任何事物与之相比,都黯然失色。成为母亲给了我

丰富的人生教育,开启了我人生最重要的一扇大门,将我带入了难以描述的美好世界。让我迅速地成熟成长。做母亲虽然辛劳,但是我的收获却远远超出我的付出。

母爱,是一门课程,需用一生刻苦钻研的必修课。多久会翻身,何时会坐,多大会爬,为什么会着

凉,怎样防生病,这些问题随着孩子一天天成长而不断出现,从我们进入到育儿这所学校起就必须马不停蹄地研修这些课程,而能否让每门科目都得满分那得看我们的努力程度。我曾看过一些不及格的父母,他们因一时疏忽、走神而给孩子和家庭

造成或大或小的痛苦和遗憾,这些鲜活近乎残酷的例子时刻提醒我,这些课程不简单,一定要付出百分之百的努力。

初为人母,已有些许感动,然而比起那些儿女有成的母亲而言,我还只是个初学者,比起她们养育子女的千滋百味而言,我的感受略显单一。但我想,我和她们一样,都有着对母爱的相同理解,它不只是孩子哭闹时贴心的安慰,不只是孩子生病时无微不至的照料,不只是孩子取得成就后的一个紧紧的拥抱,它有着茶香般的悠远,松枝般的朝气……它是人世间五味情感的集合体,它意味着很多…… (作者单位:连云港市第一人民医院)





我们可以转身,但是不必回头,即使有一天,发现自己错了,也应该转身,大步朝着对的方向去,而不是一直回头怨自己错了。

——@刘墉

微言博语

小孩不小

□王瑞瑞

和同事聊天,突然说到因为工作性质的原因,孩子在家无人看管,要送回老家和爷爷奶奶生活的事,这让我想起了很多儿时的画面。其实孩子人小心不小,孩子有很多想法,他们的感情也很丰富。

“你爸妈不要你了,要不怎么会把你一个人扔这儿呢?”很讨厌别人这么说,虽然那时候自己告诉自己不是这样的,可是父母确实不在身边,所以连去反驳的勇气都没有,那时候好想爸爸妈妈快点来接我。

突然有一天爷爷告诉我爸妈真的要来接我了,听到这消息好开心,终于可以向小伙伴们证明爸妈不是不要我了,可是离开的日子一天天临近,小小的我却有好多的不舍,小伙伴知道我要走都到家里来送我,当他们把一个个用毛毛穗编成的小动物送给我时,五岁的我们都哭了。或许是因为太小,或许是真的已经很久没有和爸妈生活在一起,感觉自己喊爸妈都很困难,似乎从来就没有从我嘴里发出过这两个字的读音。来到爸妈身边觉得突然换了生活方式,改变了生活环境很不适应。不几天便开始想念爷爷奶奶,想念那些玩伴,孩子总是那么天真,那么幼稚,曾经想过我是不是可以沿着来时的火

车道回家见他们呢?好想他们,好想!之后的每次回老家,我总会很珍惜和他们在一起的时间,可是我或许太想珍惜了,突然不知道怎么去珍惜,怎么才叫珍惜,我不知道怎么做才可以让时间慢一点,再慢一点,每每离开总是两眼泪花,总是那么不舍,总会拿爷爷奶奶的手绢擦眼泪,然后偷偷地藏起来,为的只是带走一点爷爷奶奶身上的味道,想他们的时候可以拿出来闻一下!可是这些感受和想法,或许只有我自己知道。

现代生活的快节奏,让越来越多的人忙于工作,疲于生活,许多父母认为给孩子创造足够的物质条件就可以了,而忽视了孩子内心的感受,孩子的童年,所有人生观、价值观的建立都在这个时候,这是人生成长的重要阶段,为父母者实在应好好珍惜。孩子的童年只有一次,和我们一样,孩子怕孤独,孩子需要陪伴。大人总说小孩子你懂什么,其实孩子懂得还真不少,他们和大人一样有喜怒哀乐,只是让他们有这些情绪的事情不同而已。别轻视孩子的想法,别小看孩子的作为,多用行动去关心孩子,去感受孩子,你也会学到很多!

(作者单位:连云港市第一人民医院)



幸福

□ 张 敏

一直以为幸福在远方。当我看到这么一则故事,我对幸福的感受不再一如既往地坚持己见。

在很久很久以前,有一座圣安禅寺,每天都有许多人上香拜佛,香火很旺。在圣安禅寺前的横梁上有个蜘蛛结了张网,由于每天都受到香火和虔诚的祭拜的熏陶,蜘蛛便有了佛性。经过了一千多年的修炼,蜘蛛的佛性增加了不少。

忽然有一天,佛祖光临了圣安禅寺,看见这里香火很旺,十分高兴。离开寺庙的时候,不

经意间抬头看见了横梁上的蜘蛛,佛祖停下来,问这只蜘蛛:“你我相见总算是有缘,我来问你个问题,看你修炼了这一千多年来,有什么真知灼见吗?”蜘蛛遇见佛祖很是高兴,连忙答应了。佛祖问道:“世间什么才是最珍贵的?”蜘蛛想了想,回答道:“世间最珍贵的是——得不到和已失去。”佛祖点了点头,离开了。

就这样又过了一千年的光景,蜘蛛依旧在圣安禅寺的横梁上修炼,它的佛性大增。一日佛祖又来到寺前,对蜘蛛说道:“你可还好?一千年前的那个问题,你可有什么更深地认识

吗？”蜘蛛说：“我觉的世间最最珍贵的是——得不到和已失去。”佛祖说：“你再好好想想，我会再来找你的。”

又过了一千年，有一天，刮起了大风，风将一滴甘露吹到了蜘蛛的网上。蜘蛛望着甘露，见它晶莹透亮，很漂亮，顿生喜爱之意。蜘蛛每天看着甘露很开心，它觉得这是三千年以来最开心的几天。突然，又刮起了一阵大风，将甘露吹走了。蜘蛛一下子觉得失去了什么，感到很寂寞和难过。这时佛祖又来了，问蜘蛛：“这一千年来，你可好好想过这个问题：世间什么才是最珍贵的？”蜘蛛想到了甘露，对佛祖说：“世间最珍贵的是——得不到和已失去。”佛祖说：“好，既然你有这样的认识，我让你到人间走一遭吧。”

就这样，蜘蛛投胎到了一个官宦家庭，成了一个富家小姐，父母为她取了个名字叫蛛儿。一晃，蛛儿到了16岁了，已经成了婀娜多姿的少女，长得十分漂亮，楚楚动人。

这一日，皇帝决定在后花园为新科状元郎甘露举行庆功宴席。来了许多妙龄少女，包括蛛儿，还有皇帝的小公主长风公主。状元郎在席间表演诗词歌赋，大献才艺，在场的少女无一不被他折服。但蛛儿一点也不紧张和出错，因为她知道，这是佛祖赐予她的姻缘。

过了些日子，说来也巧，蛛儿陪同母亲上香拜佛的时候，正好甘露也陪同母亲而来。上完香拜过佛，二位长者在一边说上了话。蛛儿和甘露便来到走廊上聊天，蛛儿很开心，终于可以和喜欢的人在一起了，但是甘露并没有表现出对她的喜爱。蛛儿对甘露说：“你难道不曾记得16年前，圣安禅寺的蜘蛛网上的事情了吗？”甘露很诧异，说：“蛛儿姑娘，你漂亮，也很讨人喜欢，但你想想象力未免太丰富一点吧。”说罢，和母亲离开了。

蛛儿回到家，心想，佛祖既然安排了这场姻缘，为何不让他记得那件事，甘露为何对我没有一点的感觉？

几天后，皇帝下诏，命新科状元甘露和长风

公主完婚，蛛儿和太子芝草完婚。这一消息对于蛛儿如同晴空霹雳，她怎么也想不通，佛祖竟然这样对她。几日来，她不吃不喝，穷究急思，灵魂就将出壳，生命危在旦夕。太子芝草知道了，急忙赶来，扑倒在床边，对奄奄一息的蛛儿说道：“那日，在后花园众姑娘中，我对你一见钟情，我苦求父皇，他才答应。如果你死了，那么我也就不活了。”说着就拿起了宝剑，准备自刎。

就在这时，佛祖来了，他对快出壳的蛛儿灵魂说：“蜘蛛，你可曾想过，甘露是由谁带你到这里来的呢？是风带来的，最后也是风将他带走的。甘露是属于长风公主的，他对你不过是生命中的一段插曲。而太子芝草是当年圣安禅寺门前的一棵小草，他看了你三千年，爱慕了你三千年，但你却从没有低下头看过他。蜘蛛，我再问你，世间什么才是最珍贵的？”蜘蛛听了这些真相后，仿佛一下子大彻大悟了，她对佛祖说：“世间最珍贵的不是得不到和已失去。而是现在能把握的幸福。”刚说完，佛祖就离开了，蛛儿的灵魂也回位了，睁开眼睛，看到正要自刎的太子芝草，她马上打落宝剑，和太子深深拥抱着……

的确，有的人在得不到的时候，总是垂涎三尺。有的人却在拥有的时候，不去珍惜，当一切都成为过眼烟云的时候，又开始后悔。世间最珍贵的不是“得不到”和“已失去”，而是现在能把握的幸福。

乞丐有乞丐的美梦，富翁有富翁的烦恼。没钱的时候，向往有钱的生活；有钱的时候，向往没钱时的潇洒。单身的时候，向往爱情的浪漫；结了婚以后，向往一个人的自由。忙碌的时候，向往闲暇时的轻松；闲暇的时候，向往忙碌的充实……

幸福的味道不是甜蜜，而是平淡；不是浓烈的芬芳，而是淡淡的幽香。这个世界上，每个人都有自己的位置，每个人也都有自己的追求。有人喜欢烈火般的刺激，有人喜欢清水般的宁静。选择适合自己的生活，便是真正的幸福。

（作者单位：连云港中医药高等职业技术学校）



□ 戴 明

究竟何为幸福呢？幸福是人们希望永久不变的一种境界。那幸福是由什么决定的呢？我们首先要解决的是生存问题，也就是温饱，这是属于物质层面的需求，也是最基本的。但如果幸福仅仅取决于物质，那就应该可以量化，可以总结出一个幸福的达标指数，比如有多少钱或有什么条件等等。可事实又是如何呢？多数人在

物质改善后，除了一些暂时的满足，预想中的幸福似乎并没有如期而至。由此可见，幸福不仅仅取决于物质，还在于自身心态，在于我们对自身需求的定位。如果缺乏良好心态，或对物质永无止境地追求，那么，幸福将永远是可望而不可即的幻影。事实上，任何一种快乐都有某种痛苦与之对应。当我们饥渴难耐时，吃饭会成为快乐；当我们夜不成寐时，安然入睡会成为快乐。如果去掉饥渴、失眠这些前提，单单吃饭和睡觉会成为快乐吗？

那么幸福的秘诀在哪里呢？首先，对于过去避免

做过分深长地沉思。我并不是说沉思不好，对过去失败的反思有利于我们总结经验，更好地前行。但危险的是有些人整日沉浸在失败的痛苦中不能自拔，对于一切无可补救的事情懊悔不已。有一句谚语：永勿为了倒翻的牛乳而哭泣。人是不能总活在过去的，应该向前看，何必为了昨天的乌云而错过眼前的彩虹呢？其次，精神的快乐在于行动之中。“思而不行的人酿成疫病。”要想真正地获得幸福，就必须将对幸福的设想付诸行动，否则一切都只是空想，毫无意义。再者，不要想象那些遥远的无可预料的灾祸以自苦。当然了，当每个人对于未来能有所作为时，应当为未来计划和奋斗。但有人对于那些无法预料的自然灾害，例如地震、火灾等，寝食难安，惶惶不可终日，就不可能幸福。朋友，要学会享受现在的生活，尽好现在所承担的责任，其余便听上天去安排，让我们怀着感恩的心过好每一天吧。此外，当你幸福的时候，切勿丧失使你幸福的德性。多数人在成功后就丧失了使他们获得成功的美好品德，他们逐渐变得得意忘形、固步自封、尖酸刻薄，不久又跌入了不幸的深渊。永远都别忘记是什么让我们变得幸福，并让我们细心地经营和守护那份美好的品质，让幸福变得更长久吧。

若将幸福分析成基本原子时，亦可见它是由斗争与苦恼组成的，唯此斗争与苦恼永远被希望所挽救而已。是啊，虽然生活中有痛苦、有斗争，但只要希望尚存，就有幸福存在。让我们重新认识幸福，掌握幸福的方法，学会让自己变得更加幸福吧！

(作者单位：连云港市第一人民医院)

I know when to stop. I know when to let things go. I know when to move on. But I know is different from I can. 我知道何时止步，何时放手，何时前行。但是，我“知道”不代表我“能够”。

——@ 微米

激言博语

丢了自己， 要记得捡回来

□ 王娜娜

她曾经最喜欢的一句诗：两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮。而今这句诗竟成了她与男友分手的主要因素，异国恋情也最终落下帷幕。她小声地告诉我，“他不爱我了，不爱了，我好想喝酒，好想一醉不醒……”

记得有人说：爱情是一场炎症，红、肿、热、痛表现，伴随功能障碍。但凡真切感受过爱情，又经历痛苦分手的人都会有这样的表现吧！看着憔悴的她，我的语言却太过苍白，不知道应该怎么安慰她受伤的心，只能轻轻拥着她，柔柔地拍打着她颤抖的双肩，我希望她可以大哭一场，歇斯底里般将一切委屈、一切思念、一切埋怨痛苦都倾倒出来，然后做回那个活泼可爱、充满朝气的小丫头。

秋风秋雨愁煞人，夜，从没有这么长。她说，回忆是个折磨人的东西，此刻我多想做一只鱼，鱼的记忆只有7秒，7秒过后，我可以忘记曾经所有的悲伤，所有的不快，曾经遇到的人，曾经一起做过的事情也可以烟消云散。我说你不是鱼，你无法将回忆搁浅，无法淡忘深深相爱的人，无法忘记牵挂，无法忘却痛苦，但是你哭过、笑过、挣扎过、有最永恒的回忆，人生才不会觉得空白无力。爱情，生活，不是林黛玉，不会因为你的忧伤而风情万种，你若将过去抱得太紧，怎么能腾出手来拥抱现在？

如果，所有相爱的人都能相知相守，相伴一生；如果，所有美丽的承诺都能兑现；如果，所有的真心都能换来幸福；如果，所有的伤痕都能愈合……该多好……但这也只是如果！人世间有多少爱能够生死白头，不离不弃；又有多少的情可以天长地久，海枯石烂？

亲爱的朋友，不要总活在冗长的梦境里，一份感情的结束，也是新的开始，我们平凡的生命中，所有的悲伤痛苦、失败困境只是调味品，只要记得在跌倒的时候爬起来，坚定着信念，怀抱着希望，你挂满泪痕的眼睛依然会看到初升的太阳，你充满感伤的心灵依然能感受到生活的温度，让我们一起迎向云雾之后的灿烂阳光！

亲爱的，丢了自己，要记得捡回来！

（作者单位：连云港市第一人民医院）



做个坚强的玉米

□ 彭雨婷

我的主人，管理园子的那位老婆婆。春天来了，我很荣幸地同其他的玉米伙伴们被一同种下。

老婆婆细心地照料我们，她常常对着我们笑，跟我们说话，给我们讲故事。慈爱的老婆婆的笑声让我感到安逸。然而不幸事情发生了，有一天，田里闹虫灾，我的众多同胞们还没爬出黑暗的泥土就失去了生命，就在这一天我感觉到了老婆婆的泪水，然而从那以后无微不至地照料依然环绕着我们，但却缺少了那种使我安逸而慈爱的笑，取而代之的只有叹息。我在心中暗自立誓：要坚强地成长，长成一株最棒的玉米，一定要让老婆婆再笑一笑，我一定要再看看那慈爱的笑容。

即使我不知道头顶的黑土有多厚，有多硬，我依然不顾一切地用那脆弱的小脑袋往上顶，每次疼了，累了，我总会在心中一遍遍地告诫自己：一定要长成最棒的玉米，一定要让老婆婆高兴高兴。我咬紧牙关，忍着疼痛用力把脖子伸得更长一些，把脑袋抬得更高些。终于有一天，我冲破了坚实的土壤，看见了外面的世界。

外面的世界虽然不是漆黑的，但却比黑暗的世界更难以忍受，强烈的阳光刺得我睁不开眼，猛烈的飓风吹得我挺不直腰，残暴的大雨几次要把我淹没，但我从来没有放弃过，我一次次在心底告诫自己：不可以认输，一定要坚强，一定要长成最棒的玉

米，一定要让老婆婆高兴一下。为了不让寒风把我吹垮，我的脚不住地往下伸，不断地寻找地下那更坚硬更结实的石块，来使自己站得更稳。为了不被暴雨淹没，我永远都是昂着头，努力地将脖子和躯干伸直，使自己长得更高。为了使自己更强壮，即使再猛烈的阳光，我都一定会直立起身子正视它，因为我心中一直有个信念：不可以放弃，一定要坚强。

秋天到了，我长成了我们这里最强壮的玉米，我每天都把小脑袋抬得高高的，腰杆挺得直直的，盼望着老婆婆早一点发现我。然而老婆婆每天都会带走一堆玉米，我却不是其中的一个。我每天晚上临睡前都会向上天祷告，并且对自己说：“我这么棒，明天老婆婆一定会发现我的。”然而玉米地中的玉米越来越少，我去依然站在那。

直到有一天，老婆婆来到我身边，微笑着对我说：“这是今年最好的玉米，拿它当种子，明年一定可以种出更棒的玉米。”终于，我的努力没有白费，我看到了那安逸的笑容跟我梦中的一样美好。

因为我没有放弃，因为我咬紧牙关挺了过去，因为我很坚强，所以我成功了。

（谨以此文送给已经在为考研备战的师哥师姐们和即将面临考研或者工作的同学们以及每一个怀有梦想并且努力坚持的人。）

（作者单位：徐州医学院）

人似乎不能太忙碌，太忙碌了，便会觉得时光短暂得可怕。人似乎也不能太悠闲，太悠闲了，便会觉得光阴漫长得无聊。对于生命来说，时间是最无情的；对于历史来说，时间是最有情的。对于个人的悲哀来说，时间恰似高明的医生；对于民族的创伤而言，时间倒像个庸医。——@汪国真

激言博语

生命之恋

——观音乐剧《二泉映月》有感

□ 杨光礼

民族音乐,我尤爱《二泉映月》。尽管每次听它都无比沉重,然而生命真要是被拆开了,参透了,即使拆开的只是痛苦和创伤,也是快乐的。

2004年10月的一天,笔者出差到上海参加华东地区健康教育研究会年会,有幸观赏了音乐剧《二泉映月》。虽时隔八年,但整个剧情仍记忆犹新。《二泉映月》一开头便浓厚地铺开了一幕底层的生活:荒凉、冷涩,犹如冰下泉流。在一个清冷的夜晚,月如钩,一位盲眼的艺人坐在地上一遍一遍地拉着他心爱的曲子,周围没有听众,没有喝彩,甚至没有一个可以栖身的地方,只有盲人眼里流出来的几滴浊泪慰藉一颗飘零的心。再听下去就更见沧桑,胡声悠扬,把许多陈旧往事一一拉来:父亲的责骂、母亲的哭泣、过去日子的艰难拮据,如泣如诉,肝肠寸断,即便柴米油盐的奔波也揪得人心直发疼。底层生活是多么没有希望的挣扎,望穿秋水的等待,无可奈何的撑持。整首曲子都显得低回、沉吟,但沉吟中也不乏张力,这是一个平凡生命微薄的抗争,它整整代表了一个旧时代、旧社会一个普遍的心态。

盲眼艺人阿炳在街头卖艺,遇到同样境遇凄凉的老妪,他把她领回家,把唯一的小阁楼让给她,自己却睡在门外的泥巴地上,这竟成了他晚年唯一的欢悦。后来一个迷他二胡的有名望的人来了,说要帮他把胡声谱成曲,传于后世,不过得等待一段时间,这仿佛如一缕阳光。于是阿炳等

啊等,月月年年,年年月月,最后,生命之光一点一点暗淡,他在绝望之际砸坏了二胡,发誓从此不再拉。就在他即将告别人世时,那给他希望又给他失望的人终于来了,病榻上的阿炳抚胡琴而泣,久违了!久违了!这些年来让他欢喜、让他忧,让他颠沛流离居无定所的胡声之恋,终究剪不断,理还乱……

看完音乐剧《二泉映月》后,笔者感慨万千。艺人的悲剧千古一辙,他们多半穷困潦倒,孤苦无依,使我想起了享誉全球的音乐家贝多芬是精神病患者,耳又聋;作曲家舒伯特三十多岁便离开了人间,还不曾恋爱,但其摇篮曲世界闻名。芭蕾舞是一门残酷的艺术,四岁开始训练,十四岁才能登台表演,二十四岁就不能再跳,还有许多人训练了十几年却因身材限制等原因永远不能登台。精神似乎是永远没有出路的,越到深处越孤独,他带给别人的是快乐,自己却常常不能在当时的社会得到应有的认同与回报,而那些身处其中的人却越是痛苦越依恋,那与生俱来的艺术之恋永难割舍。你是谁,你是什么,也就注定了你所爱所憎恨所能所不能,试想如果贝多芬没有音乐,阿炳没有胡声,即使生活中有了小楼别墅,他又到哪去寻找他心中的花园?所以重要的是心灵的自由与放纵,生命何所惜?万物何所值?当爱一样东西爱到可以无视其它一切的时候,人世的一切悲欢笑泪又岂在话下? (作者单位:连云港市第一人民医院)



早在“海上仙山”之际，云烟萦绕的北云台山便似傲波立浪的一艘大船。数道巨桅穿云倚日，在岁月沧桑中耸立久了，便静止成山峰，演变为永恒。但人们还是沿用那古老切实的称呼：大桅尖、二桅尖。

大桅尖峰北是港，渊深湾静。帆樯林立，总在执着地编织那令人激动的东方大港梦。而峰南，风和日丽，鸟语花香的一湾幽静，若非雁阵飞鸿一路抖下沾香不散的羽片，山外人又怎知人间能有如此仙境？

宿城桃花源，一步一景。

如今，一条云台山公路隧道，凿墙开洞般将港口与宿城一夜间变作前厅后院。在隧道终端宿城出口处，东南一岭之隔便是景幽形胜的船山飞瀑景区。

船山的飞瀑称奇，飞瀑以三帘竞挂、别有洞天夺人。

远望船山，飞入眼帘的是“黄河之水天上来”的壮观，群峰被瑞云紫气随意裁成上下两截，下为倾翠泼墨的水彩画，上为神秘莫测的云霄宫。那天上人间交接处，喷泻出一道飞练，疑为瑶池泄漏，银河决口，连天水柱斜倚云山。当地人将这一独特奇观称作阎王鼻，这是船山飞瀑三帘竞挂的最上一帘。

阎王鼻甩下数百米处，杉木挺拔、奇石处处间，便是水帘洞了。传说《西游记》第一回中“石猴勇探水帘洞”的故事，吴承恩是由此洞产生灵感。

船山的水帘洞石窟宽大，可容数十人，更有天然石桌石凳，壁生冷气，隙透凉风，终是大汗淋漓之躯，入内稍息，顿觉暑气尽消，一身清爽。洞内还有一泉，据说为直通东海的海眼。洞深处石壁间，供有一尊菩萨，下有石香炉，四季香火不绝，自有

□ 殷胜理

桃花源
船山飞瀑

“客上船山，一生平安”之说。原来在阎王鼻上侧，便为三官顶。“三官”的故事在云台山地区几乎耳熟能详。“三官”又称三元大帝，晋代《搜神记》载：东海人陈光蕊生了三个儿子，得道成仙，分管天、地、水三界，他们分别娶了龙王的三个女儿，每个龙女又各生一子，个个神通广大，法力无边，后被上天封为三元大帝。《西游记》中又说，唐僧也是陈光蕊和殷夫人所生，看来，这既有水帘洞又有三官顶的船山，与《西游记》确有渊源。

和阎王鼻相比，水帘洞又有另番气势，崖壁如削，镜面倚空，飞来之水如烈马自崖头脱缰而下，湍流激越，声如惊雷……人于水帘洞内，会惊有万马千军自眉梢驰下，踏耳际而入……闭目凝神，会油生金戈铁马之铿锵，气冲斗牛之豪壮。

水帘洞四周，杉木参天，翠竹扶摇，古藤掩壁，荻草疯长，自成一处南木北草荟萃的生态园。那岩、那树、那溪，在飞瀑云烟里，若浓墨重彩，不是仙境却胜似仙境。

船山飞瀑的最下一道水帘为滴水崖，烈马狂奔至此，好像驯服了许多。虽少了骠悍之气，却多了几分温柔，几分亲切，将一部惊天动地的杰作婉约成极富情调的罗曼史，又似在演绎一种永恒的人生哲理，有《船山飞瀑赋》为证：

将五千年阳刚之气，一泻为快，酣畅淋漓，潇潇洒洒。

容四海气魄，壮五岳行色。远瞩，似仙袖林梢拂；仰视，若银河九天落。云台山朝朝暮暮谱成的一曲神韵哟，惊天地，泣鬼神；每一节音符，莫不虎啸龙吟……

夜，活数十里莽莽云台，鹰游山与大桅尖对话，羊山岛伴保驾山私话；晨，山妹子从船山飘然而过，沾水秀发，洒珠露，舒玉腕，神了漫坡云雾茶。

唐天子留在拴马松下的那束马尾呢？早作琴弦，

一曲未了，便活生生锯出“一线天”的绝壁耸崖……

有山鹰掠过，拼出一片黑松林；飞来红鹤盘旋，染赤满湾枫叶……灵气贯斗牛，神韵惊万家！

身临其境，天上，地下，身前，身后，过去，未来，尽皆童话……

大河如斯否？道是胸怀博大却暗裹泥沙；沧海如斯否？亦进、亦退，难说不含诡诈。

唯你，万箭集于一弦，万马蹄疾一片，磊磊落落，一泻千丈，摧腐拉朽，是非功过，唯留明镜鉴天下。

好个船山飞瀑，在一搏中献身，在跌落中升华……

船山是一湾水的世界，劲书“船山飞瀑”牌坊的山门以内，亭榭呼应间，河湖相通，处处碧波，溪头岸畔，凤舞柳枝，绿茵吐瑞，构成无尽情趣。有人将连云港的水光山色概括为海、古、神、幽四大特色，那么船山之幽堪称一绝。

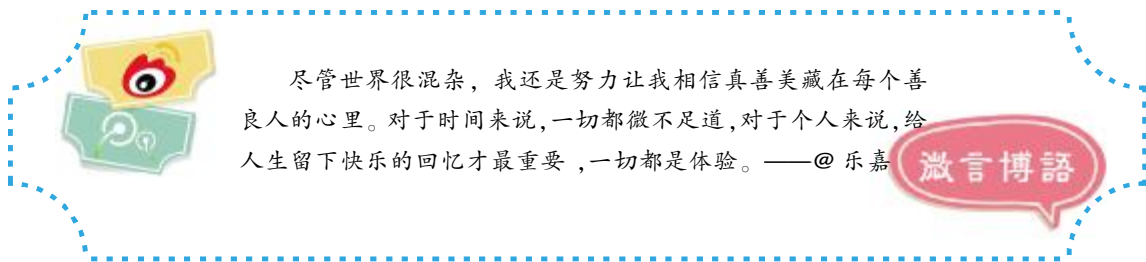
自船山飞瀑最底端新建的游乐园过戏水桥拾级而上，自有一番如攀西岳华山般乐趣。新铺的石阶如天梯虎步龙盘，闪亮的铁索若彩虹自天而降。迎面崖壁刻一斗大“幽”字尤为引人注目。向上看，怪石嶙峋，一处一景，满山秀枝繁草，大气磅礴间，有的自成房舍般，可容三五十人盘膝而坐，有的两岩中开一缝，鬼斧神功为“一线天”之杰作……

立于峰顶观礼台上，自有登高而望远之快，情满而欲溢之畅。东方海天相接浑然一色，浪波条条如线，航舟点点如蚁。海鸟、林鹁于眉际阵阵盘旋之下，田湾核电站宏伟气势尽收眼底，令人心旷神怡。

不经意间回首环顾，整个宿城桃花源如画屏油然展示：峰峦相拥，群楼林立。那点缀于宿城水库间的保驾山，一若袖珍盆景生出锦上添花般情趣。

遥看卧牛岭、万寿山，料知宿城桃花源的无限美景，一一珍藏在那瑞气祥云之间……

（作者单位：连云港市东方医院）



阅秋

□ 赵莹

秋，是一个成熟而妩媚的季节，带着片片飘落的金色。

秋，是一位婉约而风情的诗人，留下徐徐淡薄的灵动。

秋，是一曲带着彩蝶的音符，是踩着松软的落叶，轻轻哼唱起一首“归去来兮”。

秋，又是吝啬的，一年只光临人间一次，它浓缩了多少哲理，像一本耐人寻味、百看不厌的书，让人们阅读，年复一年……

瑟瑟的秋风是这本书的封面，一阵风赶跑了夏的炎热，送来了秋天的清凉，人们就开始品味着秋天，品味着秋天的味道。秋风是严肃的，无情地将摇摇欲坠的叶子吹落，剥去了娇弱树干的伪装，青松翠竹方显出英雄本色，任何虚伪在秋风中暴露无遗。秋风是不解人意的，总爱用“沙沙……”的伴奏吹出人们心中的忧伤，吹落人们眼中的凄凉。难怪总有人感叹：“秋风秋雨愁煞人。”吹不透的秋风，吹不透的忧愁。

悠悠的秋水是这本书的序言，“一江春水向东流”，流过夏来流过秋。秋水满载了春的芬芳，夏的热烈，又赋予了秋的神秘，它流淌着一个季节的情愫，一个季节的精华，沐浴在秋风中，体味着“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”，怎能没有超尘脱俗之快感？望不穿的秋水，望不穿的沉醉。

朗朗的秋月是这本书的彩页，“明月几时有”，待到中秋月圆，洒不尽的银辉笼罩着人间，抹不去的相思布满了心田。秋月一轮，映出家乡的土地家乡的人，映出了“隔千里兮共明月”的安慰，照出了“但愿人长久，千里共婵娟”的祝福。读不尽的秋月，读不尽的思念。

萧萧的秋叶是这本书的结语，从依附到颤动，

从飘摇到旋转，从沉默到安宁，从有形到无言，这是一个生命的过程，秋叶绽放美丽的过程。它的结局不是死亡，而是重生，它溶化为泥土，庇护了它前世的家；它升腾为空气，亲吻着它来生的嫩芽。一段生命的回归，没有埋怨，只有奉献；一次生命的轮回，没有悲哀，只有笑颜。数不清的秋叶，数不清的祝愿。

秋天，的确与众不同，没有春雨的缠绵冗长，没有夏雨的肆虐狂暴，没有冬雨的冰冷刺骨，有的只是平静和清凉，我喜爱的正是这淡泊宁静的秋色，钟爱的正是那温柔多情的秋韵。

秋天，有时冷酷无情，拿出秋风扫落叶的魄力；有时又脉脉含情，像《秋日私语》所诠释的那样温柔清新。秋天，既有令人失落惆怅的叶子凋零，又有叫人精神振奋的菊花盛开。秋天，勾起游子无限的思乡哀愁，又回报了辛勤农夫以丰收的喜悦。秋天，容易勾起回忆的季节，很美，很淡，很伤，很甜，似青春的滋味一般。

秋天，读不尽，读不厌，更读不懂。然而读不懂的又岂止是秋天，还有那读秋的人……

（作者单位：连云港市第一人民医院）



茉莉人

□ 李 进

这盛夏，骄阳似火，水泥地上方的空气蒸腾得像要凝聚起来一样。院落里，茉莉花开了。那朵朵洁白精致的花儿，悄无声息地弥散着它与生俱来的清香。酷暑纵是这样炎热，茉莉花还是坚守着表里如一的清爽，它正好似这烈日下的一枚乱世佳人。

花有色香味，人有才情趣。都说女人如花，细细品阅历史时光里出现过的美人，民国初年的“林下美人”林徽因可谓是一枚色香味俱全、俱纯的茉莉美人。她是徐志摩再别康桥里的难舍佳人，是金岳霖终身未娶的心结痣，是梁思成宠爱一生的至宝。这良苑奇葩，蕙质兰心，叫人好不怜爱添相思。

在那个特殊的年代里，封建余风依然强势。世人们保守地张望着这个日新月异的社会，独立的灵魂思想仍旧被禁锢着。一袭白色衣裙，俏丽的短发，姣好的容颜，这个精致、淡雅的女子如同茉莉般盛开来。较早地接受维新思想，带着强烈的对自我的追求意识，林徽因特立独行地选择建筑业，并为之奋斗一生，成为中国第一代女性建筑家。她严谨却又不失浪漫，酣畅地写出《人间四

月天》这样灵动的情诗，当可谓之民国才女。而在日益浮华的今日，你我又能否准确、果断地找到自己的方向，并为了到达那个目的地，力排众议，义无反顾呢？要有独树一帜的个性，要有坚强的执着力，既然选择了远方，便只顾风雨兼程。试问，你又何尝不能是人潮中惊鸿一瞥呢？

当北京的部分古建筑被摧毁，当林徽因保护古迹的想法被权贵视为笑柄，她始终如一地坚守着心中的信仰。携手丈夫四处考察古迹，编写文书，当之无愧于中国第一代女建筑家的称谓。她就像是茉莉花般，在愈是炎热的酷暑，花朵愈是淡雅，花香愈是清新。

无论何时何地，被人挑剔了，被人质疑了，被人嘲讽了，是抛开一切顾及去辩驳，或是一味自怨自艾。深夜很黑，那么你为什么不起头呢？可能一瞬间身处暗地里的你就会看到满目星光。

确实，我很渺小，命如草芥。但茉莉告诉我，质本洁来，适应生存，花朵可以很美，花味可以很醇。人啊，别再搔首弄姿了，选定你的生命方向，摆好你的人生 pose，去做一个茉莉人吧！

（作者单位：江苏建康职业学院）

中秋时节桂花香

□ 江 荣

金秋九月，穿行于小区，甜丝丝的香气萦绕于四周的空气中，深呼吸，馥郁的桂花香沁人心脾，一抬头，“枝头万点妆金蕊”，一低首，“褪下残英簌簌黄”，十里清香。

又是一年桂花飘香的季节，又是一年月圆家圆的中秋。月与桂似有千年不变的约会，最亮最圆时看到最美最香的她，快到相约时，天上明月一晕晕地圆满，地上桂树一朵朵地绽放，相逢一刹那，万物皆失色，唯有相聚相思弥漫在人间。

月圆花开，月下赏桂，无需浓酒人已醉。闭目遐想，仿佛穿越到盛唐大宋，白居易月下独自赏桂，李清照闺房睹桂生情，杨万里携友诵桂……文人骚客留下多少千古绝唱，我独爱清照那一阙“暗淡轻黄体性柔，情疏迹远只香留。何须浅碧深红色，自是花中第一流。梅定妒，菊应羞，画栏开处冠中秋。骚人可煞无情思，何事当年不见收？”这边美少妇吟罢，那边走来了现代诗人徐志摩，撑伞走

在烟霞岭的山道上，路遇村姑探问翁家山的桂花香不香，却闻“客人，你运气不好，来的太迟又太早”，这时仿佛看到徐志摩情伤懊恼的模样。

这秋，这月，因桂而万千诗意。桂花也成为我最爱的秋季之花。

其实在年少时候，因为桂花树多生长于南方，没见过花影、只闻过市卖的桂花香水，终觉浓俗而厌弃。与桂花结缘，是在那一年，到南京紫金山拜谒民国第一大总统孙中山，

一踏入大门就被一股香气吸引，这香味入口即化，融入肌骨，奇怪世间怎么有如此入口入心的香气。一路循着香味找到了中山陵，也看到了成片成片的桂林，星星点点的小黄花隐匿于绿叶间，花不起眼香醉人，香氛轻灵而脱俗。

不知这片桂树林是之前一直就有，还是后人栽种的，我宁愿相信这是宋庆龄女士一棵棵亲手种植的，每棵树都饱含着深情、爱心、真心。她最懂他的心，孙中山先生钟爱桂树，生前在广西桂林靖王府居住的时候，曾与宋庆龄一起在门前亲手种植两棵桂花树，生后，她在他的安寝之地中山陵周围种满桂花树，盛开时花落如雨，厚厚的落花化作层层香泥，有桂做伴，有香可闻，如同当年两人居住在靖王府，你依我依忒煞情多。

近几年，随着城市绿化的不断完善，我们居住的街道旁、小区里、医院园区里，也种植了许多桂花树，时近九月，桂花香漫溢开，香气拂去烦扰忧伤，虽身处车水马龙的都市也感受到自然之美，让浮躁的心灵沉静下来。

桂花香让我诗意万千，而在我妈妈手里，桂花变成了好吃的美食，她采集盛开的桂花，洗净晾干，一层层撒上白糖，密封在玻璃瓶中，半月后开瓶，香气四溢，吃汤圆、喝开水放上一片，哇，味道美极了。

特别是早上，坐在面向景区花园的餐桌前，食用一道甜点——桂花藕粉，用透明的水晶碗盛着，水嫩嫩的藕粉里藏着金灿灿的桂花，吃到嘴里，滑溜溜的，满是夏天清荷、秋天金桂的味道。原来诗是可以散在心里，又能吃进胃里的。

秋季闻桂，夏季看荷，冬季赏梅，春暖花开，心有诗意，一花一木一石皆有情，大千世界万物皆有意。

有花赏花，有月赏月，心似桂花点点开，溢满香气，溢满幸福。

(作者单位：连云港市第一人民医院)





月圆中秋

□ 孙凤凤

农历八月十五日,是我国传统的中秋佳节。这是一年秋季的中期,所以被称为中秋。此夜,人们仰望天空如玉如盘的朗朗明月,自然会期盼家人团聚。远在他乡的游子,也借此寄托自己对故乡和亲人的思念之情。所以,中秋又称“团圆节”。据说此夜月球距地球最近,所以八月十五的月亮比其它月份的满月更圆,更明亮,从古至今也就有了饮宴赏月的习俗。

适逢中秋之夜,我仰望天空,望见一轮圆月,天空中有层层清云,淡淡的一圈月晕,如烟似雾,弥漫在月光下,既不喧宾夺主,又有万般娇态。许多人愿意在屋中度过这中秋之夜,而我却更喜欢在静谧的夜晚,在高高的阳台或户外倾听月的歌声,感受“月中清露点朝夜”。自古至今,许多著名的诗人、作家均描写过月,写月的无私公平普照大地,写月的淡淡月光给人的安慰,纵然其中并非都是中秋圆月。月亮从古至今都是思念、温柔、恬静的象征。尤其是中秋圆月,多少诗人睹物生情,写下传世之作,又有多少是离别之人的惆怅。而我却没有这样的哀愁,我记起的则是:孩童时期,在老家的院子里过中秋节,这天,大人们会早早地忙完农耕从田里回家,抖掉身上的泥土,除去一天的疲

惫,便让我将方桌摆到院子里,简单地摆上几个盘子,再让我从房顶取下地里成熟正准备晾晒的花生、黄豆、玉米等,放在水里洗干净,妈妈则是生火烧上一大锅水,待水开后,再将我洗好的果实放进锅里煮,这时妈妈会将偷偷藏起来不让我多吃的月饼摆上桌,那时妈妈说月饼太甜,小孩子吃多了对牙齿不好,所以当时对月饼分外嘴馋,想到这些我不禁流口水。我还帮着妈妈一起和面做上几个圆圆的糖饼,待煮好的果实一起盛上桌,然后一家人一起品尝丰盛的美味佳肴,共享欢庆的良辰美景。此时的月亮已升至中天,如水的月光透过窗子泻下了淡淡的柔和和清丽,虽然还有薄云笼罩,但却是月圆如盘,纤云弄巧,仿如轻纱缠着美人一般。那是孩童时期最开心、最难忘的事了。

这月光虽不及太阳炽热的光芒,但这中秋圆月仿佛是平静的大海吸收着每个人的思想,在她的温柔恬静中,思想的波涛也在缓缓地释放,化成云雾环绕其周。这是多美好的意境啊!愿这记忆深入的意境荡涤我陈旧的思想,冲刷掉世间的不平。畅想属于自己的“圆月”!让普天下的人们在这个团圆之夜尽情享受千里共婵娟的幸福!

(作者单位:连云港市第一人民医院)

一片丹心献患者

——记连云港市第一人民医院神经内科专家李世滢

□ 江 荣

1984年除夕夜，市一院神经内科主任李世滢正在与家人观看春节晚会，突然听到一阵急促的敲门声，原来，一名香港船长在连云港港口突然发病，请他前去会诊，李世滢抄起外套便出了门。经检查分析，诊断这位船长患的是急性心肌梗塞合并蛛网膜下腔出血，病情万分危急，治疗错综复杂，但经过李世滢7天7夜的精心治疗、日夜守护，终于使这位船长起死回生。当船长回国后找英国皇家医学学会名医复诊，医生在看完病历和查看病情后，高度评价素未谋面的李世滢说：“在没有CT的条件下，能如此迅速地作出诊断，并取得如此好的疗效，简直是医学上的奇迹！”

在这个没有硝烟的战场上，李世滢40多年如一日，凭着精湛的医疗技术和无私的奉

献精神，挽救了一例例危重病人的生命，创造了一个又一个生命奇迹，为连云港市神经内科发展、为连云港市医疗卫生事业作出了卓越贡献，先后被授予全省卫生系统“双学”先进工作者、全国卫生系统先进工作者及连云港市首届“十佳文明服务标兵”、市卫生系统先进工作者、优秀共产党员、“双学”先进个人等荣誉称号，1993年享受国务院颁发的政府特殊津贴。

他的心中始终装着病人的安危

1964年，儒雅高大、家境优越的苏州城人李世滢，从南京医学院毕业后，响应“支援苏北建设”的号召，来到连云港市第一人民医院工作至今，期间，年迈的父母盼着他回去，家乡的房产等着他继承，而他放不下他的病人，

觉得落后的连云港更需要他,从此他扎根于这片土地一干就是40多年。

他最看重病人,最看轻自己,作为当时连云港市唯一的神经内科专科主任,作为连云港市神经内科创始人,他承担着全市以及周边地区病人的会诊重任,但他从不抱怨,只要病人需要,就会毫不犹豫地奔向那里,病人的安危始终系在他的心上。因为神经系统病人的病情复杂多变,加上当时没有CT、心电监护等设备,他常常是几天几夜守护在病人床边,以便及时施救。1992年夏天,常年为病人劳累的李世滢病倒了,可他不等休息好又继续在自己的岗位上忘我地工作。2000年6月,劳累过度的他患上了多发性肠息肉,手术后刚刚恢复、身体还很虚弱的他,不顾家人的劝阻,毅然回到病人的身边。他仍然是那么轻声地问候,弯腰细心地聆听,仍然是那么细致入微地查体、给下级医师分析病情、指导诊疗。退休后,李世滢一直坚守在岗位,他也从没有停止过治病救人,他赢得了广大群众对他的无限崇敬和信赖。

他的目标建立全市最好的神经内科

70年代初,连云港市的神经内科还是一片空白。1972年,从南京脑科医院进修回来,李世滢在全市率先开展神经内科疾病诊治工作,开创了连云港市神经内科及市一院神经内科的历史。他积极开展新技术、新疗法,多项技术填补了连云港市神经内科的空白,先后在省级以上刊物发表多篇学术论文。他重视临床教学工作,言传身教,毫无保留地传授临床经验和技能,认真组织教学查房、病例讨论,带出了一大批爱岗敬业、责任心强、成绩优异的好医生,为连云港市神经内科的发展、为市一院神经内科发展培养了一大批德才兼备的后备人才。

在他的努力下,脑血

管病死亡率、致残率大幅度下降,疑难危重病抢救成功率大幅提升,达到省内先进水平,在神经内科常见病、多发病及疑难危重病的诊疗方面积累了丰富的经验,成为本地区技术力量最强、设备最齐全、诊疗水平最高的学科之一,得到了省厅领导的肯定。2011年1月,神经内科被省卫生厅批准为省级临床重点专科。

他的声名响彻港城大地

李世滢是连云港市知名的神经内科专家,医术精湛,胡耀邦、乔石等中央领导同志来连视察,都由他担任保健医生。远近城乡慕名而来的病人络绎不绝,每一个病人他都细心检查,耐心解释,从不嫌麻烦,深受病人称赞。

他40多年如一日,作风严谨,不徇私情,对工作极端负责。多年来,他一直担任连云港市计划生育二胎鉴定、工伤鉴定、兵役体检、招生体检等兼职工作。他时刻牢记自己是一名共产党员,始终廉洁奉公,自律自勉,从不辜负党的重托和人民的期望,出色地完成了各项任务。

40多个春秋,40多年的奋斗,德技双馨的李世滢把一片丹心献给了千千万万个患者,献给了神圣的医疗卫生事业。他的名字在港城人民中传唱不衰。(作者单位:连云港市第一人民医院)



他用奉献写人生

——记连云港市第一人民医院副院长、神经外科主任李爱民

□ 胡 蓉

李爱民，连云港市第一人民医院副院长、医学博士、神经外科主任、主任医师、硕士生导师，江苏省“科教兴卫工程”医学领军人才（联合共建），江苏省有突出贡献中青年专家，国务院特殊津贴获得者，中共江苏省第十一次党代会代表。从医 26 年来，他在平凡的岗位上兢兢业业，任劳任怨，以饱满的工作热情、严谨的工作作风、精湛的医疗技术和无私的奉献精神，赢得了群众的广泛赞誉，得到了社会的充分肯定，先后被授予全国“五一”劳动奖章、江苏省劳动模范、江苏省卫生系统白求恩式先进工作者、连云港市第八届“十大杰出青年”、江苏省先进工作者等荣誉称号，所在科室被授予连云港市“五一”劳动奖状。

淡泊明志 扎根港城求奉献

1987 年，22 岁的李爱民从南京医学院医学系毕业，离开自己的故乡盐城来到了连云港，从此扎根于这片土地一干就是 26 年。26 年，弹指一挥间，从大队

卫生室、乡镇卫生院，到区医院、市医院，每一处都留下了他坚实的足迹，他把自己人生最宝贵的青春年华，奉献给了他深深爱着的港城人民。读研、读博、出国进修深造，多少次母校和导师的极力挽留，一个接一个上海、苏南等地大医院的高薪诚聘，他都婉言谢绝，因为一次次与港城的分离和团聚，让他更加确信，连云港需要他，港城人民需要他，他深爱着这片土地，这里有信赖他和他信赖的亲友与同事，这里更有让他施展才华的舞台。他要到那最需要他的地方去，奉献一生。

勇于探索 开辟医学新天地

神经外科是连云港市传统重点科室。在老一辈专家的多年努力下，该科的医疗技术已蜚声苏北、鲁南，在江苏省神经外科界也有很高的声誉。2000 年，李爱民走上科室领导岗位以后，深感自己的责任重大。他把保持科室的优势，进一步深化科室内涵建设

作为自己的首要任务,以亚洲最大的神经外科中心——北京天坛医院神经外科为标杆,从强培训、强技术、强科研入手,选派业务骨干到国内外进修,鼓励科内人员参加国际学术会议,鼓励科研和技术创新,不断提升科室的整体实力和知名度。在他的带领下,10年来,神经外科床位数从起初的30张发展到今天的104张,成立了连云港市脑血管病中心,重大手术例数所占比例明显增加,颅底外科手术量在省内名列前茅,引进新技术30余项,成为淮海地区规模最大、开放床位最多、治疗病人最多、水平最高的省级神经外科中心。2002年,神经外科顺利地通过省级重点临床专科评审,实现了连云港市省级临床重点专科零的突破。李爱民凭着自己高超的业务水平、过硬的医疗技术和卓越的领导才能被评为江苏省医学会神经外科专业委员会常委、连云港市医学会神经外科专业委员会主任委员、淮海经济区神经外科专业委员会副主任委员。

智慧之光 灿若长虹映杏林

医学是一个始终充满挑战,需要不断开拓创新的领域。多年来,李爱民刻苦钻研,笔耕不辍,始终坚持向书本学、向实践学、向专家学、向同事学,争做一名学者型、专家型的医务工作者。苏州大学硕士、博士研究生学习,北京天坛医院进修学习,瑞士苏黎士大学神经外科、英国利物浦大学医院神经外科深造等,这早已练就了他干练的工作作风、超强的临床工作能力、高超的显微外科手术操作技巧、科学的思维方法、丰富的临床工作和社会管理工作经验。他扎实的理论水平和基本功、丰富的临床经验、娴熟的英语沟通能力使他犹如插上了金色的翅膀在医学的天空任意翱翔,为他迅速把握病人的疾病特点、迅速运用国内外有关方面的经验和现代医学诊疗手段使病人获得最确切的诊断和治疗奠定了坚实的基础。26年来,李爱民共完成颅脑外科手术4000多例,从未造成病人死亡和严重的并发症。多少脑神经外科急、危重病人在他的救治下获得了新生,多少复杂的颅内肿瘤病人被他从死亡的边缘拉了回来。他以渊博的



李爱民(右一)正带领医护人员查房

学识、精湛的医术和全心全意的奉献精神赢得了广大患者对他的无限崇敬和信赖。

他勤奋耕耘,始终瞄准国际新动向,积极开展科学研究和新技术、新项目,辛勤的劳动换来了丰硕的成果:参与“十五”攻关项目一项、主持省级资助研究课题五项;2009年获江苏省自然科学基金资助课题一项,实现了连云港市卫生系统省级自然科学基金科研立项零的突破;获江苏省政府科技进步三等奖三项、连云港市科技进步一等奖两项、二等奖一项;在国内领先开展乙状窦前双骨瓣开颅技术,在苏北地区率先完成内镜垂体瘤切除术,先后五次获得江苏省卫生厅新技术引进二等奖。

生活造就了李爱民朴实、谦虚、正直、向上的人格魅力。认识李爱民的人都有同感:这个人“没有博士架子”。他尊重老专家,团结科内同志,关爱下级医师,总是以大局为重,吃苦在前,把方便留给别人,以身作则,做好表率,耐心细致地做好各项工作。作为教授、硕士生导师,他非常注重医学人才的培养与教育,悉心指导研究生进行课题研究,对下级医师从不保留,认真做好传、帮、带工作,尽自己所能传授经验和技能,并鼓励他们多创新、多学习,为他们的成长、成才尽可能地创造条件、营造浓厚的学术氛围,赢得了学生和各级医师的尊敬和爱戴。李爱民,这位年轻的神经外科专家,凭着坚强的毅力、超凡的智慧和执着的敬业精神,绘出了一道亮丽夺目的彩虹。

(作者单位:连云港市第一人民医院)

孜孜不倦 攀登医学高峰

记连云港市第一人民医院肿瘤科主任、『科技标兵』蒋晓东博士

□ 江 荣 胡 蓉

连云港市第一人民医院有一位 70 后医生,学术研究与科研创新能力受到国内外同行的持续关注。

这名年轻的医生是谁?

他是连云港市卫生系统获得国家自然科学基金项目的第一人。

他是江苏省“十二五”临床重点专科(肿瘤放疗科)学科带头人。

他是江苏省“十二五”“科教兴卫”医学重点人才。

他先后获得“江苏省首届百名医德之星”、省“我最喜爱的 30 名健康卫士”、省“六大人才高峰”项目资助对象、“市政府特殊津贴专家”、市“个人服务明星”、“连云港市首届青年科技奖”、市“我们身边的十大青春榜样”、院“科技标兵”等荣誉称号。

他就是连云港市第一人民医院肿瘤科主任、主任医师、医学博士、市一院医疗集团放射治疗首席专家蒋晓东。

锲而不舍,做一名专业拔尖的好医生

1993 年,23 岁的蒋晓东从苏州医学院临床医学专业毕业分配至连云港市第一人民医院工作,从一名普通的放射科医生到业务骨干、从放疗科专业硕士研究生、硕士生导师到放疗专业博士研究生,一步一个脚印,经过 19 年的奋斗,他已经集各种荣誉和头衔于一身。当越来越多的鲜花和掌声扑面而来的时候,他清醒认识到自己真正的身份是医生,“永远当一名好医生”是他攀登医学高峰的不竭动力。

工作之初,一直怀着“当一名优秀外科医生”梦想的蒋晓东被分配到放射科工作,“当一名外科医生的梦想折翼时,也曾苦闷、彷徨过,但我坚信,只要是金子到哪都会发光,要做就做最好。”瞬间的迷惘后,执着、虚心、刻苦的他很快成为放射科的业务骨干,干一行、爱一行、专一行,强烈的求知欲使他义无反顾地选择了考研之路。

考研之路艰辛,他当时与 6、7 名单身职工挤住在一起没有看书的空间,于是别人下班了他留在储片室埋头看书,饿了就啃方便面,困了就在桌上趴一会儿,1998 年,蒋晓东以优异的成绩考取了徐州医学院硕士研究生。

读研之路曲折,考取了研究生后蒋晓东得知要被调剂到肿瘤放射治疗专业。面对这既不是他理想的学校,也不是他理想的专业,他又要面临一次选择:干放疗专业,似乎前途渺茫,不知路在何方;不干这个专业,那就意味着多年的艰辛付之东流,最终他坚定选择了放疗专业,并为之锲而不舍地拼搏。

读研期间因为导师调动,蒋晓东经努力争取到去中国医学科学院深造的机会,与协和医科大学的研究生一起学习。他倍加珍惜这个机会,在跟随导师临床实践的半年期间,他以北京医科院肿瘤医院值班室为家,如饥似渴学知识,埋头苦干管病人,凭借自身的努力和聪明才智,蒋晓东提前一年通过了硕士论文答辩,也正是这段宝贵的学习经历为他打下了坚实的专业基础。毕业后,他谢绝了导师的挽留和北京大医院的聘请,毅然回到连云港市第一人民医院,2006 年,成为肿瘤科主任兼放疗科主任、徐州医学院硕士生导师。

在勇攀医学高峰的道路上,为了放疗科的发展壮大,他突破学科带头人自我发展瓶颈,毅然选择了读博,并如愿以偿地考取天津医科大学肿瘤学博士,师从国内著名放疗专家、中华医学会放射肿瘤分会主任委

员、中国工程院院士于金明教授。“读万卷书不如行万里路，行万里路不如请名师指路”。师从名师可以学到真本领，也意味着必须比常人付出更多的汗水，他在前行的路上愈战愈勇。

潜心科研，做一名开拓创新的好医生

作为学科带头人，蒋晓东深感责任重大，他清醒地认识到，肿瘤放疗科要想在国内有位置，省内有名气，必须加强学科内涵建设，医、教、研三位一体发展，特别是科研创新要有新突破。

沉得下心、耐得住寂寞，蒋晓东把名和利看得很淡，以“闲看庭前花开花落，漫随天外云卷云舒”自勉，一门心思投入到科研工作中，他在导师于金明院士的指导下，开始了艰苦卓绝的跋涉。除了工作，他的业余生活就是查阅文献、指导学生做实验、写文稿。别人眼中的枯燥生活，他却越干越起劲。有一次，他得知香港著名医学杂志社社长汪道远博士到南京讲课，为了向他学习撰写SCI文章技巧，蒋晓东随即赶到南京，在会场外足足等了3个小时，他终于见到了汪博士，当面请他指教。他的好学精神感动了汪博士，如今两人已经成为交流学术的好友。

一份耕耘，一份收获。近年来，他发表了6篇SCI论著，特别是关于血管内皮抑素方面的研究，得到国内外专家和同行的认可，受邀在中美放射肿瘤研讨会、全国临床肿瘤学术大会等多个高端会议上进行学术交流。

今年8月，由他担任第一主研人的“肿瘤细胞表达VEGFR2对其放射敏感性的影响及其相关机制的研究”项目获得国家自然科学基金资助，实现了全市卫生系统国家级科研项目零的突破，成为我市卫生系统国家自然科学基金资助第一人。同时还获得卫生部科研项目1项、江苏省自然科学基金项目1项，成果之丰硕，级别之高，均创市卫生系统记录。

心系患者，做一名仁心仁术的好医生

69岁的张大妈出院时留言：当医生在我身上划线确定放疗部位时，恐惧让我泪如雨下，这时一个年轻医



生走过来握着我的手说：“大妈，不要哭，我们都是你的儿女，在身上画个线没什么的，画好了才能放疗，放疗后就不喘了，不要害怕。”和蔼的话语如春风拂掉她的不安，后来护士告诉她，他就是放疗科主任，蒋晓东博士。

32岁的李女士因疾病导致男性化，并且结婚多年不孕，辗转多家医院均不明原因，婚姻也濒临失败。她慕名找到蒋晓东求医，很快确诊为垂体微腺瘤，经过治疗半年后病情明显好转。一年后，李女士和全家人特意来医院看望蒋晓东以表示感谢。此时，他和所有的医务人员都已认不出她来，站在他们面前的是一个楚楚动人的美丽女子，怀中还抱着一个可爱的孩子。

一个好医生不但要关心病人的病情，更要关心病人的“心病”。为让病人对癌症有一个正确科学的认识，蒋晓东每年都要举行一次抗癌联谊会，邀请那些治愈者（癌症治疗中，5年不复发者即为临床治愈）来科室讲授抗癌经历，积极鼓励引导患者，使病人树立战胜病魔的信心。

“病人的康复是我最大的幸福”，在病人的眼中，蒋主任虽然年纪轻轻，但仁心仁术。工作中，他一心为病人着想，兢兢业业、严格把关，竭力为病人提供最好的治疗，总是尽量控制和节约治疗费用，他以高超的专业技术，优良的医德医风赢得了患者一致好评。

当一名好医生需要更多地付出，作为省级临床重点专科的学科带头人，他工作非常繁忙，每年参加各种疑难、危重病人的会诊讨论100余人次，每年收治各种肿瘤病人400余例，并承担市一院医疗集团的放射治疗首席专家，经常参加院外疑难危重病例会诊。

永不停歇，瞄准博士生培养点和国家级临床重点专科

蒋晓东在院领导的大力支持下，着力加强科学、人性化的管理，打造了一支凝心聚力、共谋发展的团队，无论治疗水平，还是学术科研水平，他的团队均走在全市前列。如今，连云港市第一人民医院放疗科从最初的不到10张床位，发展成为拥有100多张床位的省级临床重点专科，从一个小科室跃为一个集现代化设备、高新技术、优质服务和开拓创新为一体的治癌中心。目前，该科是徐州医学院肿瘤学硕士生培养点，是本地区规模大、设备最新最齐全、科研能力最强、省内国内有一定知名度的放疗单位，尤其是在专科临床技术水平、科研、教学和研究生培养等方面为全市同行瞩目。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。蒋晓东总是永不满足，勇于攀登。现在，他又带领他的团队，瞄准了下一个目标——博士生培养点和国家级临床重点专科，豪情满怀，劈波斩浪，驶向更加灿烂辉煌的明天。

（作者单位：连云港市第一人民医院）



扎根东海 矢志不渝

——记东海县人民医院眼科专家宋玉斋

宋玉斋,男,汉族,82岁,中共党员,主任医师,离休干部。原任连云港市东海眼病防治研究所所长,徐州医学院兼职副教授、教授。全国白内障人工晶体协作组委员、江苏省科协委员、江苏省医学会理事、华东智能研究中心客座研究员。

他从医40多年来,医德高尚,视病人如亲人,积极钻研专业技术知识,一直致力于白内障、眼外伤、眼部整形等研究,离休后,拒绝了外地医院的一次又一次高薪聘请,始终坚持在东海县人民医院工作,一次又一次地解除眼疾患者的痛苦。3次被卫生部授予“全国卫生文明先进工作者”称号,1986年获全国“五一劳动奖章”,1988年被江苏省政府授予“有突出贡献的中青年专家”称号,1989年被国务院授予“全国先进工作者”称号,1991年获国务院政府特贴,1992年被推选为中共十四大代表,2009年被评选为“市卫生系统德技双馨楷模”。

服从组织,潜心钻研专业技术知识

中共中央党校出版社2006年12月出版的《八荣八耻箴言录》一书中记录宋玉斋这样一句话:“一个科技工作者的学术生涯中,倘若连一个‘未知数’也未能解决的话,岂不白活一生。”他是这样说的,也是这样做的。1966年12月18日,他响应毛主席“把医疗卫生工作的重点放到农村去”的号召,从徐州第一人民医院来到东海县人民医院。为了搞科研,下放时

他向徐州第一人民医院领导提出了三个要求:1.请把入党申请书转交给东海县;2.要求“陪嫁”两本书:英文本 Arruga 所著《ocular surgery》;中文本孙信孚所著《视网膜病》;3.要求带走一台旧裂隙灯。到东海后,他在非常困难的条件下潜心工作、搞科研。1969年江苏省卫生厅给他一项科研任务——人工晶状体(简称 IOL)的研究,他毫不忧虑地接受下来。没有实验室,就在自家小屋里研究,没有经费,自己就花钱买来一些家兔,借助动物进行试验研究,没有饲料,自己就到集市上去捡白菜叶子来饲养这些兔子。经过多年的研究,人工晶状体研究成功,并在临床上推广应用。与此同时,他还进行眼内异物定位及手术方法研制,同时获得成功。当时《人民日报》、《新华社》、《香港星岛日报》国外《法新社》相继报道这些成果。1978年第一届全国科学大会上,人工晶状体和眼球内异物定位获两项国家级荣誉奖。《人工晶状体》文章被中华眼科学会遴选为向建国三十周年献礼文章,发表于《中华眼科杂志》1979年第三期的首篇;眼球内异物定位技术,除多次被书刊杂志应用外,还载入逾百万字的《眼科大辞典》中。几十年来在《中华医学杂志》、《中华眼科杂志》、《眼科新进展》、《国外医学眼科分册》、《实用眼科杂志》、《眼外伤与职业眼病杂志》还有省级的《江苏医药》等学术期刊上发表了论文、译文、技术革新资料等60余篇,1996—1998年

又有“用巩膜咬切器作膜性白内障手术”及“人工晶体助推仪的设计及临床应用”等成果通过鉴定,并已发表于全国性眼科学术刊物上;与国内 25 位教授或主任医师一起编写了《新编临床眼科学》一书,作为教学材料及临床应用。

矢志不渝,竭力发展东海眼科事业

几十年来,宋玉斋一直致力于东海眼科事业的建设,培养出一代又一代专业技术人才,言传身教,做好传帮带,现有高级职称 4 人,中级职称 6 人,形成老中青三结合的人才梯队。目前,东海县人民医院眼科被命名为全市重点专科,在苏北鲁南地区享有盛名,每天全国各地慕名而来的患者络绎不绝,门诊病人近 200 人、住院病人 30 余人,高峰期达 60 余人。

1986 年 11 月 12 日,连云港市眼病防治研究所所在东海成立,宋玉斋被任命为所长。当时分管文教卫生的严健市长和市卫生局长杨龙洲两人来东海揭牌剪彩,杨局长说:“今后东海县医院眼科对内是县医院的一个特殊的科室,对外是咱家连云港市眼科中心。”多年来,宋玉斋培养了一批又一批眼科人才。从 70 年代起,每年都接受来自全国各地派来进修培训的眼科医生,有新疆吐鲁番医院、伊犁和克拉马伊油矿医院、连云港水务局医院、徐州市第三医院、广州中山医学院(现在是中山医大)等等,省卫生厅经常安排全省眼科医生前来进修,常年为徐州医学院学生授课。多次参加国际、全国、省、市眼科学术会议,其中四次在国际眼科学术会议的大会上宣讲论文:《后房人工晶体》、《眶内异物定位及手术》、《玻璃体剪刀》、《白内障手术的对角切口》等,获国内外眼科专家一致肯定和好评。

德技双馨,造福人民

宋玉斋多次放弃返回城市的机会,扎根农村。他说“我的事业在东海,我的生命在东海,我哪也不去!”几十年来,他把病人当亲人,把工作当乐趣,把医术当艺术,把一生献给患者,对待患者真诚友善、每一个细节都认真细致,那慈祥的面容,洋溢着的笑容让每位患者都感到春天般的温暖!每天从全国各地慕名而来的患者接踵而至,他早上班,晚下班,从无星期天和节假日,手术有时一做就是十几个小

时,年事已高的他常常是大汗淋漓,体力不支。为此,他专门准备了一个高凳子,实在撑不住了,就坐在凳子上为病人做手术。离休后,原本他能清闲下来好好地休息休息,但是,他还是没有闲下来。放弃外地医院的一次又一次地高薪聘请,仍坚守在自己的工作岗位上,还像普通医生一样,出门诊、管病人、查房、做手术,每天都安排得满满的。找他的病人很多,点名预约的手术不断,医院领导和同事们常劝他,年纪大了不能再像年轻时那样干了。他总是说:“病人来找我是对我的信任,不能推辞。”他每周一、三、五专家门诊,由于前来求医的患者太多,上午未看完下午接着看,直到让每位患者满意为止。外市县患者因路途遥远,赶到县医院时专家号已挂完,他理解病人焦急的心情,不顾自己年迈体弱,还主动写条子让挂号室加号为病人看病。为了能让患者及时看上病,有时他提前上班,约病人到病房看病,有时甚至约他们到家里来看病。2009 年 4 月份,78 岁高龄的他突患脑梗塞住院治疗,躺在病床上的他顾不上病痛,仍然向年轻医生传授眼病治疗知识。许多眼病患者打电话慰问咨询,他不厌其烦耐心解答。出院后,身体尚未完全康复,他就在家里为慕名而来的患者进行检查诊疗,为病人服务。

“木犁当可挂靠南墙;依然偕牛耕耘酣忙。历历卷册虽有小记;甘愿续燃挥洒余光”。宋玉斋医德高尚、医术高超,追求崇高,追求完美,用自己的实际行动模范践行了共产党员的先进性,集中展示了医务工作者的良好形象,实现了一辈子当一名好医生的人生追求。

(本文由东海县人民医院办公室提供)



青春无悔

——记市技术标兵、市一院重症监护病房护师翟怀香

□ 杨光礼

翟怀香,小巧玲珑,快人快语,整个人儿透着一股朝气和干练。

2003年,翟怀香毕业于扬州大学医学院,来到连云港市第一人民医院,先后轮转于急诊观察室、急诊重症监护病房(ICU)、泌尿外科等科室。众所周知,ICU病房可以说是全院最繁忙、最辛苦的科室,很多从ICU转出来的护士都暗自庆幸。可是,翟怀香轮转到了泌尿外科后却高兴不起来,她做了一个果断的决定,然而这一决定却出乎所有人的意料,翟怀香毅然于2009年9月主动向护理部提出申请要求再回到ICU工作。用她的话说,也许是生来就有那种不怕吃苦、迎难而上的劲头,觉得工作越是辛苦就越能体现人生的价值。

做好护理工作不仅要有热情和爱心,还需有广博的知识。为此,翟怀香奋发学习,于2011年获得江南大学护理本科学位。在ICU实践中,翟怀香深知,仅有一股热情还远远不够,还得有一手过硬的技术,为把良好的愿望变为现实,翟怀香勤奋学习护理理论知识,苦练护理操作技能,经过艰苦努力,她不仅理论扎实,而且技术过硬,先后多次参加院级及市级护理操作技能竞赛均获得优异成绩。2009年参加市护理操作技能竞赛荣获三等奖,2010年参加院内操作技能竞赛获得第一名,2010年参加市护理操作技能比赛获得第二名。今年8月份经过市里层层选拔,翟怀香在全市20余名选手中再次脱颖而出,于8月28—29日代表连云港市参加了在南京举办的全国卫生系统护士岗位创新技能竞赛江苏省分区的决赛,凭借她过硬娴熟的操作技术,最终力斩群雄,获得重症监护护理专业技能操作比赛第一名,并将代表江苏省参加全国总决赛。

翟怀香以过硬的护理专业技能、全面的个人素质,成长为一名优秀的护理业务骨干。2011年,她顺利通过了江苏省危重症专科护士的培训和考核,成为了一名危重症专科护士,进一步提高了自己的专科护理知识,为全力做好重症病人护理工作打下了坚实的基础,为挽救病人的生命赢得了宝贵的时间。去年5月的一天,翟怀香正在与一位外院转入的患者交流的时候,患者突然出现无原因的双手乱抓、躁动,心电监护仪显示心率加快、血氧饱和度下降,根据她的经验,病人可能发生气道阻塞,她立即

给予患者呼吸囊辅助呼吸,同时呼叫医生进行抢救,密切配合医生行气管插管及呼吸机辅助呼吸,由于救治及时,患者转危为安。多年来,她以扎实的基本功和丰富的临床经验,一次次将危重患者从死亡线上拉了回来。

翟怀香常说,当一名护士就要学会爱,健康的人需要爱,患病的人更需要爱。2010年3月的一天,ICU病房收治了一位呼衰合并肾衰的患者,入院时全身多处三度压疮,奇臭无比。当班的翟怀香没有退却,她运用所掌握的最新压疮护理技术,每天为病人清创换药,经过10天的精心护理,压疮创面逐渐愈合,患者感动地对她说:“谢谢您了,我家人也做不到这样,太感谢了!”看似平常而又普通,可病人却从中感受到了亲人般的温暖。在这一刻,她觉得所有的脏和累都是值得的。

一年365天,只要工作需要、病人需要,翟怀香都是闻讯必到,战之能胜。她从事护理工作9年来,以兢兢业业、踏踏实实的工作作风,以对患者认真负责、护患至亲的良好职业道德,以勇于吃苦、敢于创新的职业精神,得到了领导的认可、患者的信赖和同事的广泛好评。由于工作出色,她于2009年获得市“技术能手”,2010年获得市“技术标兵”,并多次获得院“优秀护士”等荣誉称号。

辛勤的耕耘,获得了丰硕的果实。然而,在翟怀香的内心,时刻掂量的不是成绩和荣誉,而是如何把一切做得更好,让每一位患者都能康复如初……(作者单位:连云港市第一人民医院)





年轻护士的阳光心态

□ 李肖肖

阳光,很温暖,拥有阳光心态的年轻护士呢?

作为年轻护士,我们正踏在漫长护理事业之旅的起跑线上,沿途中有数不尽的坎坷泥泞,也有着数不完的喜怒哀乐,怎样才能永葆阳光?我想只有心存美妙期待,笑对生活,以阳光的心态来迎接每一天。

年轻的护士,工作热情洋溢,记得刚工作时,我每天踏着清晨的第一缕阳光步入病房,在老师们的带领下,我每天都面带微笑,细心地和病人沟通交流,认真做好每一项工作,严格执行三查七对等,获得病人及家属的一致好评,院内网上护理服务满意度调查表上竟出现了我的名字,当时我很意外。我思考着:首先是微笑拉近了我和患者的距离,其次是我的真心付出,用心地工作得到了患者的认可,年轻护士就应该用“爱心、耐心、责任心”服务患者。

年轻的护士勇于接受挑战,我独立值班的时候,由于缺乏经验,我感到了前所未有的压力,我心里在打鼓,我怎样才能让每个患者在我班上都安然无恙?第一次值夜班,从接班开始,我就心跳加速,病房中一个接着一个的琐事让我脑中一片混乱,不知从何下手,嘴里念叨着:“坑着了,怎么那么多事,烦死了。”护士长听到之后,走到我面前对我说:“你一定不能乱,分清轻重缓急,先干什么后干什么,做事要有节奏感,不能被事情压倒,心态要摆正,更不能说坑着了之类的话,影响自己的心情,积极乐观地面对一切,遇困难,还有护士长在呢。”这一席话如同清凉的小溪水流进了我的心里,让我的心冷却淡定。我想:没事,我肯定行。之后,心中的事有了顺序,步伐也慢慢有了节奏感,一套夜班我成功拿下,心中如释负重。心想:夜班没问题,我能上,只要自己心不乱,一切都错不了。只要严格执行各项规章制度,细心认真,一切都错不了。

年轻的护士经得起考验,工作快2年了,这2年来,大大小小的事经历了不少,我也成长了许多。记得护士长曾说过:“细节决定成败。”我是一个不怎么注重细节的人,就拿书写护理记录单这件小事来说吧,刚开始我老是写错,写错的方式还层出不穷,要么写错行,要么红黑笔用错等等。一下笔就要犯错,一个夜班下来,要重抄的护理记录单好几张,抄错了又得重抄,弄得我心力交瘁。后来护士长指导说:“写前暂停一秒钟,看准了再写。”之后我每写之前,在心理数一秒,慢慢地养成习惯。一个月后,我再也不用重抄了,这件事让我体会到:做事要认真,全神贯注,来不得半点马虎。

年轻的护士工作积极主动,心存感动。当我积极主动地为患者倒掉尿袋里的小便,仔细地为每位患者做会阴擦洗,为发热的病人将热药塞进肛门,细心地观察他们的体温变化时,患者感动了,但让我高兴的是他们的体温降下来了,我的付出有了回报,因为我知道发烧时,冰火缠身是怎样的煎熬。病房中也有着让人数不尽的感动。当我看到一位高大的父亲十年如一日地照顾生病的儿子,将在冰箱冰藏的如冰般的液体毅然放入温暖的胸膛,捂热了液体也捂热了我的心,他们面对病魔的纠缠都能如此得坚强,他们的心灵是如此得火热,然而我们呢?我想:当困难来临时,笑着面对就是对它最好的抗争。

作为一名年轻的护士,我觉得科室就像一个人生的大课堂,里面充满着喜怒哀乐,每件小事都透露着人生哲理。要当好一名护士,我们需要学习的东西还有很多很多,我们要端正工作学习态度,积极进取,用“爱心、耐心、责任心”服务患者,用阳光之心温暖每一颗受伤焦虑的心。是的,阳光很温暖,但年轻护士的心比阳光更温暖,年轻护士们脚下的病房将更明亮。

(作者单位:连云港市第一人民医院)

朝抵抗力最大的路径走

——《谈修养》读后感

□ 胥 静

《谈修养》中，朱光潜先生跟现代中国青年谈了这样一番语重心长的话：“时光向前疾驰，毫不留情去等待人，一转眼青年便变成中年老年，一不留意便陷到许多中年人和老年人的厄运。这厄运是一部悲惨的三部曲，第一部是悬一个很高的理想，要改造社会；第二部是发见理想与事实的冲突，意志与社会恶势力相持不下；第三部便是理想消灭，意志向事实投降，没有改革社会，反被社会腐化。”给它们一个简题，这是“追求”、“彷徨”和“堕落”。

想想我们的工作，觉得我们好多人都在这条路上走着。

刚毕业的时候，几乎每个人都憧憬着自己的未来，规划着自己的蓝图，自己上班后要怎么做，几年内要达成什么目标，自己要往哪个方向发展，并且为之付诸行动。但是工作了一段时间以后，一方面困于工作，一方面又被人事所累，逐渐将自己的梦想抛到九霄云外去了，每天按部就班地上班下班，混日子，看看周围的人都这样过的，就觉得心安理得了。在许多人的心中，护士就是打针发药，要那么高的学历干嘛，本科护士都浪费，更不用说研究生了。许多有理想的人，也逐渐被这种思想所腐蚀，最后大家都像老和尚撞钟，过一天算一天了，最后在碌碌无为中过完这一生。

如果我们不想踏上这条路，就必须要有彻底的觉悟，拿出坚强的意志，下苦功夫，作充分的思想准备，朝抵抗力最大的路径走。

在《谈修养》中，朱光潜先生说“穷究目前中国社会腐败的根源，以为一切都由于懒”，对于我们目前的状况，朱先生的话并未过时，针砭时弊地指出“懒”是我们不思进取

的最深根结。

在平常工作中，经常会听到这样那样的抱怨，“我们上班都这么忙了，天天还让我们看书、考试，哪来的时间啊”、“会那么多知识干嘛啊，我们要都会，还要医生干嘛啊”等等。这些思想天天侵蚀着我们，消磨着我们的意志和理想。这时就需要我们有强大的抵抗力。

其实，时间就像海绵里的水，只要你愿意挤，总是会有。工作闲暇之际，你可以利用上网聊天的时间来看书，睡觉前也可以翻几下，每天计划看几页，日积月累，滴水都能穿石，难道还会记不住那点知识吗？

现在我们实行的是优质护理、人性化护理，我们不仅要给病人做治疗还要进行心理护理和健康教育。如果你对疾病一点都不了解，病人问你什么你都不知道，还怎么给病人进行宣教，怎么给人以信任？一旦产生信任危机，即使你讲得再有道理，他也不会信任你、配合你的，甚至产生医疗纠纷。

我们要想改变境遇，获得别人的尊重，首先要学会尊重自己，就是要努力提高自己的能力。不管病人问你什么问题，你都能给予一个满意的答案，这样病人就会尊重你、信任你，配合你的工作。在我们周围有许多优秀的护士，她们是医生的好帮手，不仅能够给医生一些好的建议，帮助更好地治疗抢救病人，而且还起到很好的监督作用，从而避免一些医疗事故的发生，获得医生的尊重。

其实，在这个世界上，所有英雄式的人物故事都是相似的，无论是西方的《奥德赛》，还是东方的《西游记》，在你通往成功行将成名的道路上，都要经历九九八十一道磨难。医学事业是成就英雄的事业，从你选择学医的那一刻起，你就要明白，你所踏上的是怎样一个征程。如果我们想在这条路上继续走下去，成功地走下去，我们就得摆脱惰性，朝抵抗力最大的路径走。（作者单位：连云港市第一人民医院）

浅谈护士修养

□ 吕 晶

工作之余,我把朱光潜先生的《谈修养》一书认真地读了一遍。看了之后,我受益匪浅,颇有感触。每个人的修养不同,所展现出的人格气质也不同。

朱老先生在书中说道:“人好比一棵花草,要根茎、枝叶、花实都得到平均和谐地发展,才长得繁茂有生气。”身为一名护理人员,我觉得我们就好比那一棵花草,光有美丽的外表是不行的,自身的内在修养与内心的美也很重要。护士被喻为“白衣天使”,护士只有将内心的美与外在的美融为一体,才能给病人产生美感,让病人感受到生活与生活的美好。

护士服,燕尾帽已成为护士特有的标志,从护士授帽仪式开始那一刻,就注定了我们将为护理事业,为人类的安康而努力奋斗。护士面对的是患者,我们的衣着、言语和举止都会影响患者的情绪。为了给患者以美感,增加患者战胜疾病的信心,我们穿着整齐,衣帽整洁,表情自然大方,工作时面带微笑,步伐轻盈,充满活力。使用文明用语,“您哪里不舒服”、“请问需要帮助吗”、“我马上给您做治疗”……这般话语如一股暖流缓解了患者的急躁情绪。语言是护患沟通的桥梁,说话的语气、速度、方式都是有讲究的。温和,亲切,可信的语言,可以使患者感到处于被关怀、体贴、慰藉之中,可以拉近护患距离,增加护患信任度。由此可见,语言素质修养在护理工作中显得越来越重要。

护士虽是没有翅膀的天使,但依然能够给人类带来温暖与幸福。她们的微笑,是人间最美的笑容。每天微笑着来到工作岗位,微笑着面对患者,友善地对待每一位病人,倾听每一位患者的倾诉,做好每一

项护理操作,她们忙而不乱,忙中有细。我的一位同事曾说过“对患者负责,就是对自己负责”。

“金玉其表,败絮其中”的典故,相信大家都不陌生,光有好看的外表,没有内在素质修养与内涵,又有何用。护士不仅要有好的仪表仪容,更要有好的职业道德修养、人文修养、知识修养。

当我看到杭州一名护士虐婴事件的报道,很是震惊,该护士的这一举动,引来了舆论对护士道德的谴责,这种违背人性和职业道德的虐待,令人发指。也许这是极少数人的个人行为,希望以后不会再有类似的事件发生。优质护理提出“无陪”或“陪而不护”,我们不能因为家属的缺席而为所欲为,不管病人家属在与不在,护理人员都要一视同仁,做好自己的本职工作,用心去呵护每一位病人,给他们最好的服务,而不是站在道德底线上,给我们的护理事业抹黑。职业道德修养,是每一个护理人员都应该具备且要遵守的。

人文素质修养在护理工作中扮演着重要的角色,护理工作责任重大,而且护理工作通常是在无人监督的情况下,单独进行的,有很强的独立性,我们做得正确与否,病人很少知道,也很难进行监督和了解,因此“慎独”修养是护理人员必须具备的特殊品格。这是护理人员做好护理工作最可靠的保证。我们平时虽然都有三查七对,两人核对,但执行起来如果没有慎独的精神,错误仍不可避免。“勿以善小而不为,勿以恶小而为之”,慎独的自我修养应体现在每一件小事上,要持之以恒,如果每个护理人员都有一颗慎独之心,那么护理差错就会少一点,病人的伤痛就会轻一点。(下转 56 页)

我是护士我骄傲

□ 徐进霞

有天使的地方,就有最美丽的风景!

都说护士是天使,是白衣天使,因为这我选择了她;都说护士工作脏、苦、累、还有被感染的风险,可每当听到病患家属满含深情的一声“谢谢”时,我为我是护士而骄傲。

从事护理工作已经有些年头,这其中有苦,有泪,有辛酸,而更多的是欣慰。能够成为一名呵护健康、挽救生命,给予病人无微不至关心和照顾的护士,我无怨无悔。

我是急诊科室的一名工作人员,急诊科室是一个特殊的岗位,是医院诊治和抢救病人的第一场所,仅有良好的服务态度远远不够,更重要的是要有熟练的抢救技术和应急能力,对急诊病人要迅速、准确作出诊断和处理,尽快减轻病人的痛苦。2012年3月10日早上,一阵慌乱声传来,接着一位已昏迷的老人被推进了急诊室。当时病人家属都已不抱希望了。我们这些护士在医生的带领下,给病人吸氧、挂水、量血压……2个多小时的有效抢救,终于挽留住了老人的生命。当老人慢慢睁开了眼睛,老人的儿女们热泪盈眶,拉着我们的手不住地摇着。老人出院了,她的儿女们给我们留下了这样一段话:那么多的护士小妹妹,一个个是那么得可爱,让我们看到了真正的敬

业精神,正是由于她们时刻牢记“特殊人群,特殊关爱”的宗旨,才奏响出“诚信、和谐”当代文明医院的交响曲。

认真钻研业务,熟练掌握各种抢救仪器和抢救技术,是我们的必修课。科室每过一段时间就要进行理论和操作考试,来提高医务人员的技术水准。护理工作很忙很累,高强度的工作加上夜班白班的交替值班,使我们的生物钟严重颠倒。作息时间难以保证,看书、学习、练习操作技术的时间就只能从睡觉、休息、吃饭的时间,甚至是上厕所的时间中挤出来,尽管如此,我们对于业务的钻研没有丝毫松懈怠慢,因为这是关系着患者的健康,关系着患者的生命安全。

选择了这身白衣,就选择了救死扶伤的天职。在单位,我们是患者及其家属的贴心人;在家里,我们又是女儿、母亲、妻子。年迈的父母、幼小的孩子也是我们的牵挂。可是当病患需要我们时,我们只能向家人说“对不起”。有人问“你们为的是什么呢?”

是啊,我们为的是什么呢?我没回答,也不用回答。

任世间风云变化,任沧海化为桑田!我坚守我的誓言。

我骄傲,我是一名医务工作者;我无悔,我是一名医务工作者。
(作者单位:赣榆县人民医院)

● 接前页

如今护士的工作已不再是单纯地执行医嘱、打针发药那么简单了,现在各地医院都在广泛开展整体护理、优质护理,要求护士将时间还给病人,给病人更人性化的护理。这对护士的要求又提高了,而专业知识水平的提高,迫在眉睫。为此,我们平时要多学习,多参加培训,提高自身的知识修养,为病人打造一个好的知识氛围,解病人之疑。

良好的心理素质,高度的责任感,坚定的正义感,较强的适应能力等等,这些都是护士的修养,不管外在的,还是内在的,护士的这些素质修养,孰能与之媲美?文山书院的梁思波先生在《护士赋》中写

道:“服务患者,护理之责,一笑一颦,牵动患者喜忧,一片一剂,关顾患者安危,放弃家人欢聚,大爱送病人,舍弃陪伴亲人,履职护患者,挽病人于倒悬,救患者于苦痛,扶压伤之芦苇,燃将残之灯火。施善解难护士情,奉献自我,拯救他人。”这几句话,把护士的大爱之心、救死扶伤、无私奉献的精神表现得淋漓尽致。常言道:送人玫瑰,手有余香。做护士虽然辛苦,但为病人奉献的同时也会有收获。我要接过南丁格尔手中的战灯,继续着我的护理旅程,为人类的安康而努力奋斗。

(作者单位:连云港市东方医院)



刹那芳华

□ 宋 茹

传说生命是一种奖励，传说生命是一首神曲，生命如歌亦如花，而这花只盛开一季，却是我们在黑暗中跋涉了万里，在寂寞中挣扎了千年所得。它凝结了我们的渴望与努力，炫烂而仓促，它是燃烧的热情，也是破灭前的美丽。也许那永生的诸神也在神秘遥远的虚空，羡慕地看着我们，希望获得如我们一样的绽放，哪怕只有一瞬。

这是永恒时刹那地倾慕，这是宁静时澎湃地渴望。于是无数天使们化身护士来到人间，这是美丽对光阴的挥霍，这是绽放一次，却要铭刻岁月的宣誓。

到了魂牵梦绕的人间，医院成了她们的聚集地，观察室、病房听到的是疾病痛苦的呻吟。看到的是血水、脓液、排泄物，然而她们毫无怨言，因为天使只有爱，没有怨，为了无菌操作，她们硬是闭上双眼，狠心地将一双玉手伸进各种具有刺激性的化学消毒液中，任皮肤同心灵一同接受磨炼，在外人看来这份职业只有打针、发药，可谁知道：任何一个护士遇上抢救病人都是耳听眼观，手脚并用，将病人救离死亡的那一瞬间，她们是如此的伟大，于是每当人们想起那天使化身的护士，总会不由自主地虔诚膜拜。

岁岁年年多少事，迎来送往何其多？有人曾为她们算过，一个护士一天走下来的路就有二十里之多，那么一年、十年、二十年？旧时曾有举世闻名的丝绸之路，而她们脚下的路却是用热爱、执着、奉献和牺牲刻写着里程和路标。而如今的我们，在谦恭和庸常中求存的我们，在温煦与丰足中沉醉的我们，早已累了，倦了，不再有一次燃烧的力量。我们驻足，享乐，而神圣的天使们拨出世俗的峥嵘，永远奔赴在生命的第一线，她们无私奉献地燃烧着自己的青春，使自己成为人们需要的那道光芒，用火热的激情洗涤着我们疲惫的灵魂，将最炫烂的生命之火再度带回，并且代代传承。

没错，她们就一颗颗流星，燃烧着我们的岁月，激荡着我们的心灵。生命不应蜷缩在碌碌无为之中，不应糜烂在无所事事里，既然我们成为了天使，那就让我们尽情地燃烧吧！让我们的生命尽情绽放！

只有这样的生命，才不会蜷缩在碌碌无为之中，才不会糜烂在无所事事里，生命如火要燃烧一生，绚烂一生，要循着它独特的轨迹，一直滑到太阳的光辉里，在那九阙天幕之中灼上永恒的烙印！（作者单位：连云港市第一人民医院）



因授予幸福而幸福

□ 陈琳

母亲的爱是伟大的,母亲的关怀是无私的,母亲的奉献是平凡的。不是母亲,却胜似母亲,这就是我们——新生儿病房的护士。南丁格尔告诉我们——“专心致志以注意授予护理者之幸福”,而我们却因能授予幸福而幸福着。

挽救一个孩子的生命,我们是幸福的!减轻一个孩子的病痛,我们是幸福的!可这幸福的背后又有多少泪水和汗水!新生儿病房的工作是艰辛而枯燥的,每天就是抢救危重患儿、治疗、喂奶、换尿布,每天都在那小小的空间里来回打转。有时候真想好好休息呀,真想一觉睡到自然醒呀,真想陪陪自己的孩子呀,真想真想……可看到孩子们一张张痛苦的小脸,我们什么都不再想了。这些孩子可不是最可怜的吗?刚刚出生,就饱受病痛地折磨,特别是早产儿,呼吸关、出血关、感染关,哪一个关口都是鬼门关啊!原本他们该幸福地依偎在母亲的怀中,吸吮着甘甜的乳汁,享受着极尽的宠爱。看到这些孩子,可不是心都软了吗?可不是就想像母亲一样倾尽一切的爱与精力照顾他们吗?

记得去年冬天的一天,保洁员赵姨急匆匆地抱来一个孩子,那孩子的家人狠心地抛弃了他。28周出生,体重1公斤,这是我们见过的最小的早产儿!很快,值班医生和护士长都来了,我们马上进

入抢救状态,吸氧、建立静脉通路、上呼吸机,一切都以最快的速度进行着。我们默默地告诉自己,要尽全力拯救这个可爱的生命!几天后,他可以撤机了!大家觉得奇迹马上就要发生!可很快,我们又开始担心,小家伙没有力气吃奶,而且稍稍多吃一点就会腹胀。我们只好一滴一滴地喂他,然后再给他做腹部按摩。一天又一天,小家伙终于可以用奶瓶了,奶量也涨到了5ml!护士长还教我们为他做抚触,让他感受到妈妈般的爱抚。就这样,小家伙在我们的精心呵护下一天天长大了!经过努力,我们还找到了他的家人。出院那天,我们都有点不舍,几个月来,他已经成了我们自己的孩子,可我们更多的是高兴,因为是在我们的手中谱写了这样一曲完美的生命之歌!

我们是圣洁的白衣天使,我们奉献的是一丝温情、一份关爱、一滴汗水、一份真情,奉献的是最宝贵的青春,可我们却因能授予幸福而幸福着!新生儿无陪病房就要建成,在护理部的领导下,我们会更加努力,让更多的孩子健康茁壮地成长!我们不图任何回报,心中只有一个愿望:让孩子们的生命中少一份病痛,多一份精彩!这就是我们最大的幸福!

(作者单位:赣榆县人民医院)



□ 葛益曼

泰戈尔曾说：“天空中沒有翅膀的痕迹，但我已飞过。”作为一名普通的护士，不知不觉，这已是我工作的第三个年头了，在已过去的时光里，我静静地回忆，细细地搜寻，却找不到走过的痕迹。作为一名护士，我懂得患者在你心中多重，你在人们心中就有多重。众所周知，我们的工作很辛苦，没有固定的节假日，没有固定的休息时间。这份工作太普通，普通到许多人都忘却了这个职业；这份工作太辛苦，辛苦到许多人都愿从事这一职业。可是，正是我们这些普通的人默默奉献了自己的一份关爱，一份汗水，一份真情，才换来了千万家庭的幸福和安康。

曾记得几个月前，一位60多岁的李奶奶，因为不小心摔骨折了，在我们骨科住院行股骨头置换术，儿子和儿媳都远在贵州打工，2个月前的一场车祸也带走了一直陪伴她的老伴儿，老太太绝望地哭泣着，我们一遍遍地劝说，一声声地抚慰，“一定要放宽心啊！

一切都会好起来的！家人不在，我们就是您的亲人！”此后，我们便义无反顾地承担起照料她的责任，梳头、喂饭、擦身、陪她聊天，并让老人通过手机和她的儿子联系、沟通。一天天的，老人的脸上笑容越来越多了，在康复出院的那一天，老人握着我们的手，激动地流下了泪水：“孩子，你们都是好人呐！谢谢你们了！”听着李奶奶的话，我心里非常温暖，并感到非常幸福。马克思说过，在选择职业时，我们应该遵循的主要方针是人类的幸福和我们自身的完美。我们的工作虽平淡无奇，但我们燃烧了自己，照亮了别人；我们的职业虽平凡渺小，但我们奉献着自己，成全了别人！我们在打针、发药、铺床、输液中感受呵护生命的快乐；在交班、接班、白天、黑夜中实现着人生价值。

还记得一个中午，正值交接班之际，急诊科送来一位无名氏患儿，当时孩子已处于昏迷状态。当即，我们医护人员立即展开全面抢救，时间在一分一秒地流逝着，工作在有条不紊地进行着。经过2个多小时的奋战，孩子的病情终于稳定了，同时他的家人也赶来了医院，看着躺在病床上的孩子，他们的脸上透着焦急、忧虑、悲伤，他们失声痛哭并用怀疑的态度质问我们孩子的情况。经过我们多方解释和安抚，他们才平静下来，在悔悟后用歉意并感激地注视着我们，我们只是展颜一笑。确实，有时我们默默无闻的付出，却经常会遇到委屈和误解，但我们无怨无悔。因为从戴上燕帽，穿上护士服的那一刻起，我们就要对得起“白衣天使”这个称号。

三年来，我真切地体会到医院突飞猛进的发展，大型高端设备的引进，“三好一满意”和争创优质护理服务活动的开展，都取得了良好的效果。医院给我们创造了学习、服务、奉献的平台，我们也从中体现了自身价值。虽然多少次的拖班加班，多少次的委屈误解，但当病人一个个痛苦地来，又一个个健康地走，我们深感欣慰。虽然每天留下的是一身疲惫，一身药味，但换来的却是病人的身心安康，我们无限幸福。就这样，我们视病人重如泰山，亲如家人，急病人所急，想病人所想，在平凡的岗位上体现护士自身的价值。

我工作，我快乐，我繁忙，我幸福，就让护理这个职业成为我们的骄傲，让“白衣天使”这个称号永远与你我同行。（作者单位：灌南县新区人民医院）

发扬一麟精神,真诚服务患者

□ 江 荣

夏季高温时节,连云港第一人民医院的心脑血管、耳鼻喉科、急诊各科忙碌不息,就诊人数较平常增加四分之一。为了在高温季节给患者提供优质的服务,推进“三好一满意”活动再上新台阶,连云港市第一人民医院召开了以“树优质医院品牌,创人民满意医院”为主题的动员大会,正式拉开2012年“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动的帷幕,活动期间着重从“预约服务、亲情服务、延伸服务”着手,为群众提供满意服务。

“一麟杯”服务品牌历久弥新

为了继承发扬该院首任院长——留德博士刘一麟“无私奉献、勤勉敬业”的高尚精神,自上世纪九十年代起,连云港市一院在全市卫生系统率先开展“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动,旨在夏季最热的100天内,出台各项举措提高服务质量和水平、不断提升服务能力,强调“服务只有起点没有终点,质量只有更好没有最好”。今年已是第十四届,在活动中,医院人员秉承“精诚、仁爱、和谐、求实、创新”的医院精神,在社会上树立了良好的服务品牌,赢得了患者的赞誉。

预约——服务更便捷

今年的“一麟杯”百优活动以预约服务为着力点之一,力争让就医更加便捷。首先实施预约挂号服务,制订了详细的预约挂号流程及预约挂号工作管理制度,由专人负责此项工作,完善信息化设施,通过窗口预约、电话预约、网上预约、复诊预约等多种形式为患者提供门诊预约诊疗服务;其次是合理安排住院病人的预约检查、预约结账和预约手术时间。通过开展预约工作,改善了门诊就医环境,优化了医疗资源利用效率,

缓解了排长队现象及“看病难”、“挂专家号难”等问题。

细节——服务更亲情

细节见真情,连云港市一院在本年度竞赛活动中,积极打磨服务细节,让病人处处感受亲情化的服务。一是服务时间不间断,实行“一年365天、天天应诊;一天24小时、时时服务”的承诺,全天候接待病人,竭力方便群众就医。二是志愿服务在门诊,积极动员本院青年志愿者、招募院外志愿者,安排人员在门急诊最繁忙的上午时段,为门诊提供导医导诊,配送检查等服务,穿着红马甲的志愿者成功为医院一道亮丽的风景线。三是优质护理服务全面覆盖,实施导师制,建立实训基地提高服务能力,探索绩效考核、创新护理品牌促进服务模式改变,加强临床营养科建设提供满意的饮食服务。四是服务模式自动化,在医疗集团间、科室之间全面落实检验检查结果互认,实现检验结果自动查询、自动缴款、自动挂号等。

延伸——服务更暖心

根据省厅要求,连云港市一院对所有出院患者实行电话随访,延伸医疗服务。医院监察部门、护理部门不但严格考核病区电话随访率,还由专人进行电话抽查,创新第三方满意度调查,认真落实出院患者电话随访制度,力争使出院患者一周内电话随访率达到100%,跟踪了解病人出院后的身体状况,指导患者出院后用药、饮食、康复等情况,并定期根据反馈信息,制定整改措施,提升医疗服务水平。延伸到家的管床医生的呵护,被患者誉为“暖心”的医疗服务。

(作者单位:连云港市第一人民医院)



医生的信仰

□ 杨收平

一个朋友向我打听，现在做个大手术得送多少钱的红包？我说此举完全不需要。但是他不相信，怎么解释也没用，最后他还说，当下有几个医生是你这样想的？真是不通人情世故！

我工作 16 年了，从我和其他医生的接触、交流能感觉到，医生都想把自己的患者治好，从而产生当医生的价值感，这和红包没有任何关系，但现在，医生越来越被妖魔化了。

不是吗，一些媒体“义愤填膺”，打抱不平，用道德低下、人品恶劣来形容医生。网上调查时，有网友甚至说医生被砍活该！

有人叹息，当今，在医院里看病，不找熟人不踏实，手术前不送红包不踏实，一句话，现在的医生黑，只认钱不认人，事实果真如此吗？如果是，以救死扶伤为己任的医生如此贪婪是为生活所迫还是世风日下？

但我认为，一个真正的医生，绝不是大众臆

想的那样丑，也不是个别媒体描摹的那样黑。

但像过街老鼠，人人喊打的时候，医生即使有满腹委屈，能说给谁听，谁又能相信？

2003 年抗击“非典”的时候，一些医生牺牲在岗位上，面对灾难，他们没有退缩、逃避。他们成为 2003 年度最可爱的人。医生是人，他们有普遍的虚荣心，看到病人康复就有一种成就感，这不是坏事。行医更多的是一种责任感，一种使命感。一些老医生，年过半百，会诊病人，深更半夜随叫随到。说不给红包，医生就在手术台上不尽力，我觉得是对医生职业的歪曲。大多数医生从本质上来说好的。市一院老院长、已故名医刘一麟博士是儿科专家，在“文革”期间被看管，但还有人带着孩子慕名找他看病，他开了几毛钱的药，给患儿家长仔细交待服药注意事项，孩子的病就好了。当年带孩子看病的父亲如今已届八旬高龄，他还念念不忘刘院长的好，亲口跟我

说起这事。一个医生如果能全心全意为患者服务,就会感动患者,就会被人们记在心里。

如果说医生这个群体沦落了,那肯定是医学教育的失败。当前,医生面临着各种诱惑。当一个人被酒色财气包围的时候,如果没有信仰鞭子的抽打,不时刻刻警醒洗刷自己的心灵污垢,一定会迷失在物欲洪流中。

各种商业贿赂行为的出现,折射出我们社会信仰的阙如。但是,环境不能决定一切,正如外因不能决定内因。

旧的信仰被打破,新的信仰还没有完全形成。社会还在转型期,思想裂变的阵痛,一阵阵



袭来。

没有信仰,就很难维持良好的人文精神。无论是在医疗行业,还是其他行业,都会产生见利忘义的后果。

信仰的形成,离不开周围环境的熏陶。

为了培育健康的信仰,就要营造一种积极向上的社会环境,风清气正的生活环境。医学生经过多年医学理论系统教育,来到工作岗位上,开始面对病人,被传道被授业被解惑。所以,我们的老师,我们的领导,在培养医生的过程中,一定要自己行得正,站得直。一旦将那些不好的习气传染给年轻人,会对他们的一生产生负面影响。我记得郎景和院士在一本书里写到,他刚到协和医院妇产科当住院医师的时候,有幸受到林

巧稚教授的指导,当年林巧稚医生对病人的热心、关爱的细节,几十年来一直历历在目,让郎大夫一辈子受益无穷。

可惜,生活并不是真空,社会风气正如自然空气一样,有风和日丽的时候,也有乌烟瘴气的存在。一个医生有幸碰到专业上的良师益友,会受益终生。

在我们国家,庸医自古就有,但也不乏良医辈出。对于医生的评价要一分为二。分清主流,多看看好的东西,多想想好的事情,因为,我们周围有许多人还在默默地做好事,比如最美的公交司机、最美的女教师、最美的护士。

关于医生的道德修养,我认为要实事求是地分析,无论是民众还是医学教育家,总认为医生得加强道德修养,这点确实没错,医生得时刻提升自己的素质,以适应这个神圣的职业。

但说教得多了,也很空洞,干巴巴的大道理,很难打动人心。我们习惯引用孙思邈的“大医精诚”、希波克拉底医学誓言,拿这一面面镜子对照我们自己的行为,数千年过去了,古人说的话还有那么大的约束力吗?

从根本上来讲,决定行为的是信仰,信仰的力量是伟大的。我

曾经去过五台山,在通往黛螺顶的一千零八个台阶上,看到一些虔诚的拜佛人是三步一叩头跪上去的,到山顶,他们额头发青,膝盖红肿。在一座寺庙的屋檐底下,我曾看到一个苦修和尚,风餐露宿,夏天的五台山的夜间温度不到10度。我说你不觉得冷吗?一阵风吹过来,和尚哆哆嗦嗦地说,不冷!这就是信仰的力量!

印度国父圣雄甘地,当年赤脚行走在祖国土地上,还无数次绝食,以抗议英国殖民者的统治,表达自己的非暴力决心。他感召着不同宗派的民众,最终带领印度走向独立,脱离英国殖民统治。

伟大的民主先行者孙中山先生,在领导武昌起义成功前,反帝反封建的民主革命失败了十



次,是“三民主义”的信仰支撑着他,去世前还遗言“革命尚未成功,同志仍需努力”。

1921年,在浙江嘉兴南湖的一艘游船上,伟大的中国共产党诞生了,为了实现民族独立和国家富强的梦想,先烈们抛头颅洒热血,甚至满门英烈为国捐躯,因为共产主义的信仰!

一个民族有信仰,就会无比强大,受苦受难的古犹太人亡国后,被逐出耶路撒冷,流落到世界各地,两千多年后,他们的后裔不也复建了自己的国家以色列吗?

信仰的力量是奇妙的,不可思议的。

一个人有信仰,就会活得有追求有滋味,就能克制自己的私欲。

一切职业道德都是建立在职业信仰上的,信仰决定你的行为。信仰如同茫茫太空中有一双公平、正义的眼睛。我们遭遇困厄的时候,我们呼天喊地的时候,多么希望有一位赏罚严明的神灵监视一切,主持公平道义。

可是,现在,我们的医生,正在逐渐丢失自己的职业信仰!我们对自己为什么从医感到困

惑,是为了救苦救难,如同菩萨一样,还是为了让自己过得富裕,活得潇洒?

塑造精神,改变行为最大的力量莫过于宗教,医学需要宗教般的虔诚精神,只有虔诚了,对生命敬畏了,才会克制私欲,约束行为。“精诚所至,金石为开”。

信仰让你的生活充满阳光。信仰让你热情似火,又平静如水。

有人说:当下能让医生的心房震颤的唯一力量就是扯动信仰这根线。否则,医生这个群体将会成为一个道德沦丧的群体,一个麻木不仁的群体,一个无可救药的群体。

做一名虔诚的医生。就如同做一名虔诚的基督徒,做一名虔诚的佛教徒。

只有成为一名虔诚的医生,你才会敬畏神圣的生命。医生不仅是一种职业,更是一种信仰,有了善念,方可以用高超的医术悬壶济世,泽被苍生;如果心生恶念,就会利用职权敛财致富,草菅人命。天堂和地狱,在乎一念之间!

对于全国近二百万医生来说,没有信仰是可怕的。医生的信仰,就是敬畏生命,无论贫富贵贱,常怀一颗善心。

我们的信仰从哪里来?

我认为信仰要从中国传统文化中汲取,要从儒家的各种典籍中学习,继承儒家风范而延续文化信仰。“达则兼济天下,穷则独善其身”,正如孟子说的那样,“浩然正气”,“居天下之广居,立天下之正位,行天下之大道。得志,与民由之,不得志,独行其道。富贵不能淫,贫贱不能移,威武不能屈,此之谓大丈夫。”

我也认为新时期我们的信仰要从党章中汲取。

中国共产党是拥有七千万党员的世界第一大政党,共产党员的信仰,就是毛泽东主席说的“为人民服务”,也是江泽民主席概括的“三个代表”,还是胡锦涛主席强调的“执政为民,立党为公”。要学习中国革命史,学习中国共产党党史,了解党的宗旨。

医生,只有让信仰的河流从心房中汨汨流淌,才不会玷污圣神的使命。

(作者单位:连云港市东方医院)

医疗机构从业人员基本行为规范



一、以人为本,践行宗旨。坚持救死扶伤、防病治病的宗旨,发扬大医精诚理念和人道主义精神,以患者为中心,全心全意为人民健康服务。

二、遵纪守法,依法执业。自觉遵守国家法律法规,遵守医疗卫生行业规章和纪律,严格执行所在医疗机构各项制度规定。

三、尊重患者,关爱生命。遵守医学伦理道德,尊重患者的知情同意权和隐私权,为患者保守医疗秘密和健康隐私,维护患者合法权益;尊重患者被救治的权利,不因种族、宗教、地域、贫富、地位、残疾、疾病等歧视患者。

四、优质服务,医患和谐。言语文明,举止端庄,

认真践行医疗服务承诺,加强与患者的交流与沟通,积极带头控烟,自觉维护行业形象。

五、廉洁自律,恪守医德。弘扬高尚医德,严格自律,不索取和非法收受患者财物,不利用执业之便谋取不正当利益;不收受医疗器械、药品、试剂等生产、经营企业或人员以各种名义、形式给予的回扣、提成,不参加其安排、组织或支付费用的营业性娱乐活动;不骗取、套取基本医疗保障资金或为他人骗取、套取提供便利;不违规参与医疗广告宣传和药品医疗器械促销,不倒卖号源。

六、严谨求实,精益求精。热爱学习,钻研业务,努力提高专业素养,诚实守信,抵制学术不端行为。

七、爱岗敬业,团结协作。忠诚职业,尽职尽责,正确处理同行同事间关系,互相尊重,互相配合,和谐共事。

八、乐于奉献,热心公益。积极参加上级安排的指令性医疗任务和社会公益性的扶贫、义诊、助残、支农、援外等活动,主动开展公众健康教育。■

管理人员行为规范

一、牢固树立科学的发展观和正确的业绩观,加强制度建设和文化建设,与时俱进,创新进取,努力提升医疗质量、保障医疗安全、提高服务水平。

二、认真履行管理职责,努力提高管理能力,依法承担管理责任,不断改进工作作风,切实服务临床一线。

三、坚持依法、科学、民主决策,正确行使权力,遵守决策程序,充分发挥职工代表大会作用,推进院务公开,自觉接受监督,尊重员工民主权利。

四、遵循公平、公正、公开原则,严格人事招录、评审、聘任制度,不在人事工作中谋取不正当利益。

五、严格落实医疗机构各项内控制度,加强财物管理,合理调配资源,遵守国家采购政策,不违反规定干预和插手药品、医疗器械采购和基本建设等工作。

六、加强医疗、护理质量管理,建立健全医疗风险管理机制。

七、尊重人才,鼓励公平竞争和学术创新,建立完善科学的人员考核、激励、惩戒制度,不从事或包庇学术造假等违规违纪行为。

八、恪尽职守,勤勉高效,严格自律,发挥表率作用。■

医师行为规范



一、遵循医学科学规律,不断更新医学理念和知识,保证医疗技术应用的科学性、合理性。

二、规范行医,严格遵循临床诊疗和技术规范,使用适宜诊疗技术和药物,因病施治,合理医疗,不隐瞒、误导或夸大病情,不过度医疗。

三、学习掌握人文医学知识,提高人文素质,对患者实行人文关怀,真诚、耐心与患者沟通。

四、认真执行医疗文书书写与管理制度,规范书写、妥善保存病历材料,不隐匿、伪造或违规涂改、销毁医学文书及有关资料,不违规签署医学证明文件。

五、依法履行医疗质量安全事件、传染病疫情、药品不良反应、食源性疾病和涉嫌伤害事件或非正常死亡等法定报告职责。

六、认真履行医师职责,积极救治,尽职尽责为患者服务,增强责任安全意识,努力防范和控制医疗责任差错事件。

七、严格遵守医疗技术临床应用管理规范和单位内部规定的医师执业等级权限,不违规应用新的临床医疗技术。

八、严格遵守药物和医疗技术临床试验有关规定,进行实验性临床医疗,应充分保障患者本人或其家属的知情同意权。

护士行为规范



一、不断更新知识,提高专业技术能力和综合素质,尊重、关心、爱护患者,保护患者的隐私,注重沟通,体现人文关怀,维护患者的健康权益。

二、严格落实各项规章制度,正确执行临床护理实践和护理技术规范,全面履行医学照顾、病情观察、协助诊疗、心理支持、健康教育和康复指导等护理职责,为患者提供安全优质的护理服务。

三、工作严谨、慎独,对执业行为负责。发现患者病情危急,应立即通知医师;在紧急情况下为抢救垂危患者生命,应及时实施必要的紧急救护。

四、严格执行医嘱,发现医嘱违反法律、法规、规章或者临床诊疗技术规范,应及时与医师沟通或按规定报告。

五、按照要求及时准确、完整规范书写病历,认真管理,不伪造、隐匿或违规涂改、销毁病历。

药学技术人员行为规范

一、严格执行药品管理法律法规,科学指导合理用药,保障用药安全、有效、经济。

二、认真履行处方调剂职责,坚持查对制度,按照操作规程调剂处方药品,不对处方所列药品擅自更改或代用。

三、严格履行处方合法性和用药适宜性审核职责。对用药不适宜的处方,及时告知处方医师确认或者重新开具;对严重不合理用药或者用药错误的,可拒绝调剂。

四、协同医师做好药物使用遴选和患者用药适应症、使用禁忌、不良反应、注意事项和使用方法的解释说明,详尽解答用药疑问。

五、严格执行药品采购、验收、保管、供应等各项制度规定,不私自销售、使用非正常途径采购的药品,不违规为商业目的统方。

六、加强药品不良反应监测,自觉执行药品不良反应报告制度。



医技人员行为规范

- 一、认真履行职责,积极配合临床诊疗,实施人文关怀,尊重患者,保护患者隐私。
- 二、爱护仪器设备,遵守各类操作规范,发现患者的检查项目不符合医学常规的,应及时与医师沟通。
- 三、正确运用医学术语,及时、准确出具检查、检验报告,提高准确率,不谎报数据,不伪造报告。
- 四、指导和帮助患者配合检查,耐心帮助患者查询结果,对接触传染性物质或放射性物质的相关人员,进行告知并给予必要的防护。
- 五、合理采集、使用、保护、处置标本,不违规买卖标本,谋取不正当利益。❌

其他人员行为规范

- 一、热爱本职工作,认真履行岗位职责,增强为临床服务的意识,保障医疗机构正常运营。
- 二、刻苦学习,钻研技术,熟练掌握本职业务技能,认真执行各项具体工作制度和技术操作常规。
- 三、严格执行财务、物资、采购等管理制度,认真做好设备和物资的计划、采购、保管、报废等工作,廉洁奉公,不谋私利。
- 四、严格执行临床教学、科研有关管理规定,保证患者的医疗安全和合法权益,指导实习及进修人员严格遵守服务范围,不越权越级行医。
- 五、严格执行医疗废物处理规定,不随意丢弃、倾倒、堆放、使用、买卖医疗废物。
- 六、严格执行信息安全和医疗数据保密制度,加强医院信息系统药品、高值耗材统计功能管理,不随意泄露、买卖医学信息。
- 七、勤俭节约,爱护公物,落实安全生产管理措施,保持医疗机构环境卫生,为患者提供安全整洁、舒适便捷、秩序良好的就医环境。❌

我们身边的隐形福利

我记得一次经历。我、艾琳，还有另外两个朋友去吃自助餐，可选择的东西太多，不知吃什么好。很多人冲着好的拿，比如基围虾、生鱼片，因为这些都是限量供应，我虽然不爱吃生鱼片，但不拿好像不甘心。艾琳不紧不慢地拿咖啡、小菜和沙拉，都是不值钱的东西。我笑她：“这样吃，只够吃回十分之一。”艾琳笑了：“我到哪里都只拿喜欢的，别的再多都不要。”

有一次，我读蒋勋《生活十讲》的一段话：“有的人，对于自己所拥有的东西，是一种充满而富足的感觉，他可能看到别人有而自己没有的东西，会觉得羡慕、敬佩，进而欢喜赞叹，但他回过头来还是很安心地做自己。他不会觉得赚的钱少就是不好，或是比别人低贱，也不会一窝蜂地模仿别人、复制别人的经验。在巴黎从来不会同时出现四千多家蛋挞店，可是你会在城市的某一个角落，闻到一股很特别的香味，是咖啡店主人自己调出来的味道。二十年前，你在那里喝咖啡，二十年后，你还是会在那里喝咖啡，看着店主人慢慢变老……每一个角落都有一个自信，而且安安静静的，不想去惊扰别人似的。”

这段话真的让我太认同了。很多情境下，我们都是“不够不够”，好了要更好，多了要更多，永不满足。比如，对工作不满足，每天怨气冲天，艾琳却能发现隐形福利。当年毕业时，别同学好高骛远，很虚荣，选择单位要好听又要有钱。可这么好的单位凭什么要你？艾琳只选自己最需要的。你很难想象她选择一个单位的原因，居然是因为外围环境。她选择去那所很不起眼的中专教书，因为靠近一个天然湖泊公园。她经常提起一个名称——隐形福利。

步行去湖边，五分钟，好像单位的后花园。每天中午两个多小时，她几乎都泡在那里。有一条林荫大道直通公园侧门，走进去，有一片茂密的香樟树林，静下来，香樟清洁的气味四处流淌。那条湖边的路，她给它命名“黄金小道”，因为总是阳光温暖，岁月静好。

因为这块地方，她享受了许多。而单位很多人

宁可中午待在办公室里上网，也不愿多走一步。很多人还在抱怨压力待遇、人际纷扰，这一切她当然也会有，或者更多，但她可以慢慢屏蔽掉，不去抱怨。日本人喜欢说“一期一会”，真的是这样，每一个当下都是唯一。

她听到好友抱怨时，总提醒：你发现了身边的隐形福利吗？它或者是单位附近一个漂亮的街心公园，或者是离你上班三步之遥的一家咖啡馆，或者只是可以躺着晒太阳看书的小转角……它是免费的。只是它们常常空无一人，因为你们觉得不够，你们忙着找别的东西去了。

艾琳只住一套房，现在过好就行，想那么多干吗？操那么多心，不如活个自在。艾琳的“够了”绝不是装出来的，她真的是这样想。就拿小孩教育这件典型事来说吧，多少家长对孩子的要求是：不够，你可以更好，再努力点。家长急切地去要求着，爱变形了，有多少畸形灵魂从此产生？大家都累。艾琳对孩子常说的一句话是：“你这样挺好的，尽力就可。”她孩子学习也没见差。孩子能这样健康良好，就够了。你说你在好些事上纠结，那不是别的原因，也许是你永远不够。（摘自《意林杂志》）



别人没那么在意你

有人成天都担心别人对他的看法。为了帮助他解决这个问题,我会教他“18/40/60 规则”:

当你 18 岁时,你会觉得每个人都在关注你;

当你 40 岁时,你会不完全介意别人对你的看法;

当你 60 岁时,你会意识到没有人关心你的私事。

人们成天都在担心和思考他们自己的事,而不是你的事情。想一想你自己是怎样度过一天的。今天,你都想些什么呢?是在想其他人在干什么,还是想你自己要做什么或者想做什么?显然,你一直都会想这些事情:你这一天需要做什么,要见什么人,要付哪些账单,老板或者孩子会给你带来什么麻烦,你的伴侣是不是喜欢你等等。人们只会关心他们自己的事,根本不会在意你的事情。你需要根据自己的目标来思考并且做出决定,不是父母的目标,不是朋友的目标,也不是同事的目标。

担心别人对自己的看法,通常是那些患有社交恐惧症或者那些会对社交情境感到害怕或不适的人的普遍特点。潜在的问题是,这些人常常觉得别人在评价自己:评价自己的外貌、服装、谈吐等。

停止担心别人对自己的看法,把你的思维、决定和目标都集中到你真正渴望的事物上,以及那些对你而言真正渴望的事物上,我并不是在鼓励以自我为中心的生活方式,大部分人都希望自己能和别人建立起友好的关系,并且希望自己能够对他人有所帮助。但是,你需要根据自己的想法行动,而不是考虑他人对你的看法。(摘自乐读网)

学会原谅 懂得宽容

记得古文里有一段很有名的对话。寒山问拾得:“世间有人谤我、欺我、辱我、笑我、贱我,如何处之乎?”拾得笑曰:“只要忍他、让他、避他、由他、耐他、敬他、不要理他,再过几年,你且看他。”

这段禅语中其实包含了人生的许多哲学,而宽容则是一种很重要的人生哲学。笔者认为,在人的一生中至少要用宽容心原谅三个人。

学会原谅自己。在这个世界上“人生不如意事十之八九”。没有完美,人都有犯错和所不能及的事,也不可能得到每个人的认可。当长久沉浸于自责之中时,人生会变得悲观,同样的错误不但不会消失,而且会在人生中出现得更加频繁,所以要时刻保持微笑,宽容自己。

学会原谅敌人。在一个竞争激烈的现代社会里,不知何时就会多了一个敌人。特别是当今社会工作压力越来越大,难免会有人与你想法不一样,他可能会在背后议论你、诽谤你、把你当做敌人。即

使你是一个与世无争的人,可麻烦偏偏会找上你,这时你该怎么办?是让自己和敌人变得一样心胸狭小呢,还是时时记恨着有那么一个人陷害过你?以一颗宽容之心对待吧,因为你的愤怒只会影响到自己和家人,不会影响到别人。因此,你应当感谢你的敌人,因为那些丑陋能让你更加珍惜人生的美丽,会让你更清楚你想要的幸福是什么。

学会原谅朋友。在寻找快乐的途中,可能越是亲密的朋友,越容易造成很大的伤害,可朋友对你的伤害很可能是无意的,或许是嫉妒之心激起的一时冲动。所以要学会原谅朋友,因为他们曾经给你帮助和快乐。

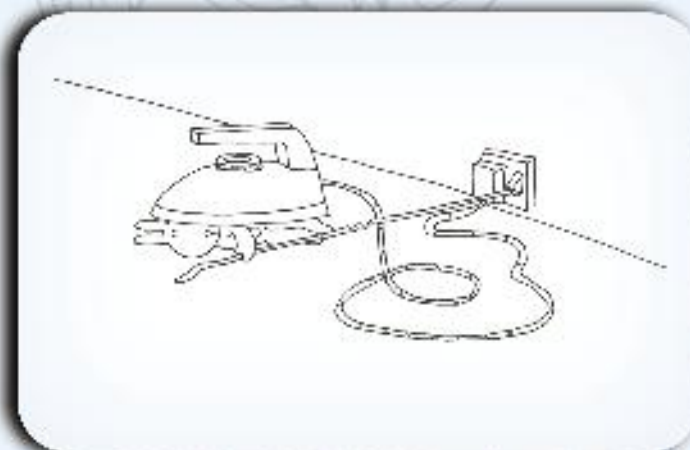
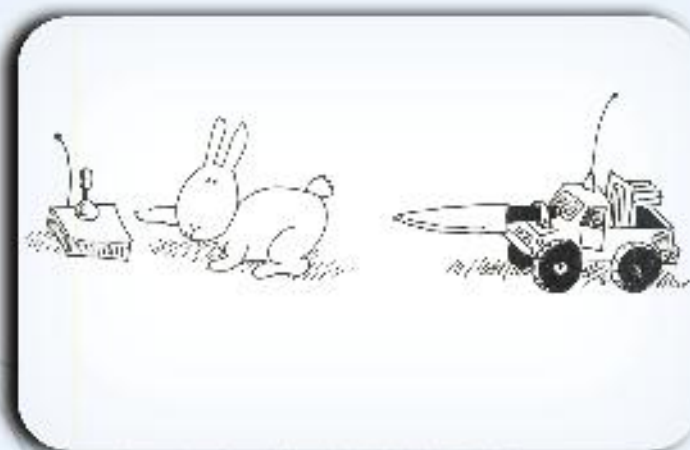
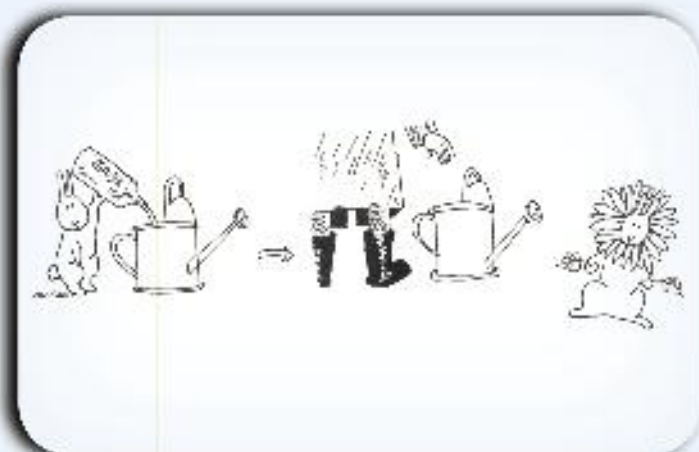
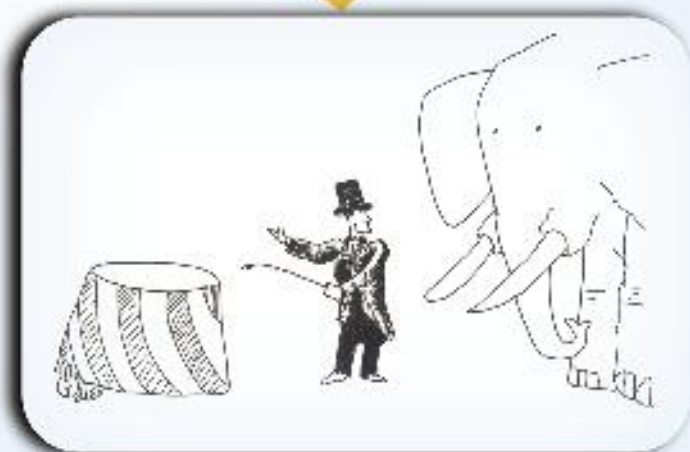
笔者认为人生一世,没有什么是不可以原谅的。

让我们在生活中学会宽容,当人生处于低谷时,我们要学会打开另一扇窗户,或许会有更美的风景。(摘自天涯社区)

宋如漫画



王娜娜漫画



《校报小记者》是安妮·贝利2003年站队中队的作品。这是一只“短舌不灵”的兔子，为了习气，比试各种方法。

一年级(1)班

高帅,回答问题要站起来!
小宝,上课时间要坐好!



老师,我已经站起来了!

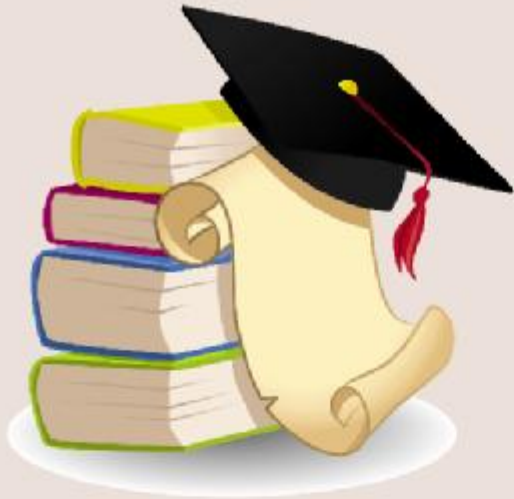


老师,我一直都坐好的



馒头.....





莫言经典语录

- ✿ 创作者要有天马行空的狂气和雄风。无论在创作思想上,还是在艺术风格上,都必须有点邪劲儿。
- ✿ 我把你们的故事收入我的音筒,放在生活之上,我的记忆之下。
- ✿ 人都是有七情六欲的,好人有阴险的一面,同时坏人也会有善良的一面。
- ✿ 在人类社会,除了金钱、名利、权势对人的诱惑之外,另有一最大的也是致命的诱惑就是美色。这问题似乎与女性无关,但其实也有关。
- ✿ 人都是有自卑感的,一个永远自信的人不是白痴,就是魔鬼。我的写作也是这样。构思时总踌躇满志,觉得肯定是个了不起的作品。但拿起笔来就会想,这行吗?咬着牙坚持下去。写得顺的时候很乐,写得不顺的时候也很烦,不断在快乐和沮丧之间跳跃。
- ✿ 世界上的事情,最忌讳的就是十全十美,你看那天上的月亮,一旦圆满了,马上就要亏厌;树上的果子,一旦熟透了,马上就要坠落。凡事总要稍留欠缺,才能持恒。
- ✿ 我们现在一提到民间,就会想起穷乡僻壤、荒山野岭,把偏僻以及落后两个词与之相联系。但我觉得它的涵义不应该如此狭隘。我会写高密县,因为这是我的民间;而王安忆会写上海,因为这是她的民间。民间是每个人心底的故乡,只是它以不同的形态呈现。
- ✿ 一个作家不可能永远写他自己亲身经历的事,那些事会很快耗干,像我们移植一棵树,树上的一块老土的营养很快就会被耗干,如果要想继续成长,这些养分是远远不够的,一棵树要成长,必须要扎到新的土壤里。



莫言,1955年2月17日生,原名管谟业,山东高密县人。以中短篇小说创作为主,是一位高产作家。主要作品有:《丰乳肥臀》、《红高粱家族》、《蛙》等。莫言最早为大众所知,缘于1988年张艺谋以其作品改编、导演的电影《红高粱》。莫言2012年获诺贝尔文学奖,是首位获诺贝尔文学奖的中国籍作家。



观音庵

□ 崔月明 孙大伟

海州观音庵位于原胸阳门(老南门)外西侧、护城河南边的一个土岭上,庵门朝东。旧时,背依城阙,西邻胸山书院、蜡神庙,东离双龙井不足百米。上个世纪末观音庵在原址上进行了修葺,现在的胸阳门向南侧移动了大约一里的距离,观音庵看起来就在它的西北方向了。

观音庵建于晚清,为一座四合院,形制狭小,类似于民宅,三间不高的大殿内,供奉一尊观音塑像。解放后,有一俗家姓马的老年比丘尼常住,因年岁较大,周围百姓都称其为“马奶奶”。“文革”中庵院破败,后为生产队队房。

改革开放后,已融入居民区内的观音庵紧邻新开通的中环路。1990年初,海州区人民政府投资15万元,将位于北大街被拆迁的古佛庵并入观音庵,新建了五间大殿、山门、念佛堂、古佛殿和斋堂等建筑,

庵院占地面积达2300多平方米。

东向庵门是正门,为观音庵。慈航普渡大殿内新塑了观音菩萨及其侍者善财、龙女的装金塑像。西侧念佛堂为五开间两层楼建筑,楼下是念佛堂,神台上是西方三圣,中为阿弥陀佛,左右为观世音和大势至菩萨的装金塑像;楼上是接引殿,供奉的是接引佛。

南向庵门为古佛庵,供奉燃灯古佛塑像。由于观世音是佛教文化中人们结缘最深的神灵,观音庵是海州民间耳熟能详的救苦救难观音菩萨的道场,又在居民区内,所以信佛的四众弟子前往朝拜进香者较多,每逢佛事活动,小小的四合院内钟声悠扬,佛号远播,摩肩接踵。

观音庵作为九庵十八庙遗存之一,被海州区政府列为首批恢复的“三庵一寺”旅游景点,每天香客不断。(作者单位:连云港市民间艺术家协会)

百子庵

□ 崔月明 孙大伟

从海州秦东门往南，过鼓楼广场不足百米，便可见一座座东朝西古庵，这就是百子庵。四周大树为屏，院内大殿巍峨，佛像庄严，石阶玉栏，翠竹临风，环境清幽，香客不断，为海州区第一批开放的宗教活动场所和旅游景点之一。

百子庵亦名平提庵，建于晚清，原为某乡绅家庙。传说该乡绅十分富有，然长兄早逝，弟兄几个中年无嗣，寡嫂发愤出家，皈依三宝，建庵修行，求佛延嗣。所建之庵取“文王百子图”中“百子”二字为庵名，善男信女来此求嗣向称灵应，以后一直为海州地区求嗣之所。

百子庵原来规模狭小，院内仅三间大殿和不到二十间僧舍。“文革”中三圣庵被毁，其常住比丘尼(尼姑)大都集中到百子庵居住，后房管部门又安排部分居民入住，僧俗杂居，连大殿亦为民居。

改革开放后落实党的宗教政策，1979年交还僧人管理，百子庵以其优越的地理位置，在城市发展中受益良多。1991年幸福南路打通，庵西侧的废水塘变为通衢大道，百子庵也趁势将朝南的山门改为西向临街。1993年海州实施旧城改造，百子庵在古城规划改造范围之内，因缘际会，陆续兴建了平提楼和玉佛楼各三百多平方米，庵院格局基本形成。上世纪九十年代后期，海州区政府大力发展旅游业，并确定百子庵为首先开放的“三庵一寺”佛教文化旅游景点之一，得以规划了大雄宝殿所在地，于2000年9月建成大雄宝殿，正式形成了一个完整的，占地达2500多平方米的临街四合院建筑。

历经十年陆续修复的百子庵，香客游者整天络绎不绝。山门内供奉的是四大金刚、弥勒佛及护法神韦陀菩萨。山门后精致、紧凑的四合院式建筑尽收眼底。高高的丹墀之上宝鼎高矗，香烟缭绕，建筑面积达308平方米的五开

间大雄宝殿，飞檐叠翠，画栋流丹，高踞层台之上，四周汉白玉石栏环抱。雕檐画栋之间，风铃之声叮铃悦耳；大殿雕花长窗之内，梵唱之声悠扬。大雄宝殿之内，左钟右鼓，中间法台莲座之上，趺坐着尊贵华美的三世佛造像，中间为佛主释迦牟尼佛，左侧为药师佛，右侧为阿弥陀佛。这三尊塑像高达5.2米，全部用香樟木精工雕刻打磨而成，防虫蛀，不变形，香气袭人，贴以24K纯金箔，总造价近40万元。塑像造型，金光夺目，雍容华贵；宝像庄严，慈眉善目，俯视众生，似在洞察世间一切。三世佛前立者，为两尊侍者阿傩、迦叶的造像。法台两侧，后面分别是慈航、地藏王两菩萨的塑像；前面矗立着两座高近五米，呈宝塔形的千佛塔，每尊逐层布满1000尊消灾延寿的药师佛像，电钮一按，佛塔自转，同时光映佛像，声念佛号，刹时间，令人肃然起敬，恍如身在三宝，尘念顿消。大殿两侧法台上，是十八罗汉的造像，殿后侧是救苦救难的海岛观音整幅完雕壁画。整个大殿顶蓬之上，均绘有“唵、嘛、呢、叭、呢、吽”六字真言图饰。大雄宝殿左右两厢，分别是三圣殿和玉佛殿，均为两层楼建筑，为庵内供奉西方三圣和玉佛及念经做佛事之场所。庵内右后侧石阶之上，另有单独小院，为庵内比丘尼之禅院。洞门之旁，植几株婆娑摇曳的紫竹，立几块玲珑剔透的太湖石，甚是雅致。

百子庵现任住持仁勤法师，为海州佛教协副会长，是已故住持能空法师的衣钵弟子。仁勤俗姓张，沐阳人，家中父母姐妹多人吃斋念佛，19岁高中毕业来到百子庵，皈依三宝，青灯古佛为伴，穷研黄经梵卷。1995年接掌百子庵以来，仅兴建玉佛楼和大雄宝殿等，就投入资金达150多万元。2009年，仁勤法师筹集资金改建了临街庵堂及山门，更名准提寺。（作者单位：连云港市民间艺术家协会）



2005年9月摄



1999年5月摄

《何谓文化》


作者:余秋雨

出版社:长江文艺出版社

内容简介:

《何谓文化》一书为著名散文作家、世界级文化学者余秋雨先生的新著,所有篇章均为第一次公开出版。这是一份有价值的、厚重的文化读本,从理论、生命、文明、古典四个方面,全面诠释文化究竟是什么。

在《何谓文化》中,余秋雨先生首次对文化这一根本问题作出自己的回答。在学理层面上进行分析辨源,逐一解答了文化是什么、文化的根本目标以及中国文化的特点等重要问题。在生命层面上展开回忆,回忆了与巴金、谢晋、黄佐临、周恩来、白先勇、余光中、林怀民等文化巨匠的交往经历,回忆文革往事,从这些大家身上找寻文化的奥秘。值得注意的是,余秋雨在书中第一次全面澄清和驳斥了历年来媒体和个人针对他的各种质疑和诽谤。

除此之外,余秋雨又结合了自己对多处文化遗址的考察,从古典中提炼文化涵养,谈古论今。跨时空与地域的双重视角,使本书既有理论上的厚度深度,又不乏感人的故事与动情的文笔。堪称 20 多年来余秋雨先生关于文化思索的最诚恳、最隆重、最重要的著述。 



《林丹自传:直到世界尽头》

作者:林丹


出版社:凤凰出版社

内容简介:

世界羽毛球比赛排名第一的运动员林丹,首次出书述说自己的成长之路。

从 5 岁开始练习羽毛球到成为世界首位拿到羽毛球全满贯的运动员,林丹的成长并非一帆风顺。如何在逆境中调整好状态重新出发?如何在人生低谷沉住气等待转机?除了剖白自己的心路历程外,林丹更书写了与教练、队友、对手的相处以及与妻子谢杏芳的感情。给读者呈现一个真实、立体的林丹。

——不是你今天感觉不好,就可以随随便便输掉的。

——我要告诉你们:千万不要忘了,我只是个普通的小伙子。通过自己的努力和坚持,是可以做到让别人刮目相看的。 



《无后为大》

作者:关军

出版社:上海文化出版社

内容简介:

关军用这本书详述了自己不要孩子的理由,通过对生命、成长、教育、社会、伦理、环境等问题的讨论,试图以这本书满怀诚意地探讨现代人的母题之一——生育。全书分为“上篇:人生神圣”、“中篇:内心惶惑”和“下篇:外在恐慌”三大部分。上篇主要叙述作者对于生命创造的敬畏,“被生者”的权利和个人生活的转变。从中篇起,作者开始向繁育子女的传统观念发起挑战,批评生养关系中的占有欲和控制欲、孝道的荒诞、经验主义对自由的限制和家庭角色的错乱。用自己和朋友经历来谈父母的职责、如何尊重他人、如何爱人。在下篇里,挑战延伸到社会环境,对政治、社会、教育体制、环保现状进行批判。

作者简介:

关军,男,1970年生于辽宁。作家,知名媒体人。先后任《南方周末》资深记者、《SI》中文版主笔、《中国新闻周刊》主笔、《GQ》中文版主笔、《南方人物周刊》主笔等职。著有在当今中国颇具分量的非虚构作品《大脚印:北京奥运B面》。他的笔触涉及的多为大时代背景下普通人的命运,注重对人的本性的挖掘与追索,并逐渐形成了高远、独到的价值体系。

《花冠病毒》

作者:毕淑敏

出版社:湖南文艺出版社

内容简介:

本书是国内首部心理能量小说,是著名作家、心理学家毕淑敏沉寂五年,继《女心理师》之后第一部长篇小说,探索当代社会心灵危机的应对之策。故事表现人性在面临危难时刻而迸发出的悲悯和无奈,在绝境中展示出的强大和坚韧,读起来让人欲罢不能。小说已不再是叙述一场冒险,而是更深入地关注生命、人性、救赎等命题。

作者简介:

毕淑敏,女,1952年生于新疆。国家一级作家,心理学家。从事医学工作20年后,开始专业写作,其发表作品300多万字,著有长篇小说《红处方》、《血玲珑》、《拯救乳房》、《女心理师》等。



卫生部陈虎处长

来市一院作《三级综合医院评审标准与实施细则》解读讲座

为了让全院干部职工明晰卫生部新一轮三级综合医院评审标准制定的依据,掌握标准的内涵和精髓,确保通过第二轮等级医院评审,7月7日,市一院特邀卫生部医疗服务监管司医院管理评价处陈虎处长来院作《三级综合医院评审标准与实施细则》解读讲座,他指出本次评审主要评价医院管理理念、科室管理水平、病种成本控制、服务流程优化、公立医院改革、质量持续改进等内容。解读结束后,院党委书记、院长李小民要求全院干部职工要认真学习领会陈处长对标准解读的精神,通过创建学管理、通过创建促整改,以务实的态度认真做好各项迎评工作。相信经过全体干部职工的共同努力,

医院将会顺利通过三级综合医院的评审,医院的内涵建设会再上新台阶。✎



市一院召开“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动动员大会暨“三好一满意”活动推进会

7月19日下午,市一院召开以“树优质医院品牌,创人民满意医院”为主题的2012年“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动动员大会暨“三好一满意”活动推进会。李小民、杨庆松、李家树、张海林、施辉等院领导出席大会。大会由院党委副书记、纪委书记、副院长杨庆松主持。

会上,副院长施辉宣读《关于成立2012年“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动领导小组的通知》,并从不断优化服务流程,提高服务效率;大力推进预约诊疗服务;积极开展优质护理服务;全面落实检验检查结果互认;改善服务设施,优化就医环境;缩短住院日,提高服务效率;严格规范诊疗服务行为;深入开展志愿者服务活动;规范廉洁行医,查处不良行为;努力构建和谐医患关系等10个方面内容详细解读了《开展2012年“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动的实施方案》。门诊部副主任马东波、药学部主任张骞峰、急诊科护士长杨丽萍分别代表职能处室、临床和医技科室、护理单元进行表态发言。

院党委书记、院长李小民在会上作开展“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动和“三好一满意”活动动员报告。报告回顾了自上世纪九十年代起医院每年都要开展“一麟杯”夏季百日优质服务竞赛活动,提高了服务质量

和服务水平,提升了服务满意度。李小民指出,“一麟杯”百日优质服务竞赛活动要与当前全院开展的“三好一满意”活动紧密结合起来,并要紧紧围绕7项重点工作做实做好:一是新大楼尽早投入使用,充分利用空间,合理布局,优化流程;二是积极开展预约诊疗,使诊疗有序化、人力资源利用合理化,包括预约门诊、出院病人预约信息通达、错峰预约诊疗、预约结算、床边结算等;三是重视临床营养科建设,为患者提供科学、合理、全面的营养膳食,使营养支持成为患者综合治疗的重要环节,并将此项工作打造成今年的亮点工作;四是加大抗菌药物、辅助用药临床合理使用的治理力度,强化用药指征、规范用药行为、控制医疗费用;五是出台系列便民利民措施,如强化168服务功能、自动查询、自动缴款、自动挂号等;六是提供优质医疗服务,化解医患矛盾,探索有效解决医患矛盾的方法和途径;七是形成规范的第三方评价机制,规范表格设计、完善内容和项目、建立督查考核管理办法以及落实评价后整改主体、建立后续机制。

李小民最后强调,要高度关注以上7项重点工作,要成为日常工作的抓手,活动中充分发挥党员的模范带头作用,团委、工会等部门积极行动,与党委工作互相呼应,营造良好的活动氛围,努力打造服务品牌,形成工作亮点。✎

新浦区人民法院驻市一院医患纠纷巡回调解工作室揭牌

8月11日,省卫生厅副厅长、省中医药管理局局长陈亦江、市委常委、市政法委书记杨莉、市政协副主席、新浦区委书记、新浦区人大常委会主任尹哲强、市中级人民法院党组书记、院长薛剑祥共同为新浦区人民法院驻市一院医患纠纷巡回调解工作室揭牌。这为医院和患者在法律框架下及时化解纠纷开辟了一条便捷、高效的司法通道。

医患巡回调解工作室设有调解室、审判工作室等,由2名资深法官、1名书记员、1名陪审员组成,在发生医疗纠纷的第一时间介入,为医患双方提供法律咨询、诉前调解、立案、司法确认、财产保全、审判等“一站式”服务,力争将医患矛盾解决在病床边。

近年来,在上级领导和各级部门的大力支持下,市一院以“平安医院”建设为载体,以探索建立医院长治久安的工作机制为核心,扎实开展“安全生产年”和“平安医院建设宣传月”活动,在狠抓医

疗质量安全管理的同
时,着力加强医患沟通
办公室与警务室建设,
在维护医院正常的诊疗
秩序、建立健全医患双
方有效沟通

机制、打击“医托”、“医闹”行为等方面取得了明显成效,被省创建平安医院工作领导小组评为江苏省首批“平安医院”。新浦区人民法院驻市一院医患纠纷巡回调解工作室的成立,对建设平安医院、构建和谐医患关系、促进社会和谐稳定具有重要的现实意义。✎



市一院获批设立江苏省博士后创新实践基地

8月下旬,市一院被江苏省人力资源和社会保障厅批准设立江苏省博士后创新实践基地,成为2012年新设立的70家省级博士后创新实践基地中唯一一家医疗卫生事业单位。

近年来,市一院始终坚持“科教兴院”战略,紧紧围绕省级博士后创新实践基地建设,不断加大科研创新工作力度,健全科研创新奖励机制,开展医疗技术项目扶持,提升学科建设水平,加强高层次科研平台建设,实现了省级临床重点专科、高层次科研课题立项、省市“科教兴卫工程”等的重大突破,为省级博士后创新实践基地建设

打下了坚实的基础。

根据国家、省厅有关文件规定,博士后创新实践基地每年增设一批。博士后创新实践基地已成为集聚高等学校和科研院所项目、资金、人才等资源的成功载体和科技成果转化的有效平台,是吸引、培养和使用高层次人才,推进科技创新与技术进步,提高科研水平和竞争力的重要举措,也成为科研创新综合竞争力的重要标志。市一院省级博士后创新实践基地的成功申报,必将迅速推动医院科研综合创新能力的进一步提升。✎

省卫生厅汪华副厅长赴市一院调研 江苏省核辐射医疗救治基地建设情况



9月11日上午,省卫生厅副厅长汪华赴市一院现场调研江苏省核辐射医疗救治基地建设情况,副市长滕雯、市卫生局局长周伟、副局长陈方等陪同调研。

院党委书记、院长李小民详细介绍了医院基本情

况和基地建设情况。在听取汇报后,汪华副厅长对市一院高质量地完成基地建设任务给予充分肯定。他指出,作为全省两家核辐射医疗救治基地之一的连云港市第一人民医院核辐射医疗救治基地,不仅对当地人民群众的身体健康具有重要的保障作用,也对全省的核辐射防治事业发展具有重要意义,省卫生厅将全力支持基地建设。关于基地的发展,他强调,一要不断加大核辐射应急演练工作力度,常备不懈,不断提高医务人员核辐射工作应急意识和能力;二要建立健全长期稳定的投入机制,不断加大基地建设投入力度,确保基地各项工作运转正常;三要坚持“走出去”发展战略,制定可行性的建设规划,加大人才培养培训力度,加强对外交流与学习,不断提升核辐射医疗救治水平,为全省核辐射医疗救治水平的提高作出积极的贡献。✎

共青团连云港市第一人民医院第四次代表大会召开

9月25日下午,共青团连云港市第一人民医院第四次代表大会隆重召开。出席本次团代会的代表共50人,院党委书记、院长李小民、副院长张海林及市卫生局团委书记张晨等领导出席了会议,各党支部书记、第三届院团委委员、市一院医疗集团成员单位团委负责人也应邀列席了会议。

会议在雄壮的《国歌》声中开幕,副院长张海林、团委书记张晨等领导分别在会上致辞,对我院团代会的召开表示祝贺。

会上,刘乐受第三届院团委委托作了题为《服务跨越发展 奏响青春强音 为建设区域品牌医疗中心努力奋斗》的工作报告。报告总结、回顾了第三次团代会以来我院共青团各项工作所取得的成绩,并对今后一段时期的共青团工作提出了目标和要求。代表们一致通过了《关于第三届院团委工作报告的决议》,并对16名候选人进行了投票选举,产生了新一届团委委员14名。他们分别是:韦笑、王瑞瑞、厉晶晶、刘乐、刘金永、李海红、李蕾、张欢欢、周甜甜、郭莹、贾韬、曹源、管振华、瞿怀荣,随后召开的四届一次全委会选举刘乐为院团委副书记(主持工作),李海红、曹源为副书记。大会还选举产生了25名出席局第八次团代会代表,并向全

院团员青年发出了《博学笃志 甘于奉献 为建设区域品牌医疗中心贡献青春和智慧》的倡议书。

最后,院党委书记、院长李小民作重要讲话,他指出,“十二五”规划绘就了市一院未来发展的宏伟蓝图,希望全院广大团员青年要坚定理想信念,爱岗敬业,全面提升综合素质;弘扬一院精神,抢抓机遇,书写青春崭新篇章;培育良好医德,扎实工作,打造群众满意医院。强学习、重实践、减浮躁、讲奉献、快成才,为实现医院的崛起腾飞贡献青春、智慧和力量,以优异成绩向党的十八大献礼!

团代会在高亢激昂的《团歌》声中胜利闭幕。✎



细节给力 服务贴心

——市东方医院扎实推进“夏季百日优质服务”活动



自7月“夏季百日优质服务”活动开展以来,市东方医院多角度、全方位为患者考虑,推陈出新、注重细节、用心服务,全力打造人民满意医院。

院外,市东方医院“海马健康志愿者服务队”不畏酷暑,顶着炎炎烈日连续多次出外义诊,将医疗、健康服务送上百姓家门。院内,每日都有党员志愿者为来院患者提供一站式服务;大力开展职能处室蹲点临床科室活动,促进医疗服务的持续改进。院内院外双管齐下,为患者提供了更为优质、贴心的服务,获得了广大干部、群众的热烈好评。

为了确保血液检查的准确度,抽血化验必须空腹,为方便来院抽血人员进行接下来的检查,又不至于挨饿,市东方医院特地为空腹抽血者推出了免费早餐。同时,一桶桶败火消暑的绿豆汤也被送进了病区,给患者和医护人员送去了清凉。

细微之处见真情。一杯豆浆、一块面包、一碗绿豆汤,里面承载的是医院的关怀与用心。希望更多的患者能在市东方医院感受到优质、贴心的服务,不断构建更为和谐的医患关系。✎

献血有限 爱心无限

——市东方医院职工积极参与无偿献血

8月9日上午,市东方医院的100多位职工积极参与了无偿献血活动,一上午累计献血23220毫升。据了解,此次献血活动由市东方医院工会牵头组织,得到了该院职工的大力支持。

上午9时,来自市东方医院各临床、医技科室的医务人员,以及机关、后勤的工作人员,纷纷来到献血现场,依次填表、体检、抽血化验,秩序井然。有献血者表示,用这种方式为社会贡献一点力量,为急需血源的人们增添一份温暖,是自己长期的心愿。

献血有限,爱心无限。在献血队伍中,不少都是已经多次参与无偿献血的积极分子,每年在市东方医院的无偿献血活动中,总能看到他们熟悉的身影,甚至还有同在医院工作的夫妇俩同来献血,他们的爱心着实令人感动。

爱心涌动,真情奉献。血液对于抢救生命的重要意

义,对于广大医务人员来说,再清楚不过。无偿献血能够帮助到更多需要帮助的人,积极参与无偿献血是每一位健康适龄公民的责任和义务,未来的日子里,市东方医院也将会让无偿献血工作走向常态化。✎



市东方医院第三届院校合作班开班

9月12日下午,在雄壮的国歌声中,第三届院校合作护理大专班开班典礼在市东方医院举行。何学明副院长主持典礼仪式。连云港中医药高等职业技术学校校长宋利华、市东方医院院长谈笑、连云港中医药高等职业技术学校副校长冯维希等领导出席仪式。

宋利华对市东方医院以往的两届院校合作班取得的成绩给予高度肯定,并感谢市东方医院对高职院校多年的支持。谈笑院长代表院方全体干部职工对院校合作班的成功开班表示热烈的祝贺,向一贯支持医院发展的连云港中医药高等职业技术学校的领导及各位专家表示衷心的感谢!

对于今后的教学工作,谈笑提出了三点希望:一希望职能科室工作人员要树立良好的服务意识,做好本职工作,为今后各项工作的顺利开展,提供强有力的保障;二希望带教老师爱岗敬业,教书育人,热爱学生。要树立终身学习的观念,不断提高自己的教育教学水平;三希望同学们要牢固树立尊师好学的



时代风尚,尊敬师长,团结同学,严格遵守医院及班级的各项规章制度,树立安全防范意识;珍惜时间,勤奋学习,掌握扎实的护理专业知识。

市东方医院与连云港中医药高等职业技术学校的再次携手,必将为医院的发展注入新的动力,促进医院的学科内涵建设,为市东方医院“十二五”末实现三级甲等综合性医院的宏伟目标奠定坚实的基础。



市东方医院成功举办省级继续医学教育项目 颅脑损伤规范化治疗学习班

9月15日,市东方医院自主申报主办的省级继续医学教育项目——颅脑损伤规范化治疗学习班正式开班。会议由市东方医院神经外科王文学主任主持,市卫生局副局长董青、科教处处长范德勇、市医学会秘书长姜立学等出席了开幕式。

会上,董青为学习班致辞,她强调医学继续教育是一项长期的战略任务,是培养和造就一大批掌握现代化医学知识和专业技术人才的关键,因此,必须继续加强对医学继续教育工作的重视与管理,不断提升医务人员的整体素质,紧跟时代步伐,满足广大人民群众日益增长的需求。

此次学习班邀请了江苏省人民医院傅震教授、苏州大学第一附属医院虞正权教授、连云港市第一人民医院陈军、刘希光等专家为前来参加学习班的学员作了“颅脑损伤非手术治疗新进展”、“颅内压及微透析监测下颅脑外伤的救治策略”、“外伤性假性脑动脉瘤和颈外动脉—海绵窦瘘的诊断治疗”、“颅脑损伤的规范化治疗”等精彩的专题讲座深受在座学员的好评。

学术会议的成功举办使广大医护人员了解颅脑外伤最新学术信息,同时,对促进我市神经外科的发展,以及市东方医院神经外科诊疗技术水平的提高,有着巨大的推动作用。

市东方医院召开共青团第四次代表大会

在医院党委和市卫生局团委的关怀下,9月22日上午,市东方医院召开共青团第四次代表大会。院党委书记杨红波、市卫生局团委书记张晨、各党支部书记及部分科室负责人应邀出席了大会。

会议在雄壮的国歌声中拉开帷幕。团局委书记张晨致贺词,她指出,自第三次团代会以来,市东方医院团委紧紧围绕医院中心工作,自觉服务大局,竭诚服务团员青年,始终坚持用科学的理论武装教育广大青年,坚持培养和造就青年人才,不断加强团的自身建设,团的先进性和广大青年的



先锋模范作用得到了有效的发挥。她希望新一届团委积极探索新思路、新方法,努力拓展团的工作新领域,找准服务切入点,充分发挥团员青年在医院改革发展中的突击队和生力军作用。

杨红波作重要讲话,院团委在院党委、局团委的领导下,努力按照党的要求开展工作,全面履行各项职能,不断完善团的管理方式、组织体系和工作运行机制,扎扎实实地开展了一系列工作,为医院三个文明建设作出了积极的贡献。同时,杨红波对新一届团委提出工作要求,团干部要牢固树立和落实科学发展观、正确政绩观,牢记对党忠诚,肩负起团结青年跟党走的光荣职责;牢记心系青年,肩负起服务青年凝聚人心的光荣职责;牢记勤勉敬业、自觉锤炼,肩负起引领青年谋发展、建好班子促和谐的职责。

大会的胜利召开,进一步凝聚了团员青年的战斗力。团代表们纷纷表示,要在院党委和上级团委的领导下,当好党的助手和后备军,以实际行动开创市东方医院共青团工作新局面,为医院发展建设奉献青春力量和智慧。

江苏省首届传染科质量控制学术大会暨 2012 年省医院协会传染病医院管理年会在连召开

8月18日,江苏省首届传染科质量控制学术大会暨2012年省医院协会传染病医院管理年会于连云港举行,市第四人民医院为本次会议的承办方。中国医院协会副会长、江苏省医院协会会长唐维新教授、江苏省卫生厅副厅长黄祖瑚教授、国家感染性疾病医疗质量控制中心主任李兴旺、市第四人民医院院长孟尔旺等省内著名传染病医院管理专家出席了会议并做了专题学术报告。

会议中,各位专家共同探讨了传染科医疗质量

控制及传染病医院管理改革发展的新成果。此次学术大会,通过分享和交流各位专家多年的学术成果,积极地推动我省传染科学术的前进步伐,也为推动行业的科技进步和地方健康事业发展作出积极的贡献。



中盖结核病项目工作考察团赴市四院考察项目进展情况

8月22日下午,以中国疾控中心结控中心主任王黎霞为团长的中国疾病预防控制中心考察团赴市四院对中盖结核病项目工作情况进行现场考察,市卫生局陈方副局长及相关工作人员陪同考察。

考察团听取了我市中盖结核病项目工作情况汇报,并就有关项目实施工作进行了座谈研讨,杜克大学全球健康研究所副所长汤盛蓝、盖茨项目基金会全球政策和倡导部高级项目官员汪宏、中国疾控中心耐药防治部副主任阮云洲、中盖结核病项目管理

办公室主管黄飞、省疾控中心羊海涛副主任及相关人员出席研讨会。研讨会主要围绕三个主题:一是定点医院承担结核病防治工作的运营情况;二是诊疗费用筹集和支付;三是项目结束后可持续发展等问题。

考察团通过听取汇报和现场考察全面深入地了解了该院结核病防治工作的开展情况,对该项目的整体工作情况和运行机制较为满意。同时,也针对中盖项目后续工作的开展进行了指导。

市长杨省世视察市四院工作

8月28日上午,市政府杨省世市长、滕雯副市长在市卫生局领导及相关工作人员陪同下赴市四院调研指导工作。

杨市长一行先后参观了该院的门诊大厅、结核病诊断P2和PCR实验室、心理咨询中心和医院的整体规划。在门诊大厅,该院孟尔旺院长通过展板向杨市长一行介绍了医院的现状、发展历程、功能定位、中盖结核病项目和药物维持治疗门诊所取得的成绩,以及在创建三级医院、加快升级转型的过程中所面临的资金和编制上的困难。

杨市长对该院在应对突发公共卫生事件中所取得的成绩给予了充分肯定。并要求:一是加大人才建设力度,在大力引进人才的同时,更要注重本土人才

的培养;二是抓好医院内部管理,提高医疗服务质量;三是营造好的外部环境,做好舆论宣传;四是加强外部交流合作,搭建更好技术平台。



市四院内科病区首次开诊

日前,经过近半年的筹备,市四院内科病区正式开诊。院领导班子及职能科室全体人员出席了开诊仪式。开诊仪式上,孟尔旺院长对新病区的科主任、护士长及全体工作人员提出了具体要求,强调全科室职工要充分利用好新病区的良好条件,进一步鼓足干劲、积极工作,推动工作全面进步,为医院升级转型奠定良好基础。

市四院内科病区拥有宽敞、舒适、便捷的住院环

境,主要开设心内科、神经内科、肾内科等科室,主要收治肾脏、神经内科相关疾病及老年病,兼收其他内科疾病。内科病区立足高起点、高标准,拥有高素质的专业医护人员;现开设床位33张,拥有医护人员14名,其中医师共4名,有硕士研究生2名,主任医师1名,副主任医师1名,住院医师2名,护理人员10名,均经医院精心挑选,严格培训而组建。

内科病区的开诊加快了市四院升级转型的步伐,预示着市四院由“小专科、无综合”向“大专科、小综合”转型的正式启动,填补了市四院无综合治疗科室的空白,这将有利于全面提升该院的整体水平和核心竞争力,增强应对突发公共卫生事件处置能力,也将为周边广大居民提供更为优质的医疗服务。

卫生部观摩团来灌南县新区人民医院观摩合作医疗工作

7月28日卫生部组织的观摩团在灌南县张燕副县长、市卫生局合管办徐德兵处长陪同下，来灌南县新区人民医院观摩合作医疗工作。

首先观摩团通过看展板、听讲解等方式对该院合作医疗工作有了一定的了解，其次来自全国

各地的观摩人员在观摩过程中与该院解释工作人员相互沟通交流，最后由该院分管合作医疗工作的副院长朱建做整个工作汇报。整个观摩活动观摩团给予了高度评价，市县领导也给予了肯定。

赣榆县人民医院启动医疗总值班制度

为更好地规范工作程序，提供优质服务，保障医疗安全，赣榆县人民医院特设立医疗总值班，保障医疗工作的正常运行。

医疗总值班工作于9月3日正式启动。值班人员由各个科室经验丰富的主任、副主任医师参加。时间为医院规定的下班时间11:30—14:30、18:00—次日早上8:00点及周六、周日、国家法定节假日等非正常办公时间。值班人员要了解全院出、入院及危重病人的抢救情况，按规定填写总值班记录表。

医疗总值班的启动能进一步健全质控保障体系，更好地保障医疗安全，更加准确地保证医疗工作的顺利进行，将医院各科室有机地结合起来，使之成为一体，发挥整体作用。

赣榆县人民医院举办《医疗纠纷防范与处理》讲座



为进一步提高医务人员依法行医、尊重患者权利的法律意识，保障医疗质量和医疗安全。9月8日，赣榆县人民医院邀请北京律师协会医疗法律专业委员会主任委员陈志华律师来院举办为期一天的《医疗纠纷防范与处理》专题讲座，全院医务人员近500人参加了此次讲座。

陈志华律师结合《侵权责任法》中的医疗损害责任条文列举相关案例，着重从病历书写和医患沟通两方面进行了详细的讲解。在病历书写上，必须做到

客观、真实、准确、及时、完整、规范。其中真实是最重要的一点，要求病历记载的内容应当实事求是，不得涂改和伪造。医患沟通主要体现在医务人员在诊疗活动中应当向患者说明病情和医疗措施，如果需要实施手术、特殊检查、特殊治疗的，应当及时向患者说明医疗风险、替代医疗方案等情况，并取得其书面同意；不宜向患者说明的，应当向患者的近亲属说明，并取得其书面同意。陈律师在讲座中提出，目前医患关系紧张、互不信任的现状很不利于患者的治疗，医患之间不能希求一部法律的出台完全解决目前存在的问题，而是要互相加强沟通和理解，重建医患双方的信任。

陈律师用真实的案例为索引，鲜明而形象地剖析了日常医务工作中的欠缺和错误，同时针对这些不足和差错提出了规范性的操作方法和具有建设性的建议，使每一位与会人员进行进一步了解《侵权责任法》的具体内容，学习到医患沟通时的技巧，掌握了法定的注意事项，提高医务人员法律法规知识及依法行医的意识。



省卫生厅农卫处领导 来赣榆县人民医院调研“务实进修”项目

9月6日下午,省卫生厅农卫处汤苏川处长一行4人在市卫生局基妇处陈志处长和县卫生局医政科领导的陪同下来到赣榆县人民医院对“务实进修”项目实施进展情况进行督导调研。朱明副院长就该院对乡镇卫生院临床医师“务实进修”项目开展情况向省督导组作了系统汇报,科科长具体汇报了项目实施3年来该院取得的工作经验,并就管理过程中存在的难点和不足向督查组领导作了反馈。

该院作为县“务实进修”项目接收单位,到目前已完成2010年、2011年度两批“务实进修”项目任务,其中2010年18名、2011年14名乡镇卫生院医生完成进修学习并取得“务实进修”培训合格证书。

在接到县局2012年“务实进修”工作计划后,根据务实进修大纲,对今年来院的24名乡镇卫生院卫技人员,院领导非常重视,在院办公会上作了部署,明确该项工作由朱明副院长分管,科科长具体负责落实。科科长根据进修细则和要求,结合院实际情况,认真制定进修轮转教学计划。精心挑选研究生学历的高年资主治以及高级职称人员作为直接带教老师,科主任间接指导,科室其他医生配合

补充,实行一对一甚至多对一的带教模式。加强对进修人员的考勤管理,积极组织进修人员参加院内外的业务讲座以及继续医学教育学习,不断更新对新知识新技术的学习。注重三基本的培训,在做好业务讲座学习的同时,科科长按照大纲的要求,定期安排出科理论考试以及实践技能考核,并督促、检查和指导带教老师做好出科实践技能考核工作,以此来检验务实进修人员的学习效果。并组织学员对带教老师的临床带教质量进行综合评价打分,开展师生互评活动,以此加强对带教老师监督促进的作用。

赣榆县2012年“务实进修”项目将于10月20日结束,该院作为全县“务实进修”培训基地届时将督促指导学员认真完成进修任务,总结本年度“务实进修”项目工作中遇到的问题和不足,争取更好地完成2013年“务实进修”项目。

此次省厅市局督查组的督查与指导,将进一步确保该项目的实施效果,促进和规范了该院的临床带教管理,对该院下一步的工作开展起到了良好的加强和推进作用。■

东海县人民医院传染病管理与网络直报工作获省卫生厅好评

近日,省卫生厅组织传染病管理及网络直报工作质量督查专家组在市县卫生局领导的陪同下来到东海县人民医院,对该院传染病管理及网络直报工作进行了现场督查和评审。通过检查,专家组对该院传染病管理及网络直报工作的标准化、科学化和规范化管理工作给予了充分肯定和高度评价,认为

该院院内感染管理工作走在了全省同级同类医院的前列。专家们通过现场查看、查阅资料、实地走访等方式,对该院的传染病管理及网络直报工作进行了现场督查。在评审反馈会上,督查组的专家同时也对该院传染病管理及网络直报工作提出了一些建设性的意见。■



秋季, 该如何保健养生

秋季是一年中由热向冷的过渡季节,气温变化较大,空气温度较小,“肃杀之气”易侵人体,所以古人称秋季是个“多病”的时节。因此,做好保健养生十分重要,专家建议加强以下四项措施:

防燥要润肺

古医书《素问》描述:“肺主秋……肺收敛,急食酸以收之,用酸补之,辛泻之。”意思就是,酸味的食物可收敛肺气,辛味发散泻肺。大原则上,春夏养阳、秋冬养阴,秋天宜收不宜散,要少吃葱、姜、辣椒等辛辣味食物,可适当多食酸味果菜。

《金匱要略》又有“秋不伤肺”之说,意思是,秋季燥气当令,易伤津液,应以滋阴润肺食物为主,此时,可多食用银耳、粳米、生地等粥类。

由于天气转凉,雨水渐少,空气中的湿度小,秋燥便成为主要气候特征。秋季又是滋肺关键之时,稍有疏忽大意,即被秋燥耗伤津液,引发口干舌燥、咽喉疼痛、肺热咳嗽等症。因此,秋日宜吃清热生津、养阴润肺的饮食。如泥鳅、白鸭肉、芝麻、核桃、百合、糯米、蜂蜜、牛奶、花生、鲜山药、白木耳、广柑、白果、梨、红枣、莲子、甘蔗等,可起到滋阴润肺养血的作用。

对中老年胃弱的人,早餐宜食粥,有利于和中益胃生津。《医学入门》中指出:“晨起食粥,推陈出新,利膈养胃,生津液,令人一日清爽,所补不小。”如百合红枣糯米粥滋阴,百合莲子粥润肺益肾,百合杏仁粥祛痰止咳,扁豆粥健脾和中,生姜粥御寒止呕,松仁粥润肺益肠,菊花粥明目养神,茶叶粥化痰消食,燕窝粥养肺止咳,山药粥健脾固肠,甘菊枸杞粥滋补肝肾等。

各人可根据自己的实际情况来选择不同的饮食,方可在秋季使脏腑阴阳气血和谐,达到滋补身体之目的。

动静相结合

夏天日长,人们是夜卧早起,而秋季,阳气开始收敛,人们应开始“早卧早起,与鸡俱兴”。意思是,秋季应逐渐改变为早睡早起,让肺气得以舒展。

面对诸多的锻炼项目,也应因人而异来选择,如中青年可跑步、打球、爬山、洗冷水浴、游泳等;老年人可散步、慢跑、练五禽戏、打太极拳、自我按摩等。

在进行“动功”锻炼的同时,可配合“静功”,如六字诀默念呼气练功法、内气功、意守功等,动静结合,动则强身,静则养神,可达到身心康泰之功效。需注意的是,喜爱耐寒锻炼的人,从秋天开始,与天气变化相应相和,循序渐进,持之以恒,才能增强肌体对多变气候的适应能力和抵抗力。

心态要平衡

话说:“一夏无病三分虚”,“一场秋雨一场寒”。秋风萧瑟,秋雨凄凉,红衰翠减,百花凋零,容易让人触景生情,忧愁缠心。如果遇上秋风秋雨的不好天气,日照几乎没有,就会使人体甲状腺素和肾上腺素的分泌受到抑制,人体细胞就会“偷懒”,人的心情自然就更容易低沉消极。

“秋上加愁”,根据中医“春夏养阳,秋冬养阴”的原则,其有效预防或减轻这种不良情绪的办法就是起居要有规律,安排丰富多彩,平日多想称心事,少忆悲伤景,并注意体育锻炼,同时要多吃些高蛋白的食物(如牛奶、鸡蛋、豆类和肉类等)。在情绪低落时,可适当饮些咖啡、绿茶,吃些香蕉、巧克力等,从而兴奋神经系统,改善心境。

预防更注重

秋天是肠道传染病、疟疾、乙脑等疾病的多发季节,也常引起许多旧病,如胃病、老慢支、哮喘等病的复发。患有高血压、冠心病、糖尿病的中老年人,在晚秋季节若疏忽防范,则会加重病情,甚至发生高血压危象、急性心肌梗塞、脑卒中而祸及生命。因此,人人都要树立预防为主的思想。

例如,一是注重饮食卫生,不吃腐败变质和被细菌污染的食物。老胃病患者更要注重膳食调摄,和中养胃,做到饮食有节,温软淡素;禁食生冷,不暴饮暴食,戒除烟酒等。二是天气骤变时要防伤风感冒,而对老慢支、哮喘等患者也要做好预防复发的措施。三是搞好环境卫生,清除蚊虫孳生地,并采取防止蚊虫叮咬。四是对高血压、冠心病、糖尿病等病人进行干预治疗,将血压、血脂、血糖等指标控制在理想范围,保持和谐平衡,争取有效地防止并发症,提高生活质量,安度金秋季节。❏



常见的家庭用药误区

中国每年有 250 万人因用药或药物不良反应致病住院,其中高达 20 万人死于用药不当。北京、上海、重庆等地的聋哑学校中,70% 的儿童是因用药不当导致伤残。为了您和家人的健康,每个人都应该了解安全合理用药的常识。

时间错位 不少人服药都安排在白天而忽视夜间。有的药一日服两次,应每隔 12 小时 1 次,有的每隔 8 小时一次,可是病人往往在三餐时服用,这样白天血液中药物浓度过高,而夜间很低,影响疗效。

药量过大 通常治疗量可获得良好效果,若超量服用可引起中毒,尤其是老人和儿童。然而有的人随意加大剂量,这样十分危险。

药量偏小 有人为了预防疾病或害怕药物毒副作用,认为小剂量比较安全。其实这样非但无效,反而贻误病情,甚至产生耐药性。

时断时续 药物是否发挥疗效,主要取决于它在血液中恒定的浓度。如不按时服药,达不到有效浓度,就可能无法控制疾病发展。

疗程不足 药物治疗需要一定的时间,如尿路感染需要 7-10 天,才可治愈。若用药两

三天,症状有所缓解就停药,则会发展为慢性感染。

当停不停 一般药物达到预期疗效后就应停药,否则会引起毒副作用如二重感染、依赖性以及蓄积中毒等。

突然停药 许多慢性疾病需长期坚持用药控制病情,以巩固疗效,如精神病、癫痫病、抑郁症、高血压、冠心病等。如停药应在医师指导下逐步进行,不要擅自停药,否则旧病复发甚至危及生命。

随意换药 药物发挥疗效需要一定时间,如结核病用药需半年。若随意换药导致治疗复杂化,出了问题也难以找出原因及时处理。

多多益善 两种药物联合使用常可增强疗效。但配合不当会产生拮抗作用,以致降效、失效,甚至招致毒性反应。

小儿用成人药 小儿肝肾功能弱,解毒功能弱,服用成人药如氟哌酸,可引起小儿关节病变和影响软骨发育,应禁用。

以病试药 有的人患疑难杂症久治不愈,屡找偏方、验方使用。这样会导致病情加重,失去手术治疗的最好时机,使病情恶化。❗

俗话说：“一夏无病三分虚”，入秋以后，人易倦怠、乏力等，根据中医“春夏养阳，秋冬养阴”的原则，此时进补显得十分必要。秋季有利于调养生机，去旧更新，也是用进补恢复和调节人体各脏器机能的最佳时机，稍加滋补便能收到祛病延年的功效。但是，无选择地进补，对人体，特别是某些慢性疾病的患者是极其不利的，盲目进补会产生如下四个坏处。

1.加重脾胃负担。在漫长酷热的夏季里，人们由于喝冷饮，常食冻品，多有脾胃功能减弱的现象。这时候如果突然大量进补，会骤然加重脾胃及肝脏的负担，使长期处于疲弱的消化器官难以承受，导致消化器官功能紊乱，出现胸闷、腹胀、厌食、消化不良、腹泻等症。

2.补出“火”气。中医的治疗原则是虚者补之，不是虚症病人不宜用补药，虚症又有阴虚、阳虚、气虚、血虚之分，对症下药才能补益身体，否则适得其反，会伤害身体。羊肉，其味甘性温，助阳补血，开胃健身，也是秋季人们看中的补养之物，羊肉甘温大热，过多食用会促使病灶发展。另外，羊肉具有较高的蛋白质和脂肪，肝脏有病的患者若大量摄入不能有效地完成氧化、分解、吸收等代谢功能，就会使肝脏负担加重，可导致发病。

3.无病进补反添病。无病进补，既增加开支，又害自身。如服用鱼肝油过量可

引起中毒，长期服用葡萄糖会引起发胖。血中胆固醇增多，易诱发心血管疾病。比如家常鸡汤，含丰富的蛋白质，健脾胃，活血调经，也是传统补虚之品，但可使血胆固醇进一步升高，故高血压、高胆固醇患者不宜多喝。鸡汤内含有的一些小分子蛋白质，患有急性肾炎、急慢性肾功能不全或尿毒症的人由于功能较差，肾脏对蛋白质分解产物不能及时处理，多喝鸡汤会引起高氮质血症，加重病情。鸡汤还有较明显的刺激胃酸分泌的作用，故患有胃溃疡、胃酸过多或曾经胃出血的人，也不应多喝鸡汤。

4.补药过头。任何补药服用过量都有害。认为“多吃补药，有病治病，无病强身”是不科学的。如过量服用参茸类补品可引起腹胀，不思饮食。身体虚弱的李先生，遵循民间“秋季进补”的说法，想方设法托人从东北带回人参，再以老母鸡炖之，没想到连吃几餐后，竟然补得鼻子出血，咽喉疼痛起来。维生素C是人体必需的营养素，过量服用也可导致恶心、呕吐和腹泻。

因此，秋季进补应该补之有道，进补之前要给脾胃一个调整适应时期，可先补食一些富有营养，又易消化的食物，以调理脾胃功能；多以抵御秋天燥气的滋阴润肺之品或健脾开胃、滋补强身的食品进补为好，如百合、莲子、山药、藕、红枣等。切莫胡乱进补。❗



糖尿病患者不可随使用创可贴

生活中，谁都可能出出现一些小磕碰，随便拿创可贴一贴也许就无事了。但对于糖尿病患者如果也这样用，后果可能会很麻烦。

因为糖尿病的影响，尤其是患者血糖控制不好时，一些小创口就可能很长时间都不愈合。糖尿病患者若是出现了足部损伤，在处理时，最好首先控制好患者的血糖，以免影响创口的愈合。创可贴糊在伤口上，会造

成局部温度的增高，患处由于温度升高不透气，容易出现细菌繁殖现象，这样患处就更不容易好了。不要胡乱使用创可贴在创口处。另外，也要避免在创口处使用颜色较深的药液，比如说紫药水，药液的颜色可能会遮盖伤口出现的异状，如感染、伤口不愈合等，进而耽误了治疗。

所以糖尿病人在生活中要注意细节，平时注意鞋子的选择，皮肤受到伤害时要及时请医生处理。❗

怎样认识食醋对中老年人的作用

米醋主要含 3%~5% 的醋酸,此外还含有乳醋、琥珀酸、氨基酸、糖类、无机盐及维生素,常食用一些醋,对老年人的健康大有益处。食醋可以预防一些疾病,能提高胃肠道的杀菌作用,防止痢疾、肠炎、食物中毒;对消化不良和缺乏胃酸的老年人能生津开胃,加强消化功能;食醋有助于食品中钙、铁、磷等无机盐的吸收,提高食物的营养价值,预防骨质疏松;还可以降低脂肪类食物的油



腻感,并可使维生素 C、B 族维生素处于较稳定状态,不易被破坏;另外,老年人在临睡前用醋冲水喝,还有催眠作用。但老年人不宜直接喝醋,最好烧入菜肴中食用。因为醋呈酸性,如不加稀释食入,会损伤胃粘膜,引起急性胃炎和胃溃疡。烧骨头汤时加点醋,可以使更多的钙质溶于汤中;煮海带时加点醋,可使其变软。但在烧绿色蔬菜时,则不宜加醋,因为绿色蔬菜叶绿素中的镁离子可与醋结合,生成暗淡无光的橄榄脱镁叶绿素,从而降低蔬菜的营养价值。✎

最实用的秋季养肺方法

秋燥又可分为“温燥”和“凉燥”,前者见于初秋天气尚热或久晴无雨的时候;后者则见于深秋天气转凉之时。但无论温燥还是凉燥,其结果都会导致阴津耗损,出现皮肤干燥和体液丢失等症状,并伤及人体肺部,可表现为口干、唇裂、鼻塞、咽痛、阵发性干咳,甚至流鼻血或咯出带血的痰等一系列类似上呼吸道感染的“干燥症”。

专家建议,一旦出现可疑的“干燥症”不要不当回事,而应及时调治以润燥,解除对肺乃至全身的“威胁”。据介绍,秋季润燥养肺的方法应从以下三方面入手。

秋燥容易威胁肺部健康

“肺主一身之气,要防治干燥症,关键在于养肺。”专家称,入秋后,当温度和湿度发生较大变化或是病人遭病毒、细菌感染时,其鼻咽部刚开始先是黏膜皱缩而感觉干燥,继而因充血而有痛感,出现鼻咽部发痒不适、干灼疼痛、干咳少痰;由于鼻咽部黏膜表面的蛋白结构发生了变化,气管喉头黏膜发病而咳嗽不止,称为“燥咳”。

如果不及时治疗,可能会酿成气管炎和支气管炎,使肺部更受伤。此外,由于肺的功能受到抑制,机体可能出现供氧不足,可造成皮肤瘙痒、毛发枯萎等,还可出现便秘症状。

所以,只有肺好了,全身跟肺相关的其他功能才能跟着好起来。因此,一旦出现“燥咳”或其他可疑的“干燥症”,不要不当回事,而应及时调治以润燥,解除对肺乃至全身的“威胁”。

百合粥、银耳粥皆是润肺佳品

根据中医“燥则润之”的原则,在出现鼻燥、唇干、咽痛、干咳时,除了要多喝水多吃果蔬、避辛辣食品刺激之外,一日三餐也可适当煮些滋阴养肺的粥来喝。方法很简单,可视个人症状选滋补肺阴、清除燥热的食物,如银耳、百合、银杏、莲藕、莲子、菱角等食物入粥。

秋天养肺最好笑口常开

专家说,养肺的方法多种多样,“笑”可能是最“便宜”且有效的一种。中医有“常笑宜肺”一说。而现代医学也有研究证明,笑对机体来说的确是最好的一种“运动”,不同程度的笑对呼吸器官、胸腔、腹部、内脏、肌肉等器官有很好的协调作用。

尤其是对呼吸系统来说,大笑能使肺扩张,人在笑中还会不自觉地进行深呼吸,清理呼吸道,使呼吸通畅。另外,人在开怀大笑时,可吸收更多的氧气进入身体,随着流畅的血液行遍全身,让身体的每个细胞都能获得充足的氧气。✎



医院文化建设的名片 ——连云港市第一人民医院院史陈列室

连云港市第一人民医院院史陈列室建于2002年10月,位于急救中心大楼21层,建筑面积90平方米。该室客观地记述了本院自1951年10月建院以来各方面的重大事件、重要活动和主要发展变化,勾勒出本院在这一时期内发展变化的大致轮廓和梗概脉络,在教育职工、对外交流等方面发挥了重要作用。其间对该室部分内容进行了四次局部调整并于2006年8月增设建筑面积18平方米的医院荣誉室。

为更好地发挥院史陈列室的作用,加快实施医院文化建设工程,努力打造人文医院,在2011年10月完成文化长廊(展区面积109平方米)和院史长廊(展区面积78平方米)改造、布展的基础上,医院于2011年12月决定全面改造院史陈列室并单设刘一麟、曹华棣生平事迹陈列室。经过近三个月的装修改造和图片布展,新的院史陈列室和刘一麟、曹华棣生平事迹陈列室于2012年9月28日重新对外开放。新的院史陈列室集收藏、展览、文化交流等功能于一体,展区面积88平方米。在布局编排上,采用编年体和专题式相结合的方法,共设前言、领导关怀、建院初期、学科览萃、群英荟萃、创新驱动、教书育人、医疗设备、合作交流、支基惠民、科学管理、党建工程、文化建设、激情飞越等14个版块;在选材用料上,按照“大事突出、要事不漏、

面全不赘、取材恰当”的原则,从众多的档案史料中精心选取图片2680余幅,可谓集精撷粹,具有较强的存史性、可读性和可视性;在表现形式上,力求做到文字、图片、实物、音频资料、视频资料等并展,解说员讲解、发放宣传品、播放专题片等并举,声、光、电等先进技术并用,着力增强展示效果,使展示内容入目、入耳、入脑、入心。在原荣誉室旧址改建的刘一麟、曹华棣生平事迹陈列室展区面积16平方米,分别以“大医精诚 真爱永留”、“一心为民的好医生”为题,简要介绍了我院主要创始人之一——刘一麟、连云港市外科事业的开拓者和奠基人之一——曹华棣平凡而光辉的人生历程,以缅怀先辈们为医院作出的杰出贡献、激励后人将先辈们开创的事业不断推向前进。

历史代表着一种传统,也是一笔珍贵的财富。把优秀文化保护好、传承好,赓续医院血脉、弘扬医院精神,是院史陈列室的光荣使命;以丰富的内涵、多样化的形式、现代化的手段,图文并茂、客观翔实地反映医院的历史沿革和发展历程,全方位地展示医院三个文明建设的丰硕成果,生动地诠释“精诚、仁爱、和谐、求实、创新”的一院精神,使之成为医院对职工进行教育的重要基地和对外交流的重要窗口,是设立院史陈列室的宗旨所在。为此,我们将继续努力……

这几天来终于静静读完了任浩之所著《中国人的精神家园》。书中作者不惊不喜、不怒不悲,只是娓娓道来一个又一个的历史小故事。在许多人开始醉心于灯红酒绿、辗转于车马喧嚣时,这本书带领我们重温了中国历史长河中沉淀下来的仁爱、谦恭、自强、自省、和谐的民族精神。尤其是在物质富足可保生活无虞的现在,我们更应该把它们重新拾取起来。梁漱溟曾这样概括,“这种精神,分析言之,约有两点:一为向上之心强,一为相与之情厚。”这也是我在读完这本书后急欲和我的同龄们所分享的。

“一为向上之心强”。身为医院今日的嫩芽、明日的栋梁,我们是否真的考虑过我们年轻人到底应该做些什么?查房、开医嘱、上手术、写病程就是工作的全部么?泡吧、逛街、应酬、K歌就是我们想要的生活么?

看看陈独秀在《新青年》第一期上发表《新青年》一文吧。这位新文化运动的发起人号召做“新青年”,生理上身体强壮;心理上“斩尽涤绝做官发财思想”,“内图个性之发展,外图贡献于其群”;以自力创造幸福,而“不以个人幸福损害国家社会”。近百年前的文字在今日读来仍旧铿锵有力,振聋发聩。

作为年轻的医务工作者,职务、职称、收入可以是我们工作的重要动力,但不应该成为我们工作的全部目的,至少我们应该去身体力行军事化的管理、大学式的教育,努力追求行为的严谨与思想的自由。君子“日三省吾身”,有所思方有所获。在个人精神修养上,宁可求上得中,决不求中得下。

“一为相与之情厚”。这应该是全部中华传统文化所孕育出的最宝贵的种子,孔子提倡仁者爱人,身为当代人我们一再奉行和谐理念,皆源于此。

天南地北的年轻人共事于同一家医院,一份包容就足以消弭无谓的嫌隙,一个微笑也可以成为互相鼓励坚持下去的助力。而作为医生、作为护士,秉承大医之道,怀仁心、行仁术,义不容辞地充当病患生命健康的守望者和保卫者。在这件事上,护士郭灵芝是我们最好的榜样。

最后,谨用今年浙江大学两句新生欢迎标语与同龄们共勉。“做一个明媚的女子,不倾城,不倾国,以优雅姿势去摸爬滚打。做一个丰盈的男子,不虚化,不浮躁,以先锋之姿去奋斗拼搏。”

(作者单位:连云港市第一人民医院)

□ 刘斌

淡泊功利
重拾本心

明朝那些事儿



明朝，那些事儿

□ 张 茜

几页读来，已被它深深地吸引。它新潮地用上了当今流行的网络文体，接近口语化的诸色诙谐着实幽默了一把素来以严谨著称的历史。

历史是什么？历史是人物、事件为页，时间、顺序为绳穿串起来的厚重，当这厚重被潮人用轻松泼皮的调侃一一解开，历史，厚度依然，沉重不再。这会不会是《明朝那些事儿》这本书的追求？

既然这本书的名字叫作《明朝那些事儿》，那么，首先得介绍一下朱元璋其人。朱元璋，原名朱重八，明朝的开国皇帝，中国历史上唯一的一个由乞丐、和尚到将军、元帅，最后登上大宝的人。他的一生，被称之为历史上的奇葩，传奇中的经典，励志里的楷模。这个人，对恩人忘恩负义，对对手心狠手辣，对可能触及宝座的人更是毫不手软，那些当年和他一起出生入死、为他立下汗马功劳的哥们儿有几位得着了善终？“狡兔尽，走狗烹”、“无毒不丈夫”这些个久唱不衰的“名句”不

知朱元璋在背地里默诵过多少回。或许，正是这几回几百回的默诵使他得到了启发因此才能提炼出另一黑厚绝句：“我的就是我的，你的还是我的”。忽而想到，现代人李宗吾的《黑厚学》是不是继承光大了明太祖朱元璋的不要脸哲学：为了自我，一切皆有可能。不过，跨度有些偏大，因为就在明朝，已经有人不折不扣地继承了朱元璋的衣钵，他就是永乐皇帝朱棣。

朱棣，朱元璋的四子，他背祖训，杀亲侄，夺大宝，篡江山。为了稳固自己的权利，几乎杀光了自己的亲人。但凡对他构成威胁的人，从他那里得到的只有一个字“死”！原来，皇帝的高度，必定得尸骨堆砌。危难时装疯，求生时卧泥，如此能忍辱负重的一位皇子，偏偏又遗传了先皇血液里的那股狠劲，注定他能成功上位。就是这么一个嗜杀的皇帝在中华文学史上留下了重重的一笔。《永乐大典》编纂于明朝永乐年间，保存了 14 世

纪以前中国历史地理、文学艺术、哲学宗教和百科文献,共计 22,937 卷、目录 60 卷,约 3 亿 7 千万字,是中国最著名的一部大型古代典籍,它的规模远远超过了前代编纂的所有类书,为后世留下许多丰富的故事和难解之谜。《永乐大典》以其宏伟卓越成就了永乐的另一伟绩,同时也成就了另外一人——解缙。解缙,少年时即展现出非凡的才学,从“门对千棵竹、短、无”到“家藏万卷书、长、有”一路飘联,竟然飘到皇帝座前,被皇帝亲点做了《永乐大典》的总编,到此,该是功成名就,谁知他不能停足,又飘去大牢,最后冻死荒野。解缙此生,成也才学,败也才学。可怜他如果不是恃才自傲,也不至于落得个白雪埋晶骨。

文臣武将一直是历史中的栋梁,但也不能排除宦官太监成为历史的支柱。太监当道在明朝的历史中出现过不止一次,魏忠贤,熹宗时尊称九千岁,活着的时候,就在全国各地建起生祠。这还不是最牛,最牛的当数大太监刘瑾,民间一度戏称武宗是坐皇帝,他是站皇帝,一朝两帝荒诞至极。开国重八皇帝,倘若地下有知,一定从棺材里翻身坐起。

老子英雄儿好汉,孙子没准是软蛋,这是我从这本书中得出的一句“格言”,似乎有点像是“富不过三代”的翻版。

“存天理,灭人欲”是另一句格言,它是明朝大儒朱熹所倡导推崇的。这位信奉“洪水来时只管堵”的白痴、伪君子,满口道德,私底下且蓄优养妓。更为可耻的是,当与对手政见不合时,不惜使用下作的手段诬之,攻之,杀之。敢问“天理”何在,“欲”作何解!这本书的作者“当朝明月”想来如我一样,也很鄙视这位至今仍负盛名的“大”儒,否则,不会只用区区几个字将其一带而过。

明朝的历史中,张居正堪称是最耀眼的一颗明珠。他能谋善术,立志改革,“一条鞭”法更是甩出明朝历史中的一段辉煌。平民出身的他也因位居内阁首辅一度被推上了历史的前台。然而历史是洪流,张居正纵然力可擎天也只能是洪流中的一滴,他会枯竭,历史不会。历史给予张居正活着时候风光无限却不会因他的死停滞不前。张居正死后,他的学生万历反攻倒算——封门,抄家,逼

死他的儿子。就连张居正,也险被从坟墓里挖出来鞭尸,而他生前鞠躬尽瘁极力推行的新政也随即被遗弃。这大概就是“伴君如伴虎”又一案例。万历这只小虎,年幼的时候,唯张居正是从,等到羽翼丰满,一跃而起,恶狠狠地扑向自己的老师。

写到这里,忽然有一种错觉,这是历史吗,怎么像是一面镜子,镜子可观人,也可照己,似乎这面镜子还可以播放,播放出你的、我的、他的前生和今世。虽然我们太过渺小,但在这里或者那里,多多少少有着我们的痕迹。

本来,历史是冗长,是琐碎,是沉闷,是乏味。今天,得益于作者时明时暗不失清晰的文理,亦嬉亦骂随性率直的调侃,或深或浅精致独到地解晰,使我从中读出了金戈长鸣,羌笛幽怨;领略到沙场的彪悍,情场的缠绵。万贵妃,明朝历史中一个不能不提的女人,这个足以做宪宗母亲的女人,有着怎么样的媚力和手段,独得宪宗多年的专宠。同为女人,我们不必细数她的罪恶,只需记得她独宠至死的殊荣。曾经以为,男儿皆好色,何况帝王家,到了这儿,给了我狠狠的一击。

回过头来,细细品味,霍然发现,本书的作者“当朝明月”是个全才。他擅丹青,凝聚马良笔下的墨韵,他工音律,胸怀弄玉萧中的风范,他专词赋,深得曹植神女的气质,他长剑术,掳获太白剑底的凝重。正是他,集百家之所长,揉作风情的弦一路拨来,于是激昂与凄清、铿锵与哀怨交织,直泻煤山。

崇祯,万般的不情愿,也只能将脖子下的白锦挽成一个大大的休止符。明朝,历史上的一个小节,就此结束。

(作者单位:
连云港市第一人民医院)





你为谁工作

□ 董小娣

最近我读了《你在为谁工作》这本书,精美的装帧,诱人的墨香,简单而又深刻的发问,深深地吸引了我。是啊,我到底在为谁工作呢?带着这个疑惑,我翻开了书……

书中约翰·洛克菲勒说了这样一段话:“工作是一个施展自己才能的舞台。我们寒窗苦读来的知识、我们的应变力、我们的决断力、我们的适应能力,我们的协调能力都将在这样的一个舞台上得到展示。除了工作,没有哪项活动能提供如此高度的充实自我、表达自我的机会,以及如此强的个人使命感和一种活着的理由。工作的质量往往决定生活的质量。”这段话对我的影响很深,它让我明白了工作的重要性。我们每个人都需要工作,而且需要努力地工作。人的一生很短暂,我们需要有一个目标,目标的实现离不开勤奋工作。在我看来,当你实现人生目标的同时,也就是体现自我价值的时候。

说起来容易,做起来难。要想实现人生目

标,并不是一帆风顺的。能不能让自我价值得以实现,取决于对工作的态度。不管从事什么样的工作都要明白一点,那就是我们是在为自己工作。只有工作才能满足我们的各种需要,物质需要和精神需要都只能通过努力工作才能实现的;有工作的机会,才能让自己充分发挥能力,有展示自己的机会。认真工作才能让你不断地去思考、去学习、去总结经验,这是比物质更丰富的财富。对工作要充满热情,把工作当成一个使命来完成。工作不仅仅是为了赚钱,我们工作更多的是为了实现一种价值。如果对工作没有热情,那就失去了前进的动力和信心,不仅不进步,还很有可能倒退,最后被社会所淘汰。我们要珍惜自己的本职工作。不要这山看着那山高,到最后只能像书上所说的:“今天工作不努力,明天努力找工作。”

工作不仅是满足生存的需要,同时也是实现个人人生价值的需要。一个人总不能无所事事地终老一生,应该将自己的爱好与工作结合,在工作中寻找乐趣,让自己的快乐融在工作中。只有通过工作,才能保证精神的健康。工作是为了家庭,有了工作使家庭生活精彩!工作同时更是为了社会,社会因你的存在而绚烂!

(作者单位:赣榆县人民医院)

做一个正直、 真诚、 坚强的人

□ 杨进



《傅雷家书》不仅仅是普通的家书，更是一部集合了傅雷思想精华的著作。

借用傅雷先生写给傅聪的信中的一段话，我们可以清楚地知道《傅雷家书》的真正意义之所在。傅雷先生这样说：“长篇累牍地给你写信，不是空唠叨，不是莫名的 gossip，而是有好几种作用的。第一，我的确把你当做一个讨论艺术、讨论音乐的对手；第二，极想激出你一些年轻人的感想，让我做父亲的得些新鲜养料，同时也可以间接传布给别的青年；第三，借通信训练你，不但是文笔，而

尤其是你的思想；第四，我想时时刻刻，随处给你做个警钟，做面‘忠实的镜子’，不论在做人方面，在生活细节方面，在艺术修养方面，在演奏姿态方面。”

傅雷给儿子的信中始终教导儿子如何做一个正直的人、真诚的人、坚强的人。

他说人多少都有些惰性，假如惰性与偏向不能受道德的约束，又怎么能够实现“先为人，次为艺术家，再为音乐家，终为钢琴家”的教育信条，不论弄学问也好，弄艺术也好，顶要紧的是 Human，要把一个“人”尽量

发展,没成为某某家某某家以前,先要学做人;否则那种某某家无论如何高明也不会对人类有多大的贡献。

慢慢地我终于理解高中时代,班主任常说的那句一个人成长或许简单,可成人就不简单了的真谛。一个人的成长是自然而然的事,而一个人要成为一个优秀的人,一个成功的人,还必须是一个正直的人,不然即使他是一个有着丰功伟绩的人,对于社会而言,也是一个危险品,因为他随时都有可能危害到社会和人民。

所以请做一个正直的人吧!

在教育儿子为人时,傅雷常强调为人应该真诚,而不能沾染任何虚假的东西。

是的,真诚是一把的钥匙,知之为知之,不知为不知,真诚的“不懂”,比不真诚的“懂”还叫人好受些。最可讨厌的莫如自以为是,自作解人。有了真诚,才会有虚心,有了虚心,才肯丢开自己去了解别人,也才能放下虚伪的自尊心去了解自己。所以用真诚的心去对待你正在做的事和即将做的事,用真诚的心去对待和你相处的每一个人吧,相信自己的真诚一定会使自己的生活 and 别人的天天都沐浴在阳光里,正所谓“爱人者人恒爱之,敬人者人恒敬之”。

所以请做一个真诚的人吧!

傅雷赞赏儿子有着能够面对痛苦的勇气,将痛苦的经历与爱心的养成联系起来。

古语说得好,塞翁失马,焉知非福。比一般青年经历人事更早,所以成熟也早。每一回痛苦的经历,使我们的成长进了一步。敢于有同自己斗争的勇气。一个又一个的筋斗栽过去,只要爬得起来,一定会逐渐攀上高峰,超脱在小我之上。辛酸的眼泪是培养心灵的酒浆。

所以请做一个坚强的人吧!

傅雷强调要能够面对人生的高潮与低潮,不要精神消沉。

人一辈子都在高潮低潮中沉浮,惟有庸碌的人,生活才如死水一般;或者要有极高的修养,方能廓然无累,真正地解脱。只要高潮不过

分使我们紧张,低潮不过分使我们颓废,就好了。唯有敢于正视现实,正视错误,作理智分析,彻底感悟,才不至于被回忆侵蚀。逐渐会学会这一套,我们会越来越坚强的。

所以无论在什么恶劣的环境中,哪怕是接受狂风暴雨的侵袭,都请做一个能直面人生的人吧!这样我们的人生才能生如夏花之灿烂,即使我们离去,也会死如秋叶之静美。

傅雷夫妇作为中国父母的典范,一生苦心孤诣,呕心沥血培养的两个孩子,傅聪成为了著名的钢琴大师,傅敏成为了英语特级教师,而傅聪和傅敏的成就,正是傅敏夫妇先做人,后成“家”,超脱小我,独立思考,因材施教的教育思想的成功体现。

不同的人,有不同的性格和潜质,如果我们对待任何事物,都是千篇一律,那肯定是要犯错误的。傅雷先生是中国著名的翻译家和文艺评论家,如果他不充分地发掘两个儿子的天分,区别对待,因材施教,那么傅聪和傅敏可能也不会有太大的成就,终其一生,可能也只是在他们父亲的光环下,而不能绽放属于自己的灿烂。由此可见,在认识并认知人或者事物时候,不能一视同仁,要抓住每个人的特点,针对其独有之处,区别对待,往往能够有更好的效果。

作为一名普通的护理人员,每天要与很多病人打交道,要给予他们悉心护理,一个人在生病的时候往往是最脆弱的,更是需要我们发自内心的关爱。

但是,是不是每个患者所需要的护理和情感诉求都是一样的呢?事实上,并不是如此,就算是同一种病症,所需要的护理也不尽相同。因此,在给予患者护理前,要首先摸清楚患者的情况,对症下药,不能千篇一律地对待所有患者。

从书本上所学到的知识,是远远不够的,日常工作中积累的经验 and 技巧,才是最为宝贵的,作为一名医护人员,我要向优秀的前辈们学习,继承并发扬他们的优秀经验财富,将护理工作做好。(作者单位:连云港市第一人民医院)



永不服输

□ 尚 薇

一次偶然机会从朋友的书桌看到《老人与海》，我不止一次听过这本书，这本享有很高荣誉的书。就这样我走进了海明威塑造的一个世界里，被那个经典硬汉感动。古巴的一个名叫桑提亚哥的渔夫，独自出海捕鱼，在一无所获 48 天以后，他钓到了一条无比巨大的马林鱼，这条鱼比老人的船还长两英尺，鱼大劲也大，老人为了制服这条大鱼与他搏斗了两天两夜。其间老人经历了前所未有的考验，最后老人把大鱼制服拴在船头，就当故事可以这样完美结束的时候，那条大鱼却引来了鲨鱼，老人与鲨鱼展开了殊死搏斗。结果是大马林鱼还是被鲨鱼吃光了，只剩下一副骨架。老人带着骨架和疲惫的身躯回到港口，迎接老人的不是一无所获的冷嘲热讽，人们给与老人的是英雄般的顶礼膜拜。

有人说老人输了，最终还是没收获。可用老人的话来说“人并不是生来就是被打败的，人可以被毁灭，但不可以被打败”那副大马林鱼的骨架就是老人胜利的象征。就像人没有绝对的完美一样，老人的成功是有缺陷的，但老人在那个过程中所体现的生命的价值是感人的。

人性是强悍的，正是因为人类有了这种勇于奋斗不服输的精神，人类才能立足于自然界中并且快速发展。正是因为永不服输的精神，我们经过几千年的进化，最终站在了生物链的最顶层。

人性是柔软的，正因为我们有着这种崇拜强者，赞美强者，追求完美的精神，我们才能铭记那些美好的品质，继承它们，把它们发扬光大。我们才能在今天还能体会到很多年前的老人给我们的震撼和灵魂的荡涤。

人的一生就像一场旅行，它道路漫长、艰难、充满坎坷。我想如果我们有一颗积极向上的心，不服输，坚持奋斗，最终我们会收获成功。

读了这本书之后，我的成功观发生了改变。以前我认为在平凡的岗位上，我的一生就没有成功可言。消极地对待工作，遇到点困难首先想到的是我只是个小角色，我的努力不能改变什么。混日子成了工作学习的代名词。但《老人与海》中的老人，给我上了一堂醍醐灌顶的人生课，原来生活的态度可以这样，成功就在我们身边。

老人没有把鱼完好地带回港口，但不能说老人失败。同样我们平凡的工作中时刻充斥着成功的喜悦。我们坚持值完夜班是种成功，病人给我们一个微笑也是我们的成功，一个病人康复走出医院也是我们的成功。我们要带着这种心态快乐的工作。

作为一名护士，我要学习《老人与海》中老人不言弃的精神，像南丁格尔一样甘于奉献，相信我们能在平凡的岗位上坚持出自己的伟大。

(作者单位：连云港市第一人民医院)



生活，因我而存在

□ 李燕珍

多少人走着却困在原地，多少人活着却如同死去，多少人爱着却好似分离，多少人笑着却满含泪滴，谁知道我们该去向何处，谁明白生命已变为何物……每次听到这首《存在》，心中就有一种隐隐的痛楚，我常常问自己是为谁而存在，为何而存在。在这个物欲横流的社会，我们很多人都迷失了自己，尤其是我们这些年轻人。面对社会的各种诱惑与压力，不得不放弃自己的理想与追求。踏入社会这个大熔炉，承受磨练，承受苦难，每个玩世不恭的人都会因为生活的洗礼而成长，所谓“生活”就是生下来好好地活下去。

当今社会很多人都喜欢旅游，其实旅游本身没有意义，有意义的是你在旅游的过程中遇到的人和事。生活就像一场旅游，在这条路上你会遇到许多的人和事，见过很多的山与水，只有我们见识得多了，眼界开阔了，我们才能更好地承受生活的磨难，才能更好地适应社会，才会更加地快乐。

我一直生活得不快乐，因为从小到大我都是在别人规划的圈子里生活。看了《北京青年》之后，我才真正体会到为什么何东要选择重走青春，每天生活在方方的格子空间里，他压抑，他失落，他困惑，他找不到生活的意义。“多少人活着如同死去，多少人走着都如停在原地”，这是他的心声。正如《钢铁是怎样炼成的》里面所说：生命对于我们只有一次。一个人的生命应当这样度过：当他回首往事的时候，他不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧……

朋友们，想要真正地过好生活就要明白自己为什么而存在。《北京青年》这部电视剧让我明白了我的生活，我的存在。面对生活，我不应该停留在原地，不应该屈服，我需要勇气，需要振作，重拾我的抱负。只有经历得更多，我才会拥有更多，我才会更加幸福。朋友们，请慎重地想想我们为何而存在……

(作者单位：连云港市第一人民医院)



拿什么重走你，我的青春

□朱婧

“历史终将记住 2011 年的今天，四个有为青年各自心怀鬼胎，踏上了重走青春之路。他们面向大海，背井离乡，一无所有。但是，他们有顽强的力量和一颗勇敢的心，为了自己的梦想永不放弃。不混出人样永不回头……”这是东西南北四个兄弟初到烟台在海边拍下的视频。那一刻感染了我，当时我就思考一个问题，我是否也要重走一回青春？我又拿什么重走青春呢？

《北京青年》是赵宝刚导演继《奋斗》、《我的青春谁做主》的“青春三部曲”中的压轴且收官之作。第一部是《奋斗》，第二部是《青春》，第三部是《成长》。许多人看完《北京青年》之后，都会有一种热血沸腾的感觉，想要重走青春之路。或许是观众认为自己的青春过得不够刺激，觉得自己的生活不是自己想要的。换句话说，就是不安于现状，骨子里的不安分。但是，当我们静下心来，好好地思考一下，东西南北他们为什么要重走青春之路？他们凭什么去重走青春？

为什么要重走青春之路

何东重走青春是不安于现状。他每天过着一样的生活，从小到大都是在服从父母的安排，缺乏主见。是每天压抑的生活让他瞬间爆发，大胆的、鼓足勇气地辞去公务员这样高薪、高层次的工作而要去追求自己真正想要的生活。

何西重走青春是为了爱情。当他第一眼看见丁香，他知道，他完了，他爱上她了。当丁香说他太幼稚，不够成熟，所以他要走出北京，走出自己生活的圈子，他要证明给丁香看，他的人生也是不同寻常的，他是个有勇气有骨气的男子汉。

何南重走青春是为了创业。在哪儿创不是创，作为一个海归，带着自己新研发的先进拐棍，满怀着对未来美好生活的憧憬去开拓属于自己的一片新天地，况且还有兄弟作伴，何乐而不为呢？因此，从这方面来说，何南重走青春路，看似不可能，其实是最可能的。

何北重走青春是为了赌气。说实话，他就是现代中国典型的富二代，自己家有产业却不愿意接班，只是一味地吃喝玩乐，把妹泡妞。还兴致来潮地说不卖拖把要开酒吧。对于一个 21 岁只顾消费的败家子他凭什么去开酒吧？就凭他经常泡在酒吧里买乐？所以，他为了和他老子何守四赌气，他何北不靠老子也能混出人样而选择跟随三个哥哥离开去重

走青春。但何北的出走，完全是带着玩玩的心态出发的。不过，事实证明也确实如此。

我们重走青春是为了什么？难道只是受了这部励志的电视剧的影响？那你就太幼稚了。如果我们是为了追求自己的梦想，激励自己的人生，开拓自己的眼界，抚慰劳累的心灵，我觉得不必重走青春，只需要改变自己，换种方式去思考人生，或许你就不会后悔自己的青春之路。

拿什么重走我们的青春之路

东西南北重走青春是因为他们都有资本，15 万、20 万、硕士、博士、医生、富二代、海归等等。这一切的一切都源于他们都是有钱人的孩子。就是因为他们从小生活得锦衣玉食、衣食无忧，在北京这样的大城市被父母保护得严严实实，从没有经历多少风雨，青春也就没多少精彩。正是这样无味平淡的生活才激励起一群拥有伟大勇气的年轻人，想要挣脱牢笼重走青春。就像是脱缰的野马想要释放生命。其实，重走青春靠的不仅仅是勇气，更重要的是资本。

《北京青年》中的男主角是为了梦想，为了证明自己的能力走出北京，看看外面的世界，创造自己不一样的人生；相反，女主角是为了追随心爱的人，她们并不想重走青春。但是她们能为了伟大的爱情而放弃现有的一切，这种精神也是可嘉的。任知了是“重走青春队伍”中的突然闯入者，说实在的就是跟着他们混着玩的。而在我理解的爱情领域中，最让我欢喜的是权箴撼天动地的爱，为了何东，她愿意陪他一起前行，两年之后才让爱重生。这种爱叫无私，这种爱叫等待，这种爱叫追随，这种爱叫执着。“不离不弃，生死相依”，这就是爱。

“多少人走着却困在原地，多少人活着却如同死去；多少人爱着却好似分离，多少人笑着却满含泪滴。怒放的生命，像飞翔在辽阔天空，像穿行在无边的旷野；怒放的生命，像矗立在彩虹之巅，像穿行璀璨的星河，拥有超越平凡的力量。”年轻的朋友们，青春短暂，岁月无痕，当我们正年轻，当我们还有梦想，当我们还充满激情，放肆一下我们的青春，挫败了、跌倒了，没关系，爬起来，继续向前。在青春的道路

上，我们应该解放思想，审视观念，正确地认识自己的人生。

（作者单位：连云港中医药高等职业技术学校）



保持距离
别逼我变形

人生可短暂了
油门一踩一松
一辈子就过去了
嘿!



老板
来五毛钱油~

从本本...
从源头上过!

事故多发路段
请绕行

只有你在后面
默默支持我

昨天领的证
正高兴ing

距离产生美

保卫钓鱼岛
CHINA

一档以上
不会挂

别看我,
看路!

告诉你个秘密。
我喝酒了。

保护新手
人人有责

菜鸟上路
请多关照



车贴文化



从最早的“熊出没，注意”，到后来的“女司机+磨合期+头一次=女魔头”，再到近期的“新车上路，内有杀千”，贴在车身和车窗的车贴，越来越五花八门，越来越有趣。这些风趣俏皮的车贴，受到广大车主的青睐。车贴文化作为一种时尚元素应运而生。

车贴最初是在国外赛车比赛中出现的，作为汽车文化的一部分，车贴开始在国外十分流行。车贴最初引入国内时，材料全部是国外进口，价格也比较高，后来，国内开始生产，价格也就降了下来。

早些年，国外有一则非常经典的车贴“熊出没，注意”。其实这句标语最早出现的地方并不是车身上，而是在日本北海道，是那里的路标。由于当地经常有熊出没，为了给人以警示，许多地方都设立了标杆，上面画着熊的脑袋，并注有“熊出没注意”的字样。后来这句标语被美国的一个卡车俱乐部引用，成为其所有成员车尾上的标志。随后，这种在车尾贴上标语的行为成为一种时尚，迅速在美国蔓延开来。

文化学者张颐武认为，车贴在某种程度上代表着汽车文化，中国的汽车文化应该有自己的独特内涵。它所表现的应当是通过幽默的方式，使车主在城市拥堵的道路上，在相对压抑的环境中保持平和的心境，开朗地面对生活。车贴的文化是非常迅速、非常明确的，首先给人们一个视觉、直观的刺激，然后是心理的刺激。

除了实际功效，车贴也像一座城市流动的文化符号，广受年轻人拥戴。在一家创意公司工作的小新说，去年“寂寞”风流行呀，他第一时间把“开开的不是车，是寂寞”贴到了车上。2010年世界杯期间，小新又把车标改成了“大力神杯”。“最近小月月火得可以，我准备看看网上有没有相关的车贴，咱也‘拜月’一回！”小新笑着说。


流行的个性车贴还是停留在模仿、追逐时尚的层次上，文化内涵比较低。需要形成具有特色的车贴文化，如果有那样的车贴，贴在车上还挺好的，也可以表现出对生活的追求。堵车时有发生，个性车贴能在一定程度上缓和人们的急躁情绪，这是车贴设计的主要灵感来源。

车贴走进人们的生活，冲击着人们的视野，也引发了人们的思考。那么，如何看待车贴文化呢？

“90后”的海子说：“无论是夸张一点的车贴还是中规中矩的车贴，我都喜欢。尤其是堵车的时候，仔细品味前车的车贴，还挺有趣的。”有着十几年驾龄的中年司机韩先生说：“车贴的最大用处是沟通。车贴可以让行车中附近的司机了解你的情况。比如说最简单的‘新手上路，请多关照’，也没什么文采和趣味，但的确有用。后面的司机一旦看到前车贴着这样的话，马上明白前面是新手。第一是离远点，保安全；第二是让着点，别挑理。这样，无形中就避免了刮碰、争吵等问题。”南岗交警大队交警班先成告诉记者，贴车贴应注意遵循法规。有的车贴面积太大，遮挡视线；有的车贴颜色过于鲜艳，容易分散其他车主注意力，增加了发生事故的可能性。按照《道路交通安全法实施条例》第13条规定，“机动车喷涂、粘贴标识或者车身广告的，不得影响安全驾驶。”所以，贴车贴并非可以随心所欲。如果贴在车窗等明显妨碍视线的位置或是遮挡住了车牌，交警要对车主进行处罚。

在众多车主展示个性的同时，也有人质疑“内有恶狗请当心”、“我是好车我怕谁？”等车贴让人看了很不舒服。作为私家车主，他们有权给爱车做个性化装饰，以表达自己的一种心意，这种做法本无可厚非。但在一些公共场合，车贴不能随意贴，要注意合乎道德。个性化车贴如果装饰得过分，甚至语言出位，过火，就违背了大众的审美和道德标准。车主在美化汽车的同时，车贴要更多地考虑它的文化内涵和影响。

由于有着庞大的市场需求，车贴已逐渐成为一个成熟的产业。在任何一家汽修店里都可以买到形形色色的车贴，车贴可以说是每家店的必备商品。个性车贴在网上也卖得如火如荼。像车贴这样成本不高、全靠“点子”的生意，做得好的话，完全可以发一笔小财。

车贴的更新速度很快，每天都有新式的个性贴纸设计出来。购买者以年轻人为主，一些画面冲击力强烈的卡通图案尤其受到追求时尚人士的喜爱。

你不是一个人在战斗

□ 王 龙



每年一届的职工羽毛球比赛,对于爱好体育活动的职工来说,无疑是一席饕餮盛宴,不仅可以见到医院羽毛球种子组的巅峰对决,还可以欣赏到精彩绝伦、斗智斗勇的团体比赛。

今年的第五届职工羽毛球比赛的团体决赛更是异彩风采,让人心跳不已。经过小组赛,后勤支部、机关支部、外科支部晋级前三,再度会师。按照赛事规则,三个支部将按照三局两胜制进行循环赛。机关支部首先对阵外科支部,两家实力相当,技术力量很有一拼,如何排兵布阵显得尤为重要,男单、女单、男双、女双、混双这五场比赛若是排错一场,就会影响整个成绩,各家把田忌赛马的规则办法演绎得活灵活现,把对家用兵的心思揣摩再三,谁打单打,谁拼混双,谁战男双都得慎重考虑。从比赛结果来看,机关支部貌似排错了阵型,2:3 负于外科支部。心里哇凉哇凉的机关支部眼睁睁地看着外科支部把第二名夺了过去,队员们难过得紧。也没有什么信心和精力再去迎战历届冠军后勤支部。在接下来的比赛中,外科支部对垒后勤支部时,在女单、女双上略显实力不济,2:3 输掉了。如果不出意外,外科支部便是这届比赛的亚军了,而后勤支部卫冕成功。

体育赛场上的千变万化让人摸不着头脑,机关支部犹如一匹黑马冲出重围,改写了排行榜。机关支部挑战后勤支部,在男单比赛中,机关支部的徐孝继 PK 后勤支部的王跃军,两位种子选手势均力敌,厮杀了两场,徐孝继胜。男双比赛,机关支部派出易海维、王龙迎战金涛、廖新海,两位大青年在体力上略占一筹,2:0 取得胜利。女单、女双的比赛后勤胜,2:2 平,胜败的关键锁定在混双上,工会主席尹可华和人事处处长董毓贵代表机关支部出战吴玉华和医院总会计师李明星,双方体力、技术水平相差无几,关键是双方的心态,比赛已经进入最关键时刻,哪一方的心态若是起了变化,打得紧张或是稍有疏忽都会影响到比赛。1:1,双方进入了决胜局。尹可华主席在网前发小球,弧度若是略高一点,对方吴玉华老师即刻便给拍死,这样的发球让机关支部丢了不少的分,在 11 分时双方交换场地时,机关支部积极研究对策,尹主席只管网前,给董处长留出空间来应对各路来球。比赛继续,尹主席越打越放松,越打越自信,在落后对手 4 分的情况下,与董处长将比分反超,21:19,混双取得了决胜局的胜利,大比分 3:2,机关斩杀了后勤支部,打破了后勤支部不可战胜的神话。

机关负于外科,外科负于后勤,后勤又负于机关,原本没有什么悬念的冠亚军排行榜似乎又要重新改写。经裁判组的仲裁,按照每家小比分计算,后勤支部仍旧是冠军,而机关支部又回到了亚军席位,外科支部滑到了季军。这个结果貌似有点让人哭笑不得,悲催不已,后勤支部虽然保住了冠军头衔,却有“大意失荆州”之嫌,外科支部凭借实力赢得了机关支部,但似乎没有机关支部运气好,痛失亚军奖牌,而这届羽毛球比赛的最大赢家应该是机关支部了,自个儿偷着乐吧!

喜欢团体比赛,不仅仅是它的看点多,悬念大,更多的是在团体比赛里,每个支部相互包成一团,紧密配合,互相鼓舞,团结协作,全力以赴地去赢得每一场比赛。这也正是体育的魅力吧!还记得黄健翔老师在解说 2006 年世界杯 1/8 决赛意大利对澳大利亚时的那句话么?“你不是一个人在战斗!”

(作者单位:连云港市第一人民医院)