

我们的选择

河南省卫生健康委宣传处指导
河南省健康中原服务保障中心主办

用爱心守护患儿

□杨亚妮

作为儿科住院医师规范化培训(以下简称住培)学员,转眼间我已在临床科室轮转一年多了。医院完善的住培制度,为我铺就了“成长快车道”,让我在医学知识、临床技能和职业素养等方面实现了质的飞跃。这段旅程,不仅是专业能力的积淀,还让我深刻领悟到医生的责任与担当。

医院完善的住培体系,让我受益良多。在临床科室轮转期间,医院开展的学术讲座、多学科病例研讨、专题知识竞赛等活动,让我系统掌握了呼吸道感染、消化道疾病、心血管疾病、神经系统等常见病的诊疗要领。医

院图书馆丰富的专业书籍、线上学习平台,让我可以持续填补知识空白,更新医学理念。

临床实践是住培的核心,医院“实战导向、阶梯培养”的住培模式,让我在实践中快速蜕变。初入儿科病房时,面对哭闹不止的患儿和焦虑的家长,我常常手足无措。医院为每位住培学员配备“一对一”带教老师,用耐心与专业为我指引方向。从如何用温柔的语言、有趣的玩具缓解患儿的恐惧情绪,到如何通过细致观察捕捉患儿无法表达的病情信号;从体格检查的规范手法,到病历书写的严谨要求,老师的倾囊

相授,让我少走了许多弯路。

更难得的是,医院搭建了全院专业的轮转平台,还设有标准化技能培训中心,让我能在模拟诊疗中反复锤炼基础技能,在各科室轮转期间逐步参与病史采集、治疗方案制定、病情观察等工作。

在呼吸科轮转的经历,让我对医院住培制度的深度与温度有了更真切的感受。那时,我刚进入临床,带教老师收治了一名发热、咳嗽的5岁男孩,初诊考虑肺炎,但是心肌酶谱指标异常升高且持续没有缓解。在老师引导下,我向家长询问患儿的日常表现,得知患儿存在活动后易疲劳、

频繁摔倒的情况,并且家族中有男性亲属也出现类似症状。老师凭借丰富的临床经验,诊断其为“杜氏肌营养不良”这一罕见病,整个诊疗过程让我震撼不已。

当患儿家长的情绪崩溃时,老师为患儿家长递上了纸巾。老师默默陪伴患儿家长的身影,让我深刻领悟到“人文医者”的培育理念。医学不仅是精准的技术,还是有温度的人文关怀。这份人文素养的熏陶,早已融入住培的每一个细节。

医院根据儿科的实际情况,专门将医患沟通纳入核心培训课程。模拟家长焦虑场景演练、真

实案例沟通复盘、沟通技巧专题讲座等,让学员们学会了如何使用通俗易懂的语言解释病情、如何倾听家长的担忧、如何给予有效的安慰与鼓励。

在日常工作中,老师会指导我如何与家长沟通,让我逐渐学会在专业严谨与人文关怀之间找到平衡。后来,我逐渐成长为能从容与患儿家长建立信任、高效沟通的医师。

医院这种“严要求、暖支持”的住培氛围,让我始终保持着进取的动力。回顾一年多的住培生活,我满怀感恩。医院“以人为本、精益求精”的培养理念,让我在专业能力与职业素养上实现了双重提升。未来,我将继续脚踏实地、勤学苦练,努力成长为一名技术精湛、有温度的儿科医生,用专业与爱心守护每一个幼小的生命,为卫生健康事业发展贡献自己的力量。

(作者供职于河南省儿童医院)

这周轮到我们3人小组帮厨,从前期准备到灶台前的忙碌,每一天都像在细细研磨生活的滋味。那些与食材打交道的琐碎瞬间,不仅让我触摸到团队协作的脉搏,还在烟火缭绕中读懂了后勤保障里藏着的温度与深情。帮厨前的库存盘点,像是一场与生活的对账。3人散布在厨房的角落里,指尖划过蔬菜筐的边缘,目光扫过油桶上的刻度,连鸡蛋筐里的每一排鸡蛋都要数得清清楚楚。

规划食谱时,我们仨凑在一块儿琢磨,既要算准每天食材的消耗量,又要想着怎样搭配出新意——今天炖一锅香喷喷的牛肉,明天炒一碟清爽的蔬菜,绝不能让家人的餐桌显得单调。我偶尔抬头看见窗外摇尾巴的小狗,还不忘在清单上添上冻鸡爪,连“毛孩子”的需求都记在心上。这份琐碎里,藏着的是“把日子过成诗”的认真。

周末的采购之旅,更像一场寻宝。为了挑到最新鲜的蔬菜和肉类食物,我们在市场上来回比对。我用指尖捏一捏西红柿,感受那恰到好处的软硬;鼻尖凑近牛肉,分辨那独属于新鲜的气息。拎着沉甸甸的食材往回走时,我的胳膊被袋子勒出了红痕,可是心里却像揣着满满当当的幸福。

归置食材是另一项工作,我们细心地把绿叶蔬菜、西红柿、黄瓜、青椒用袋子裹好,放进冰箱的保鲜室;把土豆、洋葱、包菜、红薯、萝卜、茄子、大葱、菜花整齐地码在货架上,像列队的士兵;蒜、姜、红辣椒乖巧地待在篮子里,各得其所。我们每天都给冰箱外的食材通风,让它们保持干爽。我们把肉类按每餐的用量切成小块,分装冷冻。看着冰箱里、货架上井然有序的食材,我忽然懂得,这份整齐里藏着的是对食物的尊重。

我们正式帮厨后,日子便有了规律。我每天晚上睡觉前,总会把次日要用的肉类食物从冰柜挪到保鲜室,仿佛成了与明天的一个约定;晚饭后的第一件事,就是凑到鸡蛋筐前数一数,然后再联系生活物资管理员补充鸡蛋。“拿两筐鸡蛋”这句话,几乎成了我们的口头禅。

清理冰箱时,我像侦探般细致,目光扫过每一层隔板,用抹布仔细擦净保鲜室里的积水,连缝隙里的菜渣都不放过。调料区的瓶瓶罐罐,被我们按“油盐酱醋”的顺序排得整整齐齐;橱柜里的调料包,被我们放置在收纳盒内,既方便寻找,又能避免受潮。

最让人暖心的是那些不期而遇的时刻。有的队员刚结束一台漫长的手术,或因为紧急会诊耽误了吃饭时间,我们就会提前把饭菜放在蒸箱里保温,然后在微信群里拍一张热腾腾的照片,留言“饭菜在蒸箱内,趁热吃”。屏幕那头带着倦意的“谢谢”,虽然是简单的两个字,但是像一颗糖融进厨房的烟火里。

空闲时的厨房更像一个藏着乡愁的魔法屋。我们烙菜馍时,面粉在晨光里飞扬,韭菜的清香顺着门缝溜出去,路过的队员扒着门框笑问:“是不是老家的味道?”

天刚蒙蒙亮时,铁锅里炖的胡辣汤已咕嘟出浓郁的香味。胡椒与八角的辛香裹着热气漫到走廊,金黄色的油条在热油里翻卷成胖乎乎的弧线。盛一碗汤,撒一把葱花,滴几滴香油,再配着刚出锅的油条一口咬下去,酥脆混着醇厚,舌尖瞬间被熟悉的味道包裹,恍惚间像坐在老家的堂屋里。

压面条时,机器“嗡嗡”地转动,擀面杖滚动的节奏里,指尖触及的面粉……都和记忆里的一模一样。烧柴火炒鸡肉时,浓烟裹着肉香漫过院墙,连空气里都飘着厨房里特有的烟火气。这些带着烟火气的琐碎,像一缕缕暖阳,悄悄漫过异乡的每一个角落。在锅铲碰撞的脆响里,有家乡的回音;在饭菜蒸腾的热气中,藏着抱团取暖的温度。原来,所谓的家,不过是有人惦记着你的饥饱,有人愿意为你煮一碗热汤,让你在万里之外的土地上,也能尝到归属感的滋味。

这一周,我的双手沾过面粉的白、菜叶的绿、锅铲的油亮,更在这些琐碎里摸到了过日子最真实的肌理。厨房的烟火气,把一群人日子串得热热闹闹。那些被擦得锃亮的冰箱、归置得整齐的调料、特意预留的饭菜,都藏着对生活最朴素也最深厚的热爱。

(作者供职于平顶山市第一人民医院,系中国援埃塞俄比亚第26批医疗队队员)

我的援外故事

“我们的选择”征文启事

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

欢迎广大卫生健康系统干部职工投稿。

征稿要求:文章主题突出,形式灵活多变,语言生动,字数不超过2000字。

投稿邮箱:258504310@qq.com

联系人:李歌

灵絮语

雨天读书忆往昔

□卜俊成

周末,又是一个下雨天。闲来无事,我坐在卧室的飘窗上,翻看河南省知名作家、书法家王守振的散文集《芦花飞舞》。雨点打在玻璃窗上,发出“啪啪”的声响,随后汇成水流,闲适地顺着外侧的玻璃滑落。我看书累了的时候,偶尔起身向小区西侧楼宇间隙眺望,远处的天空,雨线密集斜织,灰蒙蒙的一片,给人一种空旷的感觉。盯着这雨幕,我不由得触景生情,想起了那些散落在不同时空、在窗前读书的日子。

最早的记忆,是在我们村的小学里。那时,教室的窗户是老旧的木制窗,红漆早已斑驳脱落。夏日,雷雨常常突然降临。骤雨初歇或下得正酣时,我总会忍不住在课桌上用胳膊托着下颌,侧头向窗外眺望。雨水常常把带着灰尘的玻璃冲刷得模糊不清,然后又汇聚成一个个晶莹的水珠,缓缓地滚落到窗台上。

窗外教室前粗壮的泡桐树,在雨水的冲刷下,显得格外青翠,让人不由得多看几眼。教室外的红墙,总会因雨水的冲洗而洇出深色、湿漉漉的水痕,我有时想那是不是不同形状的抽象动物图案,有时又想象成中国地图上绵延的山脉,感觉特别有趣。

印象较深的还有高中时期的雨天。读高三时,我们班上课的教室在北楼,而我的座位紧挨着北窗。窗外,长着一棵高大的梧桐树,枝叶几乎伸到3楼的窗沿。每逢下雨,我就习惯性地倚着窗棂读书。雨水打在桐叶上,发出细密连绵的“沙沙”声,总感觉那声音带着湿意,常常让我少年的心染上几分莫名的潮润。那时,余秋雨在《文化苦旅》中写下的文化山水,周国平在自己散

文集中关于人生的哲思,路遥在《平凡的世界》里关于命运的挣扎,都在这“沙沙”雨声的伴奏下,流入我的心田。

后来上大学,我有幸通过遴选进入亚运会全国大学生记者训练营,曾经在中山大学进行了一周的封闭式培训。与北方的雨不同,岭南的雨更加暴烈,说来就来说走就走,毫无征兆。宿舍的窗户是旧式的木格玻璃窗,上完培训课休息时,我常坐在窗户下的椅子上伴着窗外的雨声读书。那时的窗外,高大的棕榈树、肥硕的芭蕉叶,在暴雨冲刷下绿得发亮,绿得仿佛是要滴下油彩,因为这种景象是我未曾领略过的,所以感觉特别新奇。那湿热的空气,裹挟着草木的浓郁气息,与宿舍内的霉味混杂在一起,形成一种属于岭南的独特气息,让经历的人久久难以忘怀。

工作后,我有一次带着妻子和孩子去杭州游玩,走到西湖边时,突然遇到阵雨。我们急忙躲进湖边的一间咖啡馆,临窗而坐,不仅可以避雨,还可以欣赏雨中西湖的风景。为妻子和孩子点了几杯热饮后,我习惯地从背包里取出刚买的介绍西湖历史文化的书籍,津津有味地读了起来。那时的窗外,雨帘如纱,轻柔地笼罩着湖山。湖面上,雨丝织起无数细密的涟漪。在朦朧雨幕中,偶尔有小舟划过,桨橹轻摇,搅碎一池清梦。远处的白堤、苏堤,在雨雾中若隐若现,宛如历史长卷中浮凸的诗行。

恍惚间,苏轼当年疏浚西湖的号子声,白居易主持筑堤的夯歌声,仿佛穿透千年水汽,在这迷蒙的雨幕中低回萦绕。孩子安静地喝着温热的牛奶,小手在起雾的玻璃窗上涂抹着只有她才看得懂的图案。妻子百无聊赖地翻看手机视频,偶尔抬眼,指着烟雨深处雷峰塔模糊的轮廓,和孩子轻声说话。我手中的书页,似乎也浸润了西湖的灵秀水韵,在不自觉地在翻看间,苏东坡“山色空蒙雨亦奇”,林和靖“梅妻鹤子”……这些有关西湖的历史记忆便纷至沓来。

此刻,窗外的雨声渐渐稀疏,最终停歇。我缓缓合上手中的散文集,回味着曾经在窗前读书的种种过往,不由得更加珍惜这些普通日子里的安静和美好。很多时候,人生幸福就恰如在雨窗前一样简单,只要有一段清静的时光相拥,有自己钟爱的事情去做,有懂得满足的心常常擦拭。这些看似普通的温暖,就足以陪伴我们跋涉岁月的长河,走出人生的风雨,过好闲适恬淡的一生。