

做有温度的医生

□李冉

寒来暑往，春华秋实。回首过去，住培工作已走过十年，作为焦作市人民医院麻醉基地的一名带教老师，我同住培医生一道，共同经历着成长与蜕变。2018年底，我开始参加住培带教和管理工作。那时，我有些紧张，担心工作做得不够好；也有些期待，如同侍弄花草的花农，总想在辛勤照料下获得满园的姹紫嫣红。

新学期的住培医生是青涩的，他们来自不同的地方，有麻醉专业的，也有临床专业的。一场简约却隆重的入基地教育，让大家对住培和麻醉基地有了初步的了解，也拉近了大家的距离。为了增加新学员对麻醉专业的了

解，展现对住培工作的重视和殷切期望，基地主任张占军特邀焦作市各大医院麻醉科主任来参加入基地教育。张占军说：“大医精诚，我们要培养出有核心竞争力、有温度的医生。”

3年时光，既紧张又充实，从刚接触临床工作的懵懂，到各项技能手到擒来，住培医生经历了风雨洗礼，终成独当一面的合格医生。

在住培工作中，我们遇到很多问题，不断地探索科学的教学方法。针对学习不够深刻的情况，我们鼓励住培医生在临床中发现，并及时向带教老师沟通，一问一答，教学互进。我们会制订分层递进的轮转计划，要求

住培医生在临床科室轮转结束时进行工作汇报，展示自己的收获，也锻炼自己的表达能力。我们会引导住培医生进行文献分享，加强科研思维。

在教学管理上，麻醉基地在院教科的支持和指导下，建立教学小组框架，全面履行各项职能，定期召开教学小组会议，制订学习计划，安排模拟教学和技能培训，以及举行座谈会等，关心住培医生学习和生活情况。

为了充分调动带教老师的积极性，我们按照国家住培要求，制定了麻醉专业基地教学工作绩效考核量化评分方案，让教学工作不仅有情怀，还有激励……

不断奋进，自强不息。在大

家的共同努力下，焦作市人民医院麻醉基地进入河南省基地综合评价中的“第二梯队”，连续3年住培结业考核通过率100%。

时光飞逝，自2014级到2021级，已有8届住培医生毕业。我时常想起他们，他们进行腰部麻醉时的专注，他们穿刺成功时的欣喜，他们上自习课时的认真，他们在手术室忙碌的身影，还有休息时的欢声笑语……作为带教老

师，我尽己所能，教会他们知识和技能，更重要的是医者仁心的传承。

我们要保持对医学的真诚与热爱，当你真心付出，终会收获满足与喜悦。继续开，笃行致远，住培工作不断发展，我们坚持守正创新，做好内涵建设，不断培养好医生，乘风破浪，一往无前！

（作者供职于河南省焦作市人民医院）

我们的选择

心灵絮语

走进邯郸，就走进了悠远的历史。作为赵国的都城，邯郸积淀了许多成语典故，演绎着多少或意气风发或凄婉幽怨或慷慨悲歌的故事。

走进邯郸，迎面而来的是一尊气势恢宏的雕像，骄傲的将士跨着朝天嘶吼的战马挽弓射箭。雕像的基座上有4个鎏金篆体字：胡服骑射。

时光流淌了2000多年，这项推动赵国走向强大的改革，依然被后世所称道。这项改革的推动者正是在历史长河中星光熠熠的人物——赵武灵王赵雍。

在风云变幻的战国时期，战争是摆在每一个诸侯国面前的头等大事。若不想亡国，只能以战止战，在战争中求生存、求发展。赵国北方与东胡、匈奴、林胡、楼烦等相接，边地百姓饱受游牧民族侵扰之苦。任何一个有抱负的君主，都不会甘居人后，被动挨打，而是主动求变，革故鼎新。这时，赵雍出场了。他经过实地考察发现游牧骑兵来无影、去无踪，其机动灵活是赵国步兵战车式的战法所无法比拟的。所谓“反者道之动”，赵雍的策略是“以胡制胡”，要想战胜敌人，就必须组建一支同样的骑兵战队。

“古之人，有高世之才，必有遗俗之累。”改革从来不是容易的事。赵雍让高冠博带的士大夫们脱下长袍，改穿胡服，受到了赵国权贵们的抵制，第一个就是赵雍的叔叔公子成。

赵雍率先穿上胡服，派人告知公子成，晓之以军国大事，叔侄情义，希望能得到公子成的支持，但是被公子成以“变古之教，易古之道，逆人之心”给驳了回来。

赵雍放下君王的架子，亲自到公子成家来劝说公子成：衣服是为了穿起来方便，礼法也是为了便行事，目前赵国周边强敌环伺，不改革强军，拿什么防守边界呢？中山国依靠齐国的强大兵力侵占我国国土，劫掠我国百姓，引水包围鄗城，这些耻辱难道您都忘了吗？公子成被赵雍一番情深意切的劝说所打动，转而支持胡服骑射。

赵雍用同样的办法劝诫了其他大臣穿上胡服，招纳士兵训练骑射。一场影响深远的军事改革开始了。

高高的武灵丛台上，威严的赵雍凝视着下面整齐列阵的骑兵战队，检阅骑射训练的成果。将士们杀声震天，战马嘶鸣，充斥着必胜的意志。此时的赵雍踌躇满志，胸怀激荡，筹划着“将士大夫西北略胡地，而欲从云中、九原直南袭秦”的宏大计划。

此后，赵雍亲自带领骑兵军队征讨北方，他甚至为了专注于军事而壮年退位，把国事交给次子赵何，自称“主父”。赵雍率军攻克大片胡地，收编林胡、楼烦军队，灭中山国，拓地千里，赵国一跃成为可与齐国、秦国争锋的强国。

武灵丛台集楼榭亭台于一体，庄重典雅，古朴中不乏灵动，2000多年来历经无数天灾人祸，一再被后人重修重建，不知是缘于丛台的建筑魅力，还是对赵武灵王胸怀博大、兼容并蓄、开拓进取精神的推崇？

当硝烟远去，穿越2000年沧桑岁月的武灵丛台，焕发着新的生机。丛台公园熙熙攘攘，年轻的姑娘身着汉服，在丛台墙角拍照，定格美丽的瞬间。时空流转，汉服成为一种时尚，与当年赵雍倡导的胡服形成了鲜明的对照。

照池池，多么风雅的名字。眉目传情，眉眼之间总能传递无法言说的情感。这一池清水，照过多少赵国女子的情影，其中可有吴娃？因为一场梦，赵雍得到了“美人荧荧兮，颜若苕之荣”的吴娃。吴娃集万千宠爱于一身，数年间有出过宫，赵雍还把她的儿子赵何立为太子。

赵雍度长立幼，引发前太子赵章的不满。后来，赵雍觉得亏待了赵章，居然想立2个儿子并立称王。赵雍无疑是个温情的人，他想做个好丈夫、好父亲，唯独少了君王的薄情与决绝。如果赵雍是一介平民，本无可厚非，但是他是国之君，这种温情成为“妇人之仁”，直接要了他的命。

趁着赵雍、赵何同在沙丘的时机，赵章夺权作乱。双方势力激烈争斗，赵章被杀，赵雍孤身一人被困在行宫3个多月，粮食耗尽，最终被饿死。赵雍，竟以这样的方式陨落。

赵雍深谋远虑、率性敢为，组建骑兵，使赵国位列战国七雄。在诸侯国的博弈中，赵雍游刃有余，联秦抗齐，干涉燕、秦内政，先后扶持燕昭王、秦昭襄王上位。

只要是赵雍想做的事，就没有办不成的。无法想象赵雍被困在行宫的3个多月里，经历了怎样的内心挣扎。曾经万众尊崇的一国之君，所向披靡的骑兵统帅，如今沦为天下人的笑柄。“直袭南秦，一统天下”的心愿未了，在生命的最后时刻，赵雍也许会仰天长叹，宁可战死沙场，也不愿窝囊地死去。

“英雄自作沙丘祸，霸业伤心竟不成。”赵雍再也没有一展雄才的机会了。

30余年后，赵雍的孙子赵丹误用纸上谈兵的赵括，长平一战被秦军大败。赵国从此一蹶不振，而彼时秦国的君主正是被赵雍扶持上位的秦昭襄王。

历史总是善于开玩笑。赵雍苦心经营，机关算尽，征战一生，到头来不过是一场空。

我离开邯郸时，北风忽起，满城黄叶飘零，而后下起细雨，萧瑟之中似有一股英雄气概驰骋纵横。

（作者供职于河南省濮阳县人民医院）

邯郸怀古

□杨华明

摄影作品



科普知识进校园

于昆鹏/摄

（作者供职于河南省健康中原服务保障中心）

从医随想

北京专家与愚公家乡的不解情缘

□蒋万里

提起中国人民解放军总医院，那是尽人皆知。宋青系中国人民解放军总医院第一医学中心重症医学科主任医师、教授、博士生导师，是热射病、急性重症胰腺炎、产妇产后重症等方面的专家，对危重症患者应用持续床旁血液和早期肠内营养支持有独到见解。或许您会心生疑问：像这样的大专家，为什么和一家基层医院结下了不解之缘？

在济源市第二人民医院（以下简称济源二院）重症医学科内，患者李某的经历是对这个问题的回答。

2023年7月22日，济源二院急

诊科接到120急救指挥中心的电话指令：一个人在某小区广场晕倒并失去意识，需要急救。急诊人员第一时间到达，现场发现患者昏迷，呼之不应，面色青紫，呼吸微弱，口腔和鼻腔有大量血性分泌物。患者的体温超过41摄氏度，紧急处置后转入重症监护室治疗。最后，患者被诊断为典型热射病（危重型），并发多器官功能障碍。

医务人员紧急给予患者呼吸机辅助呼吸、持续物理降温、抗炎、留置胃管等治疗。在重症医学科，一场与死神的较量悄然展开。

患者病情危重，此时我自然而

然地想到热射病领域的权威专家宋青。虽然宋青已年近古稀，但是仍然奋战在临床一线，平时工作特别忙。能否向宋青请教，我心里没有底。

庆幸的是，我居然打通了宋青的电话。我简要说明患者的情况后，宋青说：“救人要紧！我刚刚会诊了一名热射病患者。我正在机场，准备返程。我马上找机场的工作人员协助我们开展远程会诊。”

在1个多小时的会诊中，从诊断、治疗到预后的每一个环节，宋青都进行了详细地指导。在宋青指导下，患者的病情终于出现了转机，各项生命体征逐渐稳定下来，意识

逐渐清醒，最终痊愈。

2024年11月25日，济源二院重症医学科又收治一例年轻的急性重症胰腺炎患者。我再次请求宋青会诊。在宋青指导下，治疗很快见效，患者痊愈出院。“做梦也没想到，我能得到北京专家的会诊！”患者激动地说。

宋青用自己的行动诠释了大医精诚的精神。宋青为何愿意与坐落在愚公家乡的济源二院结下不解之缘呢？原因之一：我有幸于2013年在北京进修，在宋青及其团队的指导下收获颇丰，得到了宋青的肯定。原因之二：宋青主任2024年4月来济源出差时，当她踏上这

片土地后，发现当年背得滚瓜烂熟的毛主席著作“老三篇”中的《愚公移山》竟在这里，并且了解了愚公原型吕三大的感人故事。当时宋青说：“我知道愚公家乡在这里之后，仿佛看到这座城市的每个人身上都有一种生命不息的韧劲儿，仿佛人人都是愚公的缩影。愚公让人敬佩，如果有需要，我一定会为愚公家乡的人民做好服务。”

“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这片土地爱得深沉。”这句话或许能够代表宋青对愚公家乡人民的情怀。

（作者供职于河南省济源市第二人民医院）

冬夜因阅读而不再漫长

□李志辉

冬夜漫长，长得几乎让我崩溃。由于天气寒冷，我睡觉都不脱衣服，整晚蜷缩着腿，两只脚轮流取暖。虽然经常两条腿腿腿得酸疼，但是一点儿也不影响我阅读的激情和文学的梦想。

我捧着心爱的书，睁大眼睛，在床上左翻右翻，那淡淡的墨香如同一缕清风，轻轻拂过心灵的湖面，泛起层层涟漪。西北风不时地发出尖叫声，透过窗户给简陋的宿舍吹送丝丝凉气。我全然不顾寒冷，心依然在自己喜欢的文字里徜徉。

阅读，是一场心灵的旅行。我跟随着马可·波罗的脚步，探寻古老东方的神秘；与李太白一同在月下饮酒，感受那份豪放与洒

脱；和简·爱一起坚守尊严，追求真爱……每一本书都是一个全新的世界，每一次阅读都是一次奇妙的冒险。

通过读书，我穿越时空，与古今中外的智者对话；漫步在文学的花园里，欣赏那一朵朵绽放的思想之花；抛开现实的纷扰，让浮躁的心灵得以沉静和滋养。

每天花一点儿时间来读书，也是在与自己的内心对话。在这个快节奏的时代，人们很少有时间静下心来思考自己真正想要的是什么。阅读，就像一面镜子，让我在别人的故事中看到自己的影子，从而更加清晰地认识自己。我从书中汲取力量，勇敢地面对生活中的挫折与困难；从书中获

得启示，找到人生的方向和目标。

阅读，更是一种传承和积累。人类的智慧和文明，都凝聚在那一本本厚重的书籍中。阅读，使我接过前人传递的火炬，让智慧的光芒在我手中延续。当每次的阅读如同水滴一样汇聚成一条江河，到时必然会引起质的变化。

或许短暂的读书并不能让我立刻变得博学多才，但是它却像一颗种子，在我的心田种下了知识和希望。随着时间的推移，这颗种子会生根发芽，长成参天大树。看似微不足道的读书习惯，却能在日积月累中改变我的气质，丰富我的内涵，让我在日复一日的打磨中，成为一个更有思想、

更有深度的人。

我坚持读书，沉静思考，慢慢地养成了读书的习惯。如果晚上睡觉前没有读书，我总会感觉有什么事情没做完。

书籍是作者思想的载体，也是读者了解作者、理解作者的依托。其实，每本书都是作者思想的承载形式，文字中蕴含着作者对事物的理解。深入阅读后，会发现书里蕴含着作者的思想。从这个意义上来说，读书，表面上读的是文字，深层读的是背后的人。

读书，让我走进纷繁复杂的万千世界，让我懂得日月星辰和岁月变迁，让我了解万物的生命周期，更让我不出家门就可以阅人无数。

在这个世界上，任何奇迹的发生，都是经过千辛万苦的努力而实现的，首先要承认自己的平凡，然后用百倍的努力来弥补平凡。

冬夜因阅读而不再漫长。我坚信，只要保持对文字的热爱，文学梦想一定能够实现。

（作者供职于河南省宜阳县第二人民医院）

征稿

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

征稿要求：文章主题突出，形式灵活多样，语言生动活泼。

投稿邮箱：258504310@qq.com

联系人：李歌

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

