

身边榜样

柔肩担重任 巾帼绽芳华

春华秋实，岁月变迁，转眼间她在平凡岗位上，默默耕耘了11年。“踏实认真，勤劳肯干。”护士长时常这样夸奖她，她虽是一名普通的护士，却以饱满的热情、真诚的服务、悉心的护理为患者排忧解难，是科室的护理先锋与榜样，她就是肾内科的护士刘珊。

就护理工作来说，刘珊已经是一个有经验的“老”护士，但对于肾内科专科护理工作，她是一个成长期的“新”护士。自2021年进入肾内科工作以来，她立刻开始了专科护理技术知识的学习，力求快速上手科室护理工作。

有人认为护士不就是打针、挂水么，有什么辛苦的。但其实护理工作也是很辛苦，例如不仅要护理各种病人，还要书写各种文书记录，有时还会有紧急的突发事件。有一次中午，一位病人血透下机后突发急症，已经下班

的刘珊二话不说，立刻推了抢救车，全程参与了抢救工作，在病人前往急诊室进一步就诊后又默默回到了科室，全程没有一句宣扬，好似经历了一件再寻常不过的事。

老王是一位居家腹膜透析患者，他在外院放置腹膜透析管后一直由家属协助腹膜透析操作。这次入院，老王想要学习腹透换液操作，但是在学习的过程中，心有余而力不足，流程记不住，一直没有学会，人也变得比较急躁，对护士的工作颇有微词。

刘珊完成腹膜透析专科护士的进修归来后，了解到老王的情况，决定对他进行一次系统的培训。因为上班期间工作较忙，所以她利用中午午休时间，耐心的指导操作，表扬老王的学习态度，帮助他分析目前操作存在的问题，告知操作流程，鼓励多操作几次，熟能生巧。经过这一番培训，老王表示“之前对腹膜透析的很多

事情感觉很模糊，现在感觉比较清楚了，心中也有数了”。刘珊的工作和专业得到了他的肯定和感谢，老王也为之前的不良情绪表示抱歉。

为了充分了解腹膜透析患者的居家透析情况，刘珊会定期对他们进行电话随访工作，便于更好地了解患者的居家操作及康复情况，将关爱延伸到了家中。既能及时解决存在的问题，还能减少并发症的发生，进一步提高了腹透患者的生活质量。

作为一名护士，刘珊用自己的实际行动诠释了护士的职责和使命。她用默默付出，融入到护理工作的每一个对象、每一个细节之中。她以专业、细心、耐心和爱心的品质赢得了患者和同事的赞誉。

文、摄 / 潘蔚



笔墨丹青过大年

腊月里，突然接到朋友的电话。受邀去东方盐湖城参加“乡村过大年”，写春联。往年参加过多次这个活动，往往都是作为主持人参加活动表演，作为“摊主”还是第一次。

笔墨丹青于我而言，工作之余消遣消遣。能为单位职工送祝福，那是莫大的荣幸。感觉为职工节约时间就是为病人节约时间；为职工送祝福，就是为患者送祝福，就是为卫生事业做了自己能做的事。

每年都会参加单位的“我为职工写春联”活动。这一写就写了多少年，再也未曾想，能够走出单位，到更大的天地发挥自己的特长。幸甚至哉！

盐湖城浓浓的年味儿扑面而来。大红灯笼高高挂起，喜庆的福字贴满门窗，孩子们追逐嬉戏，欢声笑语回荡在古色古香的街道上。书法组摊位在“五条人糖水铺”前，一张铺着红毡的长桌前，笔墨纸砚早已备好。

来来往来的游客、村民、参加乡村过大年的摊主、演出活动的演员。一波一波，不一会儿，摊位前就人头攒动。纷纷问，怎样才能得到我们写的春联。当得知可以任意选取时，顿时一片欢呼。这些欢呼很快变成了叹息。叹息在于，对联纸有限，需要自行找取。

于是，只见男男女女，都争着抢着去找对联纸。一位漂亮的姑娘，微笑着举着一幅七言红纸，挤到我身边：“我喜欢你的字，给我写一幅好吗？要不我请你喝奶茶吧！”姑娘眼中泛着光，笑语盈盈。

我不好意思了：“不用不用。”

……

后来，我的摊位上就多了一杯五条人糖水铺的珍珠奶茶。

看着这杯虽不起眼，却是对我莫大认可的奶茶，我感觉胸心舒畅，信心倍增。

望着眼前鲜红的对联纸，我深吸一口气，提笔蘸墨。毛笔尖触碰到宣纸的瞬间，一股淡淡的墨香萦绕鼻尖。我屏息凝神，手腕轻转，笔走龙蛇间，“春风送暖入屠苏”七个大字跃然纸上。

“小伙子，给我写一副吧，要喜庆点的！”身着演出服的阿姨热情地说道。

演职人员！其实他们是挤时间来取的。这肯定

得优先满足。于是我笑着点头，提笔写下“天增岁月人增寿，春满乾坤福满门”。阿姨接过春联，喜笑颜开。还没来得及道谢，远处就传来了催促声。因为字迹未干，她无奈地放下春联，急急忙忙地跑出去。

我接过她手中的春联，连声安慰道：“没事，我帮你看着，一定留给你。”

……

后来，我的摊位边就多了一卷等人取的春联，一直到演出结束，阿姨才返身来取。

不知不觉间，桌上已经铺满了我们的作品，红彤彤的春联在阳光下熠熠生辉。“好字！”旁边的大叔拍手称赞，“小伙子字有灵气！帮我写个福吧。”

我欣然应允。不曾想，这位大叔搬来了一大摞小方红纸。看着我一脸狐疑。大叔说，他们有几辆观光车呢，他们准备每台观光车都贴上福。哈哈，能在东方盐湖城留下自己的墨迹，那也是莫大的欣慰啊。

……

于是，我的摊位就叠放了一摞尺寸与众不同的福字。

手腕有些发酸，但看到村民们脸上洋溢的笑容，我的心里充满了成就感。

一位游客说，他是从苏州慕名来参加乡村过大年的。“看到这些春联，也忍不住想要带走。一想到，这些字要张贴在家里一年，想想都是缘分啊。”

是的，这些春联不仅承载着对新年的美好祝愿，更寄托着人与人之间的祝福，是人与人幸福的纽带。

夕阳西下，整个盐湖城笼罩在金色的余晖中。红彤彤的春联在微风中轻轻摇曳，像一串串跳动的音符。我站在巷口，看着自己的作品在古老的砖墙边绽放，心里涌起一股说不出的自豪。

这一刻，我仿佛触摸到了传统文化的脉搏，感受到了浓浓的年味。笔墨丹青间，不仅写下了祝福，更写下了传承。

我相信，这些承载着美好祝愿的春联，一定会为村民们的新年增添一份喜庆和吉祥。而这次难忘的经历，也将成为我记忆中珍贵的一页。

文 / 罗春晖

中医千年传承，博大精深，值得我们中医人心怀敬畏之心，尽毕生之力精研苦研。从大学正式学医算起，我的中医之路至今已经20年了，一路艰难苦乐相随，但每一份付出，都能换来一份不一样的收获，也为生命增添了更多斑斓的色彩。

除去“治病救人”的标签，我更愿意将中医视为一种人生哲学，它时常能给我们以生命的启迪。中医常论“天人合一”，这绝非空洞玄谈，而是关乎健康的根本指引。于临床实践中，屡屡见证其精妙。曾遇一位失眠多年的患者，西医治疗效果不佳，细问之下，发现他常年熬夜，作息悖逆自然规律。在中医看来，人体生物钟与昼夜交替同频共振，夜晚阴气盛，阳气应潜藏入阴，人方能安睡。这位患者逆天而行，阳气不得归元，阴虚阳浮，神难守舍。我为其拟方调治，同时苦口婆心劝诫作息规律，顺应天时。不久，睡眠渐有改善。其实，人也是自然的一部分，顺应四季更迭、昼夜变化，起居有常、饮食有节，方能维持体内阴阳平衡，守护健康根基。人生有起落，生命有低谷，生活何曾不是如此呢？顺势而为，忧不入心；向阳花开，自得芳菲。

辩证论治，蕴含着更深刻的哲学思想。面对纷繁复杂的病症，恰似拆解谜题，需抽丝剥茧。有一回，两位患者同来求诊，皆诉头痛。一位面色潮红、咽干口苦、舌红苔黄，属肝火上炎，治以清肝泻火之龙胆泻肝汤，引肝火下行；另一位面色苍白、畏寒肢冷、舌淡苔白，乃是虚寒头痛，投以温阳散寒的川芎茶调散，助阳气升发以驱寒邪。看似相同症状，病因迥异，治法大相径庭。这要求我在诊病时，全神贯注，望闻问切，全方位搜集信息，精准判断病位、病性，从整体出发，权衡正邪虚实，个体化论治，而非机械套用成方，如此才能直击要害，祛病安身。生活何尝不是如此，纷繁的事物往往会以假象的方式出现，需要仔细观察，综合辨识，才能找到真正的原因所在。

行医越久，人越喜独思。每每在上下班的路上，一个人边走边想，内心安静而清远。或想病例寻病因，发现每一个病人背后都有一个不同的故事，有的病人一进门就向我诉苦，翻江倒海，阴云不绝；有的病人则是少言寡语，愁眉不展，欲言又止……此时看到这路边花开花落，才知道每一朵花背后其实都是一个不同的世界……

文 / 苟兰兰

