

与报结缘 跨越 35 载的温暖情谊

本报记者 陈艳阳

在宁乡市玉潭街道香山社区，提起社区卫生服务站的尹绍平医师，居民们无不竖起大拇指。这位扎根基层长达 35 年的医生，与《大众卫生报》之间，有着一段跨越岁月、温暖人心的深厚情缘。

2025 年新年伊始，记者收到了来自尹绍平医师的一封信，字里行间满是他对《大众卫生报》的诚挚谢意与深切眷恋。1990 年 6 月，尹绍平从湖南中医学院毕业，来到宁乡市玉潭街道香山社区卫生服务站工作。从踏入这片小小的社区医疗天地起，尹绍平便怀揣着为乡亲们祛病除疾的炽热梦想。彼时，常见病症虽看似普通，却着实困扰着居民的日常生活，感冒、咳嗽、肠胃不适，形形色色的病例每日都在考验着初出茅庐的他，尤其是流感高发季，小小的诊室瞬间就会变成忙碌的“战场”。

也正是在这段略显青涩、急需知识养分的时期，《大众卫生报》如同一束光照进了尹绍平的世界。刚刚毕业的他，理论知识满腹，临床经验却稍显匮乏。偶然一次机会，订阅的《大众卫生报》映入眼帘，上面刊载的前沿医学研究、实用诊疗案例、中医经验方等内容，仿若熠熠珍宝，瞬间就抓住了他的心。从此，每期报纸尹绍平必读，遇上棘手病症，翻找报纸寻求灵感成了他下意识的动作。

一次，尹绍平接诊了一位反复呼吸道感染的患儿，常规治疗方案收效甚微。就在焦头烂额之际，《大众卫生报》一篇关于中医方法提升儿童免疫力的文章，让他如获至宝。尹绍平认真钻研后，调整了药方，并搭配科学的饮食、运动建议。此后，孩子的体质慢慢增强，家长满心感激。2006



尹绍平医师多年来一直订阅《大众卫生报》

年，尹绍平在《大众卫生报》上留意到一则治疗顽固生殖器疱疹的中药方，抱着试试看的心态应用到临床，结果令人惊喜。19 年过去，面对这类病症，他仍在使用此方，有效率高且患者复发情况基本得以解决。尹绍平深深折服于中医的博大精深，也越发笃定这份报纸的价值，视它为“纸间良医”。

35 年寒来暑往，尹绍平凭借精湛医术与暖心关怀，成了邻里健康的“守护神”。辖区内 76 岁的李大爷患冠心病多年，子女远在外地，每次身体不适，第一个想到的就是尹绍平。“尹医生啊，那真是随叫随到！上次半夜心口疼，一个电话，没几分钟他就赶到服务站，开药、观察，忙得脚不沾地，比亲人还贴心呐！”这份信任背后，是尹绍平无数个日夜的坚守与付出。

尹绍平极为重视慢性病管理。社区里不少老人患有高血压，他为每位患者量身定制专属档案，细致记录血压的变化，根据病情、季节等微调降压药剂量，并定期举办的高血压健康讲座。对于糖尿病患者，从精确计算饮食糖分摄入，到指导胰岛素注射，尹绍平事无巨细，助力患者在家科

学控糖。

落实国家基本公卫项目的健康教育工作时，《大众卫生报》再次化身尹绍平的得力“助手”。他精心筛选报上丰富的医疗保健知识，制作成色彩鲜艳、通俗易懂的黑板报，居民路过总会驻足观看，尹绍平也收获了大家的一致称赞。

2020 年，新冠疫情如汹涌风暴般来袭，尹绍平毫不犹豫地冲锋在前。他坚守社区卡点，为进出居民量体温、做登记，把报纸上的防疫科普文章分享到社区微信群，指导居家消毒，用专业知识安抚大家慌乱的心。在他的诊室，几份已然泛黄的《大众卫生报》被悉心收藏了 30 余年，最早的一份出版于 1986 年 4 月 5 日，见证着这份情谊的久远。多年来，尹绍平不仅自己订报不辍，还带动宁乡市众多基层及乡村医生一同订报、读报、用报。

悠悠 35 载岁月，尹绍平从青涩走向成熟，《大众卫生报》始终相伴左右。他凭借所学回馈社区居民，收获多项荣誉，2004 年获评“宁乡市先进卫生工作者”，2015 年荣膺“宁乡社会贤达”称号。即便身处新媒体蓬勃发展的时代，作为老读者的尹绍平，依旧关心报社发展，这份跨越时光的情谊，宛如陈酿的美酒，愈发香醇珍贵，暖人心扉。

眼科医生陶勇“开年第一讲”：送孩子一生明亮

一月的北京，寒意依旧，北京图书大厦里，却明亮温暖。此刻，眼科医生陶勇正在向一群孩子和家长分享他的眼健康科普漫画书《保护眼睛大作战》。这本小小的科普书，被他赋予了温暖的意义。他说：“这是写给孩子们的，也是送给每一位父母的礼物，希望大家的眼睛能一生明亮健康。”话语间透出的，是一位医者最真诚的祝愿。

书的创作源于陶勇自己的生活。他曾笑谈，他的孩子对“护眼”这个话题总是充满抵触，枯燥的叮嘱难以入耳。于

是，他用拟人化的“眼球帝国”形式，编了一本卡通漫画，把那些晦涩的医学知识藏在生动有趣的画面里。孩子们一页页翻过，不知不觉中，这些知识就印在了脑海里，化作日常行为的一部分。

比起单纯的医生身份，如今的陶勇有了更多的角色。他用一部分精力投身科普与公益，在“光盲计划”中，帮助视障青少年学习发声技巧，让他们成为声音的创造者，从中汲取新的力量。他说，看诊治病是“加

法”，而科普和公益是“乘法”，能够让更多人感受到生命的光彩。这种比喻质朴而贴切，却蕴含了陶勇对人生的深刻理解——医学不是一堵高墙，而是连接彼此的桥梁。

站在新年的起点，陶勇的故事像一缕晨光，照亮前行的路。他的身上没有耀眼的光环，只有一点点积累起来的温暖和坚持。这种力量安静却有力，它提醒人们，即便生活充满琐碎与挑战，也要去关注那些微小却重要的事，像呵护一颗种子那样，守护希望与光明。

文/晓瑜

托老记

从 2024 年 6 月初算起，我已把母亲托付到乡福利院半年多了。令人高兴的是，母亲在这里生活得很好，是那种已经舍不得离开的好。

母亲说：到别人家吃住，都要麻烦别人，哪像在这儿吃住不愁，自由自在呢！

这个结果，真是出乎意料。没想到我当初的无奈之举，如今却成了上上之选。

2023 年春，96 岁的母亲非要下田种蒜，结果累坏了，睡觉时竟没能爬上床去，相反瘫在地板上受了凉，肺部严重感染。我赶回家，陪着在乡里和州府住了 20 天院，她才勉强康复，只是腿脚无力，行走困难。于是不顾母亲反对，坚决把她请来了长沙。我想，她抓了一辈子的锄头和锅铲把子，这一回总该放下了吧？

谁知母亲依然不愿长住，身体稍好便吵着要回去，说老鼠子有个洞，麻雀子有个窝，金果坪才是她的家。母意如此坚决，我只好顺者为孝，2024 年过了正月十五，便护送她回了家。

按我原来计划，是准备将母亲直接托付给乡福利院的。因为不少朋友建议说，去福利院是上上之选。说起乡里的福利院，大家都交口称赞：生活好，服务好，管理好，人靠谱，能放心。

我因此动了心，并告诉老家的家人们：我想把母亲托付给福利院，费用也不攀扯大家，我一个人出。

大家都没做声，只有侄女提出了异议：你们有八姊妹，却把老人送福利院，说出去好丑，应该大家一起养！

我当然知道，福利院再好，哪有亲生儿女照顾好呢？一个人负担，哪赶得上众姊妹齐心协力呢？我自然接受了大家的共养方案。

惜哉好景不长，共养计划只勉强维持了两个月。但老人是时刻要人管的，退休第二天，我便急忙赶回去接了手。

事后想想：我都没办法独自照顾好母亲，何况老家五姊妹都是勉强维持温饱的农民，最小的也已 65 岁，大哥大姐还去了天国，谁能负起这个天大的责任呢？

母亲是非常睿智之人。一个来月后，当她听说当过村长的熟人谭兴华现在是福利院长，便欣然同意到福利院去，并催我赶快回长沙，让我既感动又惭愧。我也吸取教训，直接退回到“独自负担”的初心，6 月初将母亲送去了福利院。

母亲的适应能力特别强。她不但安心住了下来，没过几天，还抢过别人的锄头下了田。她依然闲不住，生怕有人说她吃闲饭。她似乎不太明白，她是专门来福利院享福的，不用下田劳动，只需好好生活。

我其实很感激乡里有这样一个所在，让缺人照护的老人们集中养老，出入有玩伴，三餐有保障，也让我们这些心有余而力不足的人子解除了部分后顾之忧。

我甚至想，如果早点把母亲送来，说不定她的身体会比现在更好呢！

人都是要老的。母亲的际遇让我深切感到，如何养老，真是个问题。母亲养育了我们八姊妹，结果都陷入了无人能管的困境，现在老龄化越来越严重，结婚率生育率严重下降，我们靠谁养老呢？

转头一想，我总比做了一辈子农民的母亲幸运。97 岁的母亲只有 150 元的高龄补助，其余都要儿女负担，而我则有退休金，不用等别人掏腰包。

既如此，何不在身体尚好之时，主动住进福利院，把自己养得好一点，也少给儿女增加负担呢？这会不会是另一种更加成熟和睿智的养老方式呢？

文/谭学亮