

■叙事医学

心若所向，皆是阳光

有人说，世间的一切都是遇见。就像冷遇见了暖，就有了雨；春遇见了冬，就有了岁月；天遇见地，就有了永恒；人遇见了人，就有了故事。今天故事的主人公名叫小杰（化名），年仅14岁，却已经与抑郁症抗争了许久。

小杰第一次走进我的视线，是在一个阴沉的下午。他瘦弱的身躯被父母搀扶着，眼神空洞而迷茫，仿佛整个世界都失去了色彩。初入病房时，小杰显得异常抗拒，对医护人员和周围的一切都保持着高度的警惕。他不说话，抗拒任何治疗，每当有人试图接近，他都会紧张地蜷缩起来，眼神中充满了恐惧。面对这样一个敏感而脆弱的孩子，我深知，传统的治疗方法可能并不足以帮助他走出阴霾，我们需要的是更多的耐心、理解和关爱。

于是，我开始了叙事护理的尝试。叙事护理，是一种通过倾听、理解和共情，帮助患者梳理和重构个人经历，从而找到生活意义和价值的治疗方法。

我先是尝试与他建立信任关

系。每天，我都会抽出时间，坐在小杰的床边，耐心地询问他的感受，静静地陪伴他。一天下午，我轻轻地走进小杰的房间，看到他手里拿着一本画册。“小杰，我看到你很喜欢画画，想不想和我分享一下你的作品呢？”我温柔地说。

小杰犹豫了一下，最终还是点了点头。在翻阅画册的过程中，我引导他说：“这些画里的颜色，是不是有时候也代表了你的心情呢？比如，这片灰暗的天空，是不是就像你现在的心情一样？”

小杰低下头，轻声回答：“是的，我觉得自己就像被困在这片灰暗里，出不去了。”

我握住小杰的手，轻声说：“小杰，你知道吗？这些灰暗不是你，它只是暂时住在你心里的一个访客。我们可以一起想办法，让它慢慢离开。”

随着时间的推移，小杰逐渐感受到了我的真诚与关怀，开始愿意分享一些自己的想法和经历。在交谈中，我了解到，小杰的父母长期在外地打工，从小将他交给爷爷奶

奶，导致他和父母关系生疏；在学校里，他也因为性格内向，不善言辞，而难以融入集体，经常被同学孤立和嘲笑。这些经历，让小杰感到孤独、无助和绝望，逐渐陷入了抑郁的泥潭。

了解到这些后，我开始有针对性地制定计划。先是鼓励小杰的父母多陪伴孩子，哪怕只是简单的散步、聊天，也能让他感受到家庭的温暖。也经常邀请小杰参加一些同龄孩子的团体治疗，帮助他重新建立社交关系，找回属于孩子的快乐与纯真。同时还邀请一些病情稳定的同龄病友一起交流分享，告诉小杰配合治疗的重要性以及帮他树立战胜疾病的信心。

在与小杰相处的过程中，我特别注重引导小杰重新审视自己的经历，从中找到积极的因素。在和他共同观看了很多励志电影后，我告诉他，每个人的生命中都会遭遇困难和挑战，但正是这些经历，塑造了我们的性格，让我们变得更加坚



强和勇敢。

经过1个月的努力，小杰的情况有了明显的改善。他开始愿意积极的治疗，与人交流，脸上也逐渐露出了久违的笑容，画册里面的颜色也变得五彩斑斓。

小杰的故事，只是叙事护理众多案例中的一个。但正是这些看似平凡的故事，汇聚成了我们心中最宝贵的财富。它们让我们相信，无论面对多么艰难的挑战，只要我们用心去理解、去关爱，就一定能够找到照亮彼此心灵的那束光。

长沙县第三医院 苏小瑶

到今年止，我已在医院工作9年，在这里，温暖人心的小故事每天都在发生，暖心服务时刻都在进行，每一次的救治，每一次的守护，总有一些人用温暖的目光注视着我们，带给我们激励与感动，让我们坚定地前行。

——张筱笛

当生命开出花

——致每一个坚强努力、自强不息的人

临近年关，全科医学科主任王丽丽收到了一个特殊的包裹，打开一看，是数幅春联和一叠各种字体的“福”字，字里行间透着一份脱俗、一份洒脱。

这些对联是之前在医院住院的左大姐托人送给王丽丽主任，并请她转交给ICU（重症医学科）主任贺伟、心内一区主任李丽、ICU护工陈桂香各一幅。左大姐说，自己写字笔法还很稚嫩，但这一笔一画是她的心血，寄托了满满的感激与祝福，她记得每一个帮助她的人，心怀感恩，也在力所能及的范围内给予回报。

王丽丽回忆说：“第一次见左大姐还是在10年前，那时我和贺伟医生一起在ICU值班。刚见到她的时候身上有着气管插管、尿管等各种管子，在上级医院经历了心脏骤停抢救后放弃进一步治疗转回邵东市人民医院，了解到她有严重的免疫性疾病合并心脏病，我当时心中还担忧她是否能活下来。但是每一个生命都要竭尽全力，经过精细诊治和细心的照顾，左大姐居然挺了过来，

拔除了各种管道，顺利出院了。”

这么多年，左大姐与王丽丽和贺伟时常保持着联系，家人满心疑惑，询问她为何如此信任两位医生，左大姐感慨地说：“住院期间，王丽丽和贺伟医生对我关怀备至，他们不仅时常与我交待病情，在我病情恶化的时候，哪怕已经下班，也会立刻赶回病房，迅速实施抢救。而且我身上管道较多，负责照顾我的护工陈桂香从不抱怨，照顾得很细致，让我特别安心。”

左大姐曾经抱怨命运不公，但后来她慢慢接受命运的安排，并不断努力自救。王丽丽鼓励她说：“心脏病靠养，一定要调整自己的心态，保持良好的心情，另外可以尝试用中医来调养”。于是左大姐开始自学中医，这些年，她不断住院，不断学习，甚至考取了中医自学文凭；近一年来，左大姐又迷上了毛笔字，她摒弃一切杂念，满脑子就是想着怎么把字练好，还打算再过一年考个书法等级证书。前不久左大姐向邵东市书法家协会投

稿，作品成功入选，她也因此成为了邵东市书法家协会的会员；而最让左大姐欣喜的是，自己的健康状况大为改善，再也不需要像以前一样隔三岔五就住院了，抗心律失常药物的用量也大大减少，她说她得到了意外的收获。

左大姐在电话中说：“王医生，我很感谢你长期以来的帮助和照顾，曾经的肺腑之言，铭记于心，终身难忘。”王丽丽回应道：“真的佩服你，中医养生，疾病贵在调理，是你自己创造了奇迹。”这种双向奔赴的感情令人感动，这一份医患友爱使我感慨万千，珍之重之。

有风有雨的日子，方能承载生命的厚重；风清云淡的时刻，更能领悟生命的真谛。左大姐经历了太多的困难，一直独自拖着病痛的身躯缓慢前行，茫然与恐惧占据了她大部分的时间，如今她已超脱过去，成为了最好的自己。正如《人民日报》写的一句话：“以一朵花的姿态行走，穿越季节轮回，在无声中不颓废，不失色，一生花开成景，花落成诗”。

邵东市人民医院

张筱笛 周亚玲

晨检的温暖与挑战

清晨，当医院的走廊逐渐苏醒，轮椅和拐杖成了这里最忠实的伴侣。我开始了日常的巡诊，一间间病房的门轻轻开启，仿佛翻阅一本本厚重的书，每页都记载着痛苦与希望的故事。在这条漫长的走廊上，每一步都沉甸甸地承载着责任与关怀。

我来到了李先生的病房，他是一位年近七旬的帕金森病患者。即使他的手不停地颤抖，他看到我时眼中仍旧能闪烁出温暖的光芒，如同窗外初升的朝阳穿透了薄雾。“早上好，李老先生，今天感觉如何？”我温柔地问，声音中尽量蕴含着安抚与鼓励。

他努力地微笑回应，尽管声音颤抖而低沉，却不失坚韧与乐观：“杨医生，还可以。只是今天手抖得厉害些。”我轻轻地拍了拍他的肩膀，以此传递一份力量和安慰。在检查他的药物记录和生命体征的同时，我深知治疗帕金森病远不止药物那么简单。这是一个全方位的挑战，需要我们共同调整他的生活习惯，制定合适的治疗方案，并提供必要的心理支持，尽可能帮助他在这场与病魔的较量中保证生活质量。

李先生的情况提醒了我，每一次治疗都不仅仅是对症状的管理，更是心灵的抚慰。我们的对话虽简短，却是他一天中重要的社交互动，这些互动对于维持他的社会功能和情绪状态至关重要。对于帕金森病患者而言，正视他们的情绪需求、积极的社交支持以及尊重他们的自主权，是帮助他们维持尊严与自我价值感的关键因素。

山西医科大学护理学院 杨龙辉
山西医科大学第一附属医院 朱瑞芳

来源：中国医学人文