

用爱与专业,守护生命星辰

至今回想起那次在宁乡沩水河畔回龙山遇到的儿童落水事件,我仍能身临其境地体会到当时所感受到的生命的脆弱,那种心悸犹在心中徘徊。那天的冷风像无数冰针划过我的皮肤,我按压男孩胸部的手微微发颤,旁边的护士长张琴正在紧急清理口腔分泌物,感觉时间就此定住,旁人的呼喊和哭泣跟我们不在一个时空,我似乎真的能听到人类心脏颤动的声音,真正意识到人类的生命也只是像黑夜里的星辰一般微微闪烁。

面对这样危机的情境,我想正是医院多次组织的急诊急救能力培训与考核,我们才能做到沉着冷静,急救措施也才能开展得如此顺利且有效。事实上,在我平常的工作和生活中,张琴护士长同样扮演着榜样的角色。

初入岗位时,面对患者的焦虑与误解,我常手足无措。张琴护士长手把手教我沟通之道:“微笑是消除隔阂的第一把钥匙,而记住患者的名字、关注他们的情绪变化,才能让护理真正走进人心。”她强调,沟通不仅是语言,更是倾听与共情。无数次在病房里和起冲突、有意见的患者沟通,她总是先换位思考,抚慰患者和家属的心灵,找到合理解决的方法,化解矛盾。这种“以心换心”的沟通艺术,让我明白护理不仅是技术,更是



情感的连接。

她的关怀更延伸至团队成长。每当我们遇到难题,她从不直接给答案,而是反问:“如果是你独自处理,会从哪一步开始?”这种引导式提问,让我们逐渐学会独立判断。但当我面临棘手的问题,实在无法解决时,她也能给我提出合理的建议。如今,即使她不在场,我也可以从容应对突发状况,这背后是她“授人以渔”的良苦用心。

脱下护士服,张琴是生活的艺术家。她带着我骑行穿梭于山间小道,感受微风吹过发尖的浪漫;周末的舞蹈室里,我们以中年少女的身份,开辟新赛道,虽然我常笑她乱舞;她还常为我们手足外科大家庭准备各类美食,鸡爪、龙虾、臭豆腐、兰花干子是她的拿手菜,准会提前一天发群里,让我们

充满期待。而我也会给她做苦瓜炒蛋,让她尝一尝生活的苦。朋友们笑话我,在工作中,我聆听她的指示,协助管理好科室的患者,保证医疗安全,是张琴的“心腹”;生活中,我常跟她开玩笑,偶尔掉链子,是张琴的“心腹大患”。

张琴常说:“护理是平凡中的伟大,是用生命守护生命。”从回龙山的急救到病房里的点滴关怀,从工作中的严谨到生活中的豁达,她以行动诠释了何谓“护梦芳华”。她的故事,是千千万万护士的缩影——没有惊天动地的壮举,却用专业与温情编织成无数生命的希望之网。

愿她的精神同星火一般传递:无论身在何处,护理人的初心永不褪色;无论面对何种境遇,爱与责任终将照亮前路。

宁乡市中医院
手足外科 张蓉

八旬老人亲笔致谢,赞誉“一举四得”妙术仁心

“一举两得令人赞叹不已,而‘一举四得’则更是奇功殊勋!”近日,郴州市桂阳县中医医院外科收到了一份情真意切的手写感谢信。这封信出自85岁的退休教师陈爷爷之手,他用工整的笔迹和文雅的诗语,记录了在该科住院11天的温暖经历,字里行间流淌着浓浓的医患真情。

垂暮之年的陈爷爷,深受膀胱结石、前列腺增生及双侧腹股沟疝等多重疾病困扰。他入住外科后,周克彬院长、龚文峰主任、欧阳占江主任高度重视,组织会诊并果断决策:必须手术!鉴于患者高龄且心存担忧,两位主任术前温情沟通,耐心解释,周院长更是致电家属,细致

分析方案,最终消除了患者与家人的重重顾虑。

手术台上,周院长、龚主任、欧阳主任联手协作,以娴熟技艺先后攻克膀胱结石、前列腺增生两大“堡垒”。就在家人以为手术即将结束时,周院长俯身贴近老人耳边温和地说:“陈老师,我是小周。为免除您再次住院和麻醉之苦,我们接下来

一次性为您把双侧疝气问题也解决好,请您放松。”这份大胆而充满人文关怀的决策,让一场手术同时解决四大问题,真正实现了“一举四得”。

术后康复期间,外科医护团队的精心照护更让陈爷爷“感同身受,击节赞赏”。晨间查房,主任们总是提前到岗,垂范在先;护理天使

们微笑服务,有问必答,让患者如沐春风;主管医师欧阳主任不仅每日勤谨查看伤口,出院时还细致写下注意事项并留下电话,嘱托再三,周到备至。科室还巧妙融入中医药技术,促进患者快速康复。

“凝众志者成其远”,正如老人在信中所言,这一切彰显的正是外科“厚德、精术、德术双馨”的团队风貌。这封感谢信,是八旬长者发自肺腑的感念,更是对“杏林春暖”医者情怀的最佳诠释。

这份认可,是荣誉,更是责任与鞭策。医院将以此为动力,在“呵护生命,追求卓越”的征程上继续策马扬鞭,以更精湛的技术、更温暖的服务,守护每一位患者的健康,让杏林繁花,永远灿烂绽放。

桂阳县中医医院外科 徐敏芳

微创除癌,美观无痕

今年6月,湖南省肿瘤医院头颈外二科团队成功完成省内首例“舌癌扩大切除联合发际线切口腔镜下颈淋巴清扫术”。患者伍先生来自永州,年仅四十余岁,确诊舌癌后,他最担心的除了病情,还有手术可能留下的颈部明显疤痕,影响外貌和社交。

手术团队在多学科讨论后,选择将切口巧妙“藏”在耳后发际线内,结合腔镜和悬吊系统进行操作。传统颈部淋巴清扫需长达15~20厘米切口,而此次微创方式术后几乎看不到疤痕,短发也不影响外观。伍先生复查时笑称:“别人根本看不出来我做过手术,我也能像正常人一样面对大家。”

技术上,团队在高清放大视野下精准清扫淋巴结,清晰辨认血管、神经走向,避免不必要的损伤。术后病理显示,淋巴结清扫达肿瘤根治标准,同时保留颈部神经、血管和肌肉功能。医院头颈/口腔颌面肿瘤诊疗中心总监田皞教授表示:“这是省内首例发际线切口腔镜下颈淋巴清扫术,标志着我院在微创化、个性化治疗上迈出新步。”

术后,伍先生恢复良好,能正常饮食和生活,并感谢医疗团队:“你们不仅救了我的命,还让我能体面地回到社会。”近年来,湖南省肿瘤医院积极推进“三化三保”理念——微创化、内镜化、介入化,以及保功能、保舒适、保疗效。田皞教授指出:“肿瘤治疗不仅要清除病灶,更要考虑患者未来生活场景。我们要治病,更要护人。”

舌癌是湖南高发肿瘤之一,传统手术疤痕常导致患者心理困扰甚至社交回避。此次手术不仅是技术突破,更体现人文关怀。未来,医院将继续推动腔镜、机器人等先进技术应用,让患者在保证疗效的同时,最大程度减少生理和心理创伤。

通讯员 彭璐

外科医生 需要怎样的人文关怀?

外科医生的工作艰难而特殊。面对疾病、衰老、交通事故、工伤,甚至现代社会中偶发的暴力事件,外科医生常常承受着超乎寻常的压力。许多人对自己要求极为严苛,长时间高负荷工作,却在监管和自我调适方面关注不足,反而被大量行政和官僚事务消耗了精力。

作为外科医生,我们需要学会关心身边的同事。如果有人状态不佳,就应该主动提醒,鼓励他们停下脚步,去休息、去娱乐。如果能及时干预,就可能避免他们在压力下崩溃,陷入酗酒、药物依赖或自我否定的困境。作为一个群体,外科医生更要向领导和政府传达清晰的声音:外科的工作极其辛苦且独特,外界必须理解并给予合理支持,而不是不断层层加码。

在个人层面,外科医生也可以采取一些切实措施来减轻负担。比如,雇佣助理分担文书工作;合理规划排班,每周最多只承担2次夜班;保证“随叫随到”后有整天休息时间。在工作之外,坚持规律运动。研究表明,每周约2.5小时的慢跑即可显著延长寿命——男性可增加6.2年,女性增加5.6年。运动不仅有益健康,也能帮助释放心理压力。

同时,不要忘记医患关系的核心。腾出时间倾听患者的心声,理解他们真正关切的问题。当医生真诚地对患者好,他们也会给予善意与支持。

最重要的是,始终保持热情,让工作中闪现的光亮、幽默与快乐,成为抵御压力的力量。只有带着热情去从事外科工作,才能在高压环境中保持安全与长久的职业生命。

中南大学湘雅三医院骨科
副主任医师、运动医学负责人 何金深
来源:《展望骨科运动医学——忧从何来》