

遵从内心良善，永揣点点心灯

在江歌遇害1894天后，这起每次在舆论场上出现、总能引发巨大关注的、迁延了数年的案件，终于宣判了。

重温这起令人唏嘘的案件，江歌为刘鑫挺身而出，却挨了刘鑫男友陈世峰门外捅刺十余刀，最终因左颈总动脉破裂失血过多，抢救无效死亡。而回国后的刘鑫，虽与江歌妈妈生活在同一座小城——即墨，却切断一切联系，改了名字，开启了新生活，甚至在网络上对江歌妈妈冷嘲热讽，令人愤慨。

那扇门，关闭了江歌的逃生路，却关不住法律与道德的力量。社会上曾就如何评价刘鑫的行为出现过争议。有人认为，刘鑫对江歌之死负有不可推卸的责任。也有人觉得，似乎无法从法律层面惩罚“见死不救”，只能说刘鑫的行为是不道德的。如今，法院给出了明确答复：“根据现有证据，作为被救助者和侵害危险引入者的刘暖曦，对施救者江歌并未充分尽到注意和安全保障义务，具有明显过错，理应承担法律责任。”

为人抱薪者，不可使其冻毙于风雪。人性善良不该被遗忘，义举应得到尊重与崇尚。向他人伸出援手的人，理应受到全社会的肯定与救济；而一次次放任言行突破道德底线的人，就该受到制裁。判决明辨是非，昭示了司法惩恶扬善的价值导向，更流淌着难能可贵的人文关怀，鼓舞了更多尊崇内心、向上向善的平凡人。

医护人员阅过世间百态，在许多医护人员身上，最富有的就是善良，穿上一袭白衣，一种天然的使命感与生俱来。善良的本性从骨子里流淌而出，在物欲纷繁的世界里，面对病患，就像一汪清泉，奉献与帮助他人时，常常能让人感受到生命的另一种含义。本着“医者仁心”的态度，尽自己最大努力，来挽救更多病人的生命。医护的工作，没有完美，只有尽力。当病毒一次次侵袭，民众避之不及的时候，我们也甘愿奉献自己，只为了让更多家庭合家团圆过新年，让所有人安全度过难关。虽然社会上对医护的猜忌不绝于耳，但好在更多的是尊重与肯定。

善行，就是一场润物细无声的传递。每个平凡的你我，并不都需要去做一个无畏付出的好人。但起码，遵从内心的良善，不助长如刘鑫般“忘恩负义”“反咬一口”的贪婪的恶，在受人善意时，能在心中留存一份感恩。永远怀揣着感动与良善，尽力救助，用心关怀，方不负身上沉沉的白大褂。

重症医学科 高春子

我在ICU进修

不管是病人还是我们护理人员，对ICU似乎都有着一种惧怕感和敬畏感，那可能是对它还不够了解，接下来我就来谈谈我对它的一些理解。

重症医学科(Intensive Care Unit)简称ICU,是为重症或昏迷患者提供隔离场所和设备,提供最佳护理、综合治疗、术后早期康复等服务的病房。它是随着医疗、护理、康复等专业的共同发展、新型医疗设备的诞生和医院管理体制的改革,进而出现的一种集现代化医疗、护理、康复技术为一体的医疗组织管理形式。

根据医院护理部统一安排,2022年1月,我正式到ICU进修,进行为期3个月的学习。刚开始,我的内心很忐忑、也很激动,作为一名已经工作八年的护理人员,我在普通病房可能算一员老将,但在ICU就是新手小白一个,每一个在ICU每一个工作的人员都是我的老师,我要虚心求教,争取早日出师!

到了那里,两位护士长耐心地给我们讲了在ICU进修时需要特别注意的地方,也安排了高年资的老师带教我们,我因此有幸成为王荣娟和张雪凤两位老师的带教生。两位老师每次都耐心地给我讲解一些普通病房内见不到的仪器的使用原理和操作技巧,比如:血滤、血浆置换、呼吸机。还有对重症患者监测的指标,比如:每搏输出量、胸腔内血容量、中心静脉压(CVP)、肺毛细血管楔压(PWCP)、脉搏指数连续心排出量(Picco)、血管外肺水指标(肺水肿情况)、胸腔内血容积指数(心脏前负荷),还有气管插管或气管切开患者的各项护理要点等等。每当为急性重症肺炎(高血酯型)患者进行血浆置换和血滤时,我听得尤其认真,这种用于清除炎症因子和降低血脂的操作,在消化科病房时我只是知道,但对怎么做却不清楚。在ICU,我终于了解了机器的工作使用原理和基本操作,感到受益匪浅。

除了能学到相应的专业技术外,在这里让我还深深感受到ICU医护团队协作能力。ICU的工作不同于普通病房,收治的病人往往都是危重患者,随时可能死亡,这就要求护理人员要迅速、准确、高效、争分夺秒。一位患者入科,往往是一群护理人员都在忙碌,有的连接呼吸机,有的测血压、生命体征、意识,妥善安置各个管路,观察皮肤等等,分工明确,忙而有序,确保患者能在最短时间内得到最高效的医疗服务。他们不是一个人在战斗,而是一群人在战斗。

这是我在ICU学习的第20天,我很幸运也能成为其中一员。在这里,我也从原来的胆怯和不安变得更加坚韧,希望在余下的日子里也能继续多多学习,争取把学到的知识运用到自己的科室,更好的为患者服务。

消化科 徐红

杏林之声

创新对新护士的影响

作为一名刚刚入职的护士,我有幸参与了我院本届科技创新表彰大会。能作为礼仪服务人员其中的一员,协助领导为科研人员颁奖,我感到十分荣幸,在此次科技创新表彰大会上,我也学习到了很多。

科研创新是一个严谨探索的思维过程,其落脚点是发展科学理论和创新。这次科技创新表彰大会开阔了我的视野,激发了我对医学科学研究的兴趣以及对护理专业的热爱,同时,让我学会了在发现问题的同时努力解决问题,学会了如何做一名具备良好素质的护士。

护士是临床护理工作的主体,要带给患者优质的护理服务,就务必加强自身修养,拥有良好的精神面貌和健康的心理素质。因此,具备熟练的护理操作技术是基本,除了常见的医疗护理技术外,对专科护理技术也要精通,能稳、准、快、好地完成各项护理工作,更重要的是,要具有高度的责任心,严守工作岗位,密切观察患者状况的病情变化;严格执行操作规程,认真做好查对制度;具有敏锐的观察力,善于捕捉有用的信息;有丰富的想象力,运用评判性思维,及时发现并能解决问题,勇于技术创新。

在发现问题当中去解决问题需要我们拥有足够的创新能力,而要拥有足够的创新能力,就必须深刻理解我们所需的创新能力的内涵。

在5G来临的新时代,医疗系统也正在经历数字化的革新,其发展是迅速的,这就意味着护理人员不仅要做好临床护理工作,还要加强护理学科的全面发展。近年来,护理创新课程也正在兴起,可以帮助护理人员了解全新的知识和技巧。

护理人员一定要将创新思维融入到我们的日常工作中,遇到有灵感的的东西及时记录下来,在工作中多问、多看、多想、多记,培养思维的灵活性,激发创新灵感,做工作上的有心人,促使护理质量不断提高,更好的服务于广大患者。

血液科 尤玉池

俺们仨 终于跨过这一年

2021年是疫情的第二年,戴口罩、限制通行、封城和封闭小区,获得、失去、释怀……是大多数人的生活常态。

让我们近距离感受到疫情的恐怖,是女儿7月份历经艰辛考到扬州工作后。扬州以特殊的方式迎接了她,完成“国培”回扬的第二天,小区就被全面封控了,他们因为没有储备足够的食物,一度被饥饿折磨,经过十余轮的核酸检测,封城40余天后,扬州终于解封,我们也结束了恐惧和担忧。

第二件让我们全家恐慌的是先生。在学院工作的他,开学后第二天,因为工作太累积劳成疾,血压骤升至200/140mmHg,从楼梯摔下。所幸,没有颅底骨折,也没有颅内出血,只是骶尾骨骨折了。住院期间,又发现他血糖也高了。好在经过我们医院心内科、内分泌科、骨科等联合治疗,各项指标基本达标出院。这段时间,我的生活重心就是遵医嘱、督促先生服药、调整饮食结构,既要控制血压、血糖,还要保证蛋白质供给,以保证骨折愈合。4个半月后,骨折基本愈合,血压血糖也在可控范围。

第三件让我终生难忘的是12月初的傍晚,我毫无征兆地摔倒了,而且,伴随我50余年的两颗门牙也被折断。折腾4次后,我的断牙,终于被我们医院口腔科整好了。

每次整牙不打麻药时,口腔科鲍医生和护理同仁都告诉我,受不了就举手示意,我们会停下来,或再打麻药等。我都默默的忍受了,我想,罪受完了,我们的苦难也就结束了。跨过阳历年,我的牙齿整好了,我基本能用假牙吃东西了,除了不能啃硬东西,它几乎不影响我的生活。

回首这一年,“俺们仨”经历了恐惧、疼痛和焦虑,但没有一个人选择退缩和放弃,而是彼此鼓励和关怀。在收获亲情的同时,也逐渐对痛苦释怀。虽然,女儿在中高风险地区,但他们一家一直都是绿码,疫情后期,他们都做了社区服务志愿者,女儿、女婿双双被扬州市委评为“优秀志愿者”。疫情让我们深刻领悟什么是“命运共同体”。我和先生先后摔倒让我们深刻理解什么是“祸不单行”,把我们的经历写出来既不是自揭伤疤,也不是卖惨。我深信,虽然大多数人没有经历过这些痛苦,但每个人的生活都有各自的不易,跨过了,就一页翻过。

为此,我和先生、女儿一起重新看了《没有过不去的坎》,得出的结论是,只要一家人在一起,就没有过不去的坎。我们和大家一样坚信医学专家对“新冠肺炎”的预判,等到疫情结束,人们又可以恢复正常的社交和生活。春天来了,冬天遁去,等待疫情结束,我们将在新年乘坐时光列车,“看尽世间繁华,看遍锦绣河山”。

退休职工 袁静秋

那个把情绪戒掉的人

21世纪的人们早已对追星一词不足为奇,作为新一代的青年我们对追星更是始于颜值,陷于才华,忠于人品,若你在途中看到了阴影,不要怕,那是因为你的背后有光,这才是星星的作用……

在浩瀚的宇宙,我也会有我乐于追随的那颗星星,在我情绪不佳时,她真的可以帮我戒掉颓废,因此今日我也不吝啬的分享给大家,我不是她的粉,只是想要成为那样内心强大的人,这个人就是杨幂。

正如那句火出圈的名言:“我把情绪戒掉了”。初听,只觉杨幂是人间清醒,一个人能够合理管控自己的情绪,必定是具备了足够的理智;所有人都说她是靠运气,却忽略了她是真的有毅力,有实力。“红极一时靠运气,经久不衰靠实力”,没有一个人的成功是白来的。她认为每个人都很难,都需要对自己承担的事情负责,与其给别人徒增烦恼,用压力来大博取同情,还不如化压力为动力,铆足了劲再重新出发。

除了有毅力外,我不得不佩服的是杨幂练就了一颗强大的心。她从不会让外界的“流言蜚语”打乱自己的节奏,只是闷头朝着自己认定的方向,不达目的永不罢休。当然,她的确做得到。她可以在事业上升期的时候结婚生子,尽管婚姻维持了几年,最终以离婚散场,但她从始至终没有说过男方半点不是,也没有影响自己的事业,这是大多数人都难以达到的境界,不可否认,杨幂既坚强又有智慧。有些人,总喜欢习惯性将自己的成功归因于自身,把别人的成功归因于环境。往往忽略了,机会总是留给有准备的人,如果你不够优秀,遇见也不配拥有。

在工作中,生活上,困难无处不在,结果如何,取决于大家面对它的态度。人的潜力是无限的,愿我们不被现状所困扰,发挥更多的可能性,愿新一代的我们皆能看清人生方向,并为之去努力。的确!没有漆黑的夜晚,怎能再现灿烂的晨光!

心内科 简彩艳

行善举 暖人心

古人云:“勿以恶小而为之,勿以善小而不为。”恶,即使是小恶也不能去做;善,即使是小善也必须要做。小善可以滋长恶念形成大恶,小善也可以积少成多形成大善。小的善事或许可能看起来无足轻重,但是当行善成为习惯,我们的世界才会更加温暖。

随着时代变迁,科技在飞速发展,社会节奏也在加快,我们每个人的心里不知不觉间都滋生了一份浮躁,这种浮躁越来越体现在了人与人之间、人与物之间,它让我们变得更加功利、自私和冷漠。近年来,在许多社会新闻中我们都能看到一些路人冷漠的身影。摔倒在地的老人无人上前搀扶,当街被家暴的女子无人伸手制止,更有甚者,在面对准备跳楼自杀的少年时,楼下的他们却在拍照、起哄、打赌!这些围观看客的冷漠与刻薄,看似没有任何责任,其实相当于间接施暴者。如果在其他人身处困境时,每个人都抱着“事不关己高高挂起”的心态,那么当你或你的亲人需要帮助的时候,其他人也会冷眼旁观。我们每个人都是处于社会这个大环境中的,没有谁能脱离环境而单独存在,只有人人人为我,我为人人,才能显示出这个社会团体的温暖。

随手捡起的一片香蕉皮,可能使过路的老人免于受摔倒的危险,这是举手之劳,也是一份免于他人受害的善念。24小时的书店里,店员对拾荒者一句“欢迎光临”的问候,就能让他们感到尊重,成为他们在颠沛流离生活里的一束光。当善举不再是偶然,我们的灵魂将会更伟大。只要我们心存善念,就会让我们的社会更加稳固,让我们的祖国更加繁荣昌盛,因为大爱无言存希望,善举无痕爱意长。

“行善举,暖人心”也是一个人生命价值最好的体现。迪金森就曾这样描述过生命的意义:“如果我能减轻一个生命的痛苦,抚慰一处创伤,或是令一只离巢的小鸟回到巢里,我便不是徒然活着。”是啊,我们也一样,每一次小小的善举既是在温暖他人,也是在实现我们自己的生命价值!如此才不负人间走一回!

人事处 朱聪颖

那些常被忽略的爱与付出

我靠向厨房的墙壁,望着热闹客厅外的厨房角落里,母亲佝偻着洗刷厨具的背影,静默无言。母亲轻轻的擦拭,一点一滴的污渍。时光走的太快,一声母亲,便偷走了您的芳华。喜欢碎碎念,埋汰父亲的时候话里有话,与菜市场的小贩熟路轻辙,不知不觉间,记忆里呈现的母亲样貌,尽余下这些脸谱化的标签。总说您的思维跟不上我的脚步,也常说自己不想活成您这般程序化模样。却常常忘记,年少时的我们都是是一样的,会在憧憬未来时满腹迷茫,期待未来的人生有多重模样,也会拿着画笔洋洋洒洒,在心中画下许多理想。壮丽的夕阳里,好像握着无限广阔的未来和无限多的空闲时光,却难料,来日方长抵不过突发情况,洗不完的碗碟,干不完的家务,充斥了母亲的日常。霸占了她驯养懂憬的时间,原来,当梦想遇到现实,一切只剩下……等待。每当我任性的指责、不解、埋怨时,母亲总是静默着。母亲,将自己原本想要的选择遗忘,渐渐只活成这个家需要的样子。

当一个女人成为了母亲,她就不会再飞。因为,她将自己的翅膀,送给了孩子。母亲,将一曲伟大的赞歌,默默谱入年轮,让所有的沧桑在她额头间驻足。她弯曲的背影,是一条悠悠的河流,流淌着不息的爱。

常常记得,我们要做患者的贴心棉袄,是孩子的超人妈妈,却常常忘记,我们也是母亲的女儿。时光过得飞快,只希望,在妈妈的脸上,它能过得慢一点,再慢一点。

重症医学科 高春子