

# 首期上海市青年医师培训心得



2012年8月,我有幸成为“上海市青年医师培养计划”的首届学员,作为一名一直在临床一线摸爬滚打的基层医院医师,能入选此次培养计划,和来自全市各医院各专业的325名优秀青年医师成为同学,实感荣幸。

8月20日至23日为期四天的市委党校集中学习,我们先后领略了多位名师大家的风采,开了眼界,长了见识。首位大师王一飞教授——已经73岁高龄的世界卫生组织医学官员、他以渊博的知识、睿智的演讲征服了台下所有的听众。他演讲的主题是“二十一世纪医学和医院建设的反思与建议”。演讲中他着重提出“疾病预防”以及“人文关怀”的重要性。他的一句“人文关怀缺失的医学与兽医没有多大区别”深深触动了我的心弦。希波克拉底曾经说过“有两样东西能治病:“一是语言,二是药物”,对于深受疾病困扰的病患,医生安慰和鼓励的言语确实非常的宝

贵和重要,这也是缓和医患关系的良方。他还提出临床医生需要掌握3P语言,3P分别代表Professional, Political Public。作为一名合格的临床医生,我们要能够将复杂的专业语言转化为通俗易懂的公众语言,给病患家属清楚明白的解释,这也是医患沟通的基础。另一位大师顾玉东院士的讲座则是写实主义的风格。顾院士主要以自己几十年的从医经历教导我们如何成为白求恩式的大夫。他指出:“失败是难得的机遇,是创新的摇篮”,鼓励我们不断探索,不断前进。他又说:“日常大量的工作是重复,但要注意重复中的变异,要在重复中创新,而创新的基础则是读书”。此外还有全国首届教书育人楷模于漪老师,八十三岁高龄的她完全脱稿,铿锵有力、中气十足的讲授了两个半小时。她的语言功底、教育才能、对学生和教育事业的高度责任感深深震撼了我们每个人的心灵。上海市副市

长沈晓明为我们做的关于《上海医改》的报告,无疑给我们注射了一剂强心剂,令我们对未来的职业生涯充满期待。此外培训课程还邀请了原第九人民医院院长戴魁戎院士、世界卫生组织前副总干事胡庆澧等讲述前沿的医学卫生知识,并邀请了社科院的教授分析时下大家最关心的国事等等。坦言讲:扎扎实实听完这四天的课程,身体上是累的,可心灵上却是无比充实和满足的。

如果说党校期间学习的是理论知识,那么接下来的几天则是实践。我们以小班为单位,在卫生局领导的带领下,分别奔赴各个革命老区,开展了一段令人难忘的红色之旅。

我所在的专科二班奔赴的是革命领袖毛主席的老家——韶山。那是一块神秘而又令人向往的土地。主席的铜像,高高耸立在韶山广场,栩栩如生,感染着我们,鞭策着我们。主席的故居,

几间青石泥墙和黑白灰瓦搭建的房屋,面临池塘,背靠青山。第一次与伟人如此的亲近,令人不禁思绪万千、激动不已。一个农民的孩子成长为解放全中国人民的卓越领袖,这与其年少时即有伟大的抱负、爱国爱民、坚韧不拔的意志有着不可分割的联系。缅怀领袖的同时,我也给自己立下了目标:抓住光阴、努力拼搏、造福于民。

在韶山人民医院义诊期间,我由于专业比较特殊(临床麻醉学),没有在现场解答病人的疑惑,主要分发卫生知识宣传单。因此我也有幸参观了韶山人民医院的手术室,了解了该院麻醉科的现状。虽说是县医院,虽说是老区,可他们确实发展的很快。医疗器械、药品以及尤其重要的医术都远远超过我起初所认为的。医院的医务人员十分热情、认真地和我们交流。他们的谦虚以及对知识的渴求令我感到汗颜,也让我对自己的未来提出了更高的要求。义诊现场前来问诊的人很多,几乎各个年龄段的都有。参加义诊的学员们也都十分珍惜这个难得的机会,尽自己所能的解答老区人民的疑惑。和谐的医患关系在这里得到了充分的体现。

首期培训短暂却很充实,在这短短的十天里,我们的心灵经受了洗礼,我们的知识得到了充实,我们每个人的友谊也更加得深厚。深深地感谢卫生局的领导、专家们给予我们每个学员这次宝贵的机会。我们也定不辜负领导们的期望,好好珍惜这三年的培养时光,努力学好专业知识、提高临床技能,改善医患关系,力争做新时代的白求恩大夫。

上海市嘉定区中心医院 鲍杨

跟随着上海曙光中医药发展基金会的脚步,我们一行来到了甘南藏族自治州,进行“生命曙光,健康希望”西部义诊活动。

甘南是个美丽的地方,风景如画,秀丽端庄。坐在车上,欣赏着沿途美丽的风光,起初感觉心旷神怡。然而,一个小时,两个小时,风景逐渐变得单调,人也在长时间的坐车中腰酸背疼,僵硬了起来。

终于到达了活动的目的地——玛曲,这里的海拔有3500米,踏上这片土地,就已觉得双膝发软,胸闷头胀,回身看看团友,一个个都是口唇青紫。平时最简单的动作如爬楼、慢跑在这里做起来便觉得气喘吁吁,浑身乏力。

我们的义诊地点在当地县城的格萨尔广场,藏民们早早的便聚集在了广场上,质朴黝黑的脸庞上有着充满期待的目光。藏民们的疾病以消化、关节病等多见,女性又多见炎症性妇科疾病。在他们诉说的病症中,从我们四诊合参的中医辨证分型中,我能够深刻体会到他们在这片美丽的土地上顽强而艰辛的生活。一张张纯朴的脸庞,一个个真诚的微笑,一声声恳切的道谢,让我的诊疗过程精神百倍。因为淅沥的小雨,广场义诊活动被迫提前结束了。当时在就诊的藏民妇女知道了,突然紧紧拉住我的手,用不太流利的汉语说:“谢谢,再见,一定要再见,你们还要来”。看着她沧桑的模样,期盼的目光,感受着她紧握的双手,一股热流涌上心头,仿佛空气都没有那么稀薄了。

义诊结束之际,我们见到了“感动甘肃、感动中国十大人物”之一的王万青老先生。这位为玛曲的卫生事业奉献了全部青春的上海老乡,再一次让我的心灵得到了荡涤。王老用亲切的乡音向我们叙述着他在玛曲的生活工作,看似波澜不惊话语,却饱含着对这片土地深深的爱。为了这片土地上的人民,他用了一辈子去坚守。团友们的眼圈红了,泪水流向心田,洗涤着俗世的尘埃,浇灌着善念与坚守。

回到上海,回到家,已经很晚了,没休息几个小时,就重新踏上了工作岗位,原来以为会很疲劳,实际上却没有,有一些崭新的东西在心中流淌……

(奉贤区中心医院 严烨)

## 生命曙光健康希望

### 甘南义诊随访

## 相信自己 我是护士我骄傲

花一般的年纪,火一样的热情,水一样的心灵,天使般的笑容,护士——一个平凡而神圣的职业,随着医疗事业的飞速发展,患者服务期望值的不断提升,社会对护士的整体素质提出了更高的要求。时值医院创三之际,作为奉贤区中心医院的护士,我们肩负着沉甸甸的使命和责任,同时也庆幸有这样的大环境,让我们面临挑战和机遇,然而,在挑战和机遇面前,我们能做什么,该怎么做,值得每位去思索。

两个不同的故事给了我不同启示。八年前,我遇到一位母亲,那位母亲指着身穿工作服的我教育他的孩子说:好好学习,不好好学习,像她一样去做护士!八年后,来到奉中心医院,我又遇到另一位母亲,这位母亲同样指着身穿护

士服的我教育他的孩子说:好好学习,好好做人,长大也向姐姐一样去做一名好护士!这或许是偶然,但是我感谢第一位母亲,是她让我开始思索,是我个人能力不足,是我单位树立的护士形象不佳?在此过程中,我思索着,最后我明白,只有自己不断成长进步,才会得到别人肯定。同时,我也要感谢第二位母亲,她的肯定让我在彷徨后认清了自己,也对护士这个职业有了更深的理解!她的肯定我知道,在有护士的地方,就会有误解和偏见,我也知道,有护士的地方,一定会有蓄积勃发的力量。曾有多少护理前辈为我们做出了榜样,开拓了我们视野,积攒了我们知识,提高了我们的技能,或许这就是我们在寻求的最佳答案吧:不断进步,完善自我!

作为奉贤区中心医院的护士,我们是幸运的,在这里有许多的学习和职业培训机会,在这里也会有许多老师、朋友伸出援助之手,良好的工作环境致使我顺着阶梯不断前行。“高标准,严要求,将标准成为一种习惯”,是护理部老师对我们的教导,在奉中心优秀护理团队的带领下,我们护理界的新生力量一定会走的更高更远!

回忆起入院前的岗前培训时间虽短,但意义却深远的,我们护理人员在培训中体现了特有的精神!培训最初,院领导为我们每人精心准备了一本书:《致加西亚的信》,我们都想做送信的罗文吗?可是我想,并不是每个人都有罗文的潜质,如果没有机会做罗文,我们就做一个助罗文前行的马夫或者舵手也好!在书的87页有哈伯特的商



业信条,我用它改成自己对护理的信仰,也相信它会成为每个护士的心声:

我是护士,我骄傲!  
我相信我们的护理团队!  
我相信自己工作的医院!  
我相信自己的领导和同事!  
我相信愉快的心情和健康的身体!

我相信我每服务一位病人,就会交上一位朋友!

我相信工作的双手、思考的大脑和充满爱的心灵!

(奉贤区中心医院 李洪玉)