

医共体 2024 年度总结暨表彰大会召开

本报讯(党政综合办 余鸯)总结促提升,激励扬精气神。1月20日晚,路桥区中医院医共体召开 2024 年度工作总结表彰大会,医共体领导班子、特邀嘉宾以及医共体干部职工代表欢聚一堂,总结过去一年的主要工作,展望未来。

大会由区中医院医共体副主任、总院副院长王子宣主持。

王院长首先宣读了《关于表彰 2024 年度先进集体和个人的通知》文件,并向受到表彰的先进科室和个人表示热烈的祝贺,勉励他们珍惜荣誉,再接再厉,不断作出新贡献。

随后,伴随着欢快的音乐声,对医疗质量控制奖、成本控制奖、先进集体等部分奖项进行了现场颁奖。

接着,区中医院医共体主任、总院院长徐杰作区中医院医共体 2024 年度工作总结报告,并传达了医共体 2025 年度工作思路。徐院长的汇报主要围绕医共体主要业务指标完成情况、党的建设、清廉医院建设工作开展情况、医疗质量改进、医共体综合服务能力提升、重点科室的运行



情况、医共体统一管理等方面作了详细汇报,尤其对医共体 2024 年度工作亮点比如中医药适宜

技术推广基地验收、医共体育苗、成竹、劲松人才培养计划周期考核、人工关节置换术、冠状动脉 CTA、胶原酶化学溶解术等新技术和新项目等方面作了重点分享,同时也指出了当前医共体面临的困难和问题,并鼓励全体干部凝心聚力,积极开创医共体建设新局面。

最后,区中医院医共体党委书记潘根富发表了热情洋溢的新年致辞,他代表医共体党委向长期以来辛勤工作在总院、分院各个岗位上的全体同仁表示感谢,希望大家不忘初心、注重医德、不断学习、加强协作,并向大家表达了新春祝福。

大会在热烈的掌声中圆满结束。此次总结表彰大会,不仅是对医共体 2024 年度工作的一次全面总结和回顾,更是对全体职工的一次激励和鼓舞。

2025 年是充满希望和挑战的一年,区中医院医共体全体职工将以先进为榜样,不忘初心,继续发扬团结拼搏、勇于创新的精神,以更加饱满的热情、更加扎实的工作,共同谱写医院更加辉煌的新篇章,为辖区群众的健康保驾护航。

以考核促提升 医共体迎接 2024 年度工作评估

本报讯(党政综合办 赵煥)为全面深入推进县域医共体工作,对标对表考核评价医共体建设成效,根据《关于印发 2024 年路桥区区域医疗服务共同体绩效评估办法的通知》,1月21日上午,区卫生健康局党委委员厉天荣带领考核组来到区中医院医共体开展 2024 年度工作评估。区中医院医共体领导班子、总院相关职能科室负责人陪同迎检。

评估之前,区中医院医共体主任徐杰首先汇报了医共体 2024 年度主要工作的开展情况,重点围绕医共体主要业务指标完成情况、党建管理、清廉医院建设、医疗质

量改进、医共体综合服务能力提升、信息化建设、中医药文化推广等方面作了详细汇报。

随后,考核组按照分工深入到各相关科室,通过查阅台账资料、查看现场等方式,进行了详细考核与评价。在随后的集中反馈会上,各专家根据各自检查的情况分别一一作了反馈,专家们积极肯定了区中医院医共体各条线好的做法,同时也对下一步如何改进提出了针对性意见和建议。

区卫生健康局党委委员厉天荣作最后总结,他肯定了区中医院医共体 2024 年的

工作成绩,尤其是如抗菌药物使用强度、以中医为主治疗的出院患者比例、CMI 值、三四级手术占比等关键指标的改善、乳腺科、康复科等重点学科建设情况、中医药适宜技术推广基地建设等方面的突出表现,同时也指出了存在的问题,希望区中医院医共体接下来对这些存在的问题及时整改,对系统性问题要形成长效机制,相信区中医院医共体的发展会越来越好。

区中医院医共体主任、总院院长徐杰要求各成员单位、相关科室负责人重视检查中反馈的问题,第一时间做好整改落实,不断推进医共体建设工作再上新台阶。

区基层中医药适宜技术培训推广(第三期)顺利开班

本报讯(党政综合办 余鸯)为进一步促进中医药传承创新发展,提升我区中医药服务能力,充分发挥中医药适宜技术在基层防治常见病多发病中的优势和作用,根据国家、省中医药管理局和市卫健委相关文件精神及要求,有序推进路桥区中医药适宜技术推广中心建设,2月27日,路桥区基层中医药适宜技术推广(第三期)培训会在区中医院医共体总院开班,来自全区各乡镇卫生院、村卫生室的基层医疗工作者共计 170 余人参加。

区中医院医共体总院门诊办公室主任、治未病中心副主任许城娟主讲——《赵氏雷火灸治疗常年性变态反应性鼻炎技术》。

区中医院医共体总院针灸推拿科主任助理陈伯鑫主讲——《提拉旋转斜扳法治疗腰椎间盘突出症技术》。

区中医院医共体总院外科副主任管灵建主讲——《外切内扎术治疗混合痔》。

区中医院医共体总院针灸推拿科主治医师陈沙沙主讲——《伤食性婴幼儿腹泻的推拿治疗技术》。

区中医院医共体总院儿科护士长胡玲芝主讲——《敷脐治疗小儿腹泻》。

培训现场,通过理论教学、专项技术操作演示等方式,让大家详细了解中医常见病、多发病的鉴别诊断。老师们手把手进行现场教学,以便大家熟练掌握艾灸、推拿、敷贴等适宜技术,更好地服务基层群

众。参加培训的基层医疗工作者学习热情高涨,边听边认真记录,纷纷表示受益匪浅。

理论学习结束后,紧接着进行了技能操作考试,旨在进一步巩固学员们的学习成果,提升学员的实操水平。

此次推广培训班的成功举办,不仅加强了路桥区中医药适宜技术的普及,也为基层医生提供了宝贵的实践经验,进一步推动了路桥区中医药事业的发展。区中医院作为全区规模最大的公立中医医院和全区中医药适宜技术推广中心将继续推出更多符合基层医疗需求的中医药适宜技术课程,不断提升基层中医药服务能力,为中医药的传承与发展贡献力量。

医共体开展无偿献血活动



应该在献血方面起到带头作用,希望通过我们的努力,能够带动更多人关注和支持无偿献血。”区中医院医共体副主任,副院长王子宣说。据了解,王子宣已经累计献血 12 次 3800 毫升。

路南分院党员张小微说:“这是我第 5 次献血,能帮助到需要帮助的人,我感到非常高兴。”

总院口腔科护士王慧莲是全国无偿献血奉献奖金奖获得者,坚持献血 24 年,累计

本报讯(党政综合办 叶静音)为大力推进清廉医院建设工作,积极倡导“无偿献血,关爱生命”的奉献精神,保障临床用血的需求,1月10日,路桥区中医院医共体党委组织全体党员干部、职工开展无偿献血活动。党员干部率先垂范,广大职工积极响应,热血暖冬,为生命接力。

早上九时,天气虽然寒冷,但大家的献血热情丝毫未减,来自医共体不同岗位的职工满怀热忱地聚集在一起,有序扫码填写献血登记、抽血化验、排队采血。

在此次献血队伍中,有积极发挥模范先锋作用的党员干部,有奋战在临床一线的医务人员,有服务患者的护士,也有默默付出的行政人员,有坚持多年无偿献血的老面孔,还有初次挽起袖子的青年骨干。他们用实际行动传递着对生命的关爱与尊重,用颗颗爱心组成这个冬日最美的风景。

“我曾是一名外科医生,深知血液在救治患者中的重要性,作为医务工作者,我们

献血 18 次,献血量 9200 毫升,其中 2003—2004 年献成分血 70 单位。她说“从事了这份工作,真真正正接触那么多急需献血的患者家属,更深切地体会到无偿献血的重要性”。

生命呼唤血液,爱心需要奉献。抬臂、挽袖、握拳一个个简单的动作,200 毫升、400 毫升,涓涓细流汇聚成河,点滴鲜血奉献爱心。

据统计,现场共累计献血 68 人次,献血总量达 18000 毫升。

清廉医院的建设不仅仅是局限于内部的反腐倡廉,更是在于对外的社会公益活动的积极参与,这种奉献精神正是与清廉医院创建所倡导的廉洁奉公、为人民服务的理念相契合。守护生命,“医”不容辞,区中医院医共体全体职工将继续积极参与公益事业,履行社会责任,弘扬社会正能量,以实际行动为路桥医疗卫生健康事业蓬勃发展贡献力量。

「杏林关情」新时代志愿服务

本报讯(党政综合办 余鸯)为推动“杏林关情”新时代志愿服务活动深入开展,凝聚广大党员、团员、青年力量,激发志愿者参与热情,进一步增强活动影响力和参与度,助力路桥区志愿服务事业和谐发展,2月19日下午,由路桥区卫生健康局、路桥区社发集团联合主办的“杏林关情”新时代志愿服务活动启动仪式在路桥区中医院大会议室举行。区各医疗卫生单位、社发集团下属各单位负责人及志愿者代表共计 70 余人参加了启动仪式,共同吹响了新时代志愿服务的号角。

启动仪式现场,气氛热烈,暖意融融。区卫生健康局团工委书记林远介绍“杏林关情”志愿服务活动背景、目的、形式及全年规划。区社发集团党委委员、纪委书记黄明苟在致辞中表示,社发集团始终坚持以服务社会、造福百姓为己任,充分发挥自身优势,积极参与“杏林关情”志愿服务活动,为活动提供有力保障,共同营造全社会关心、支持、参与志愿服务的良好氛围。

区卫健局党委副书记、副局长王辉军,区社发集团党委委员、纪委书记黄明苟,区委社会工作部副部长、区委两新工委副书记茹桂玲,团区委副书记潘伟奇共同为“杏林关情”志愿服务活动揭牌。

区卫健局党委副书记、副局长王辉军为“杏林关情”志愿服务团队卫健支队、社发支队授旗。一面面鲜艳的旗帜迎风飘扬,象征着“杏林关情”志愿服务精神的传承和发扬。志愿者们接过旗帜,也接过了沉甸甸的责任和使命。

区社发集团团委书记陈浩瑜带领全体参会志愿者宣读志愿服务誓词。号召广大医务工作者和志愿者们行动起来,投身到“杏林关情”志愿服务活动中去,用实际行动传递爱心、传播文明。

启动仪式结束后,区社发集团、区卫健局(区中医院、区疾控中心)志愿服务团队赴路南街道李家洋村文化礼堂开展二月志愿服务——“科学养生,健康同行”健康知识普及活动。

“杏林关情”,情暖人心。相信在广大医务工作者和志愿者的共同努力下,“杏林关情”志愿服务活动必将成为我区志愿服务工作的一张靓丽名片,为保障人民群众健康、促进社会和谐做出新的更大的贡献。



我院开展国医节系列活动

□党政综合办 余鸯

为弘扬中华优秀传统文化,传承中医药精髓,让中医药更好地服务人民群众,3月17日定为“国医节”之际,区中医院开展中国国医节中医药文化宣传义诊活动走进路桥区消防大队和驻路某部队,为消防队员和部队官兵送去中医药健康服务和传统文化盛宴。

中医药文化进消防,守护“最美逆行者”

3月12日下午,区中医院的医护人员来到路桥区消防大队。首先,区中医院门诊办公室主任、治未病中心副主任许城娟为各位消防队员带来了一堂生动的健康知识讲座——《亲爱的,你健康吗?》,讲座内容丰富,通俗易懂,使大家在轻松愉悦的氛围中对健康生活和饮食营养有了更多了解,同时鼓励大家养成良好的饮食习惯,保持健康的生活方式,倡导定期进行健康体检,发现影响健康的危险因素并进行干预。

义诊现场气氛火热,医护人员为消防指战员们进行了中医体质辨识、脉诊、舌诊等中医特色诊疗服务,并根据每个人的身体状况,提供了个性化的中医养生保健建议。

“平时训练强度大,经常腰酸背痛,经过中医针灸推拿后,感觉轻松多了!”一位消防队员在接受完针灸推拿治疗后高兴地说道。除了义诊,医护人员还现场演示了拔罐、刮痧、艾灸等中医适宜技术,并讲解了相关的中医知识,让消防队员们亲身体验到了中医药的独特魅力。



中医药文化进军营,助力“最可爱的人”

3月14日上午,区中医院的医护人员来到驻路某部队。区中医院医务科主任张雪雷针对部队官兵训练强度大、容易出现运动损伤等情况,带来了一堂实用的健康知识讲座——《常见关节扭伤的穴位按摩》,重点讲解了中医防治运动损伤的知识,并现场教授了穴位按摩、经络拍打等简单易学的中医保健方法。“以前对中医了解不多,今天听了专家的讲解,才知道中医原来这么博大精深,以后一定要多学习一些中医知识,用中医的方法来调理身体,更好地保家卫国!”一位战士感慨道。

“之前肩颈酸胀,一直想去医院看看,刮痧后,感觉整个肩膀都轻松了。”针对战士反馈的情况,医护人员免费为大家开展刮痧、针灸、推拿、拔罐等中医适宜技术项目,让他们体验中医药的独特魅力。

为了让战士们能舒缓疲劳、便于日常保健,医院药剂科特别准备了中药泡脚包和养生茶,让战士们在训练后将双脚浸入热水中那一刻,疲劳全无,整个人又充满了活力。

战士们的好评传递了大家对义诊活动的真心喜爱。



传承国粹,弘扬仁德,中医药文化薪火相传

此次“传国医济世,弘中华仁德”国医节中医药文化宣传义诊活动,不仅为消防指战员和部队官兵送去了健康服务和人文关怀,更让他们近距离感受到了中医药文化的博大精深和独特魅力,增强了他们对中华优秀传统文化的认同感和自豪感。

中医药是中华民族瑰宝,传承发展中医药文化是每一位中医人的责任和使命。区中医院将以此次活动为契机,继续深入开展中医药文化宣传推广活动,让更多的人了解中医、认识中医、受益于中医,为传承中华优秀传统文化、守护人民群众健康贡献力量。

爱洒女神节

我院医疗专家团健康义诊活动暖民心

本报讯(党政综合办 赵焕)女神节前送健康“大礼”,3月7日上午,路桥街道社区卫生服务中心二楼人头攒动,路桥区中医院医共体、路桥街道妇联、路桥区党外知识分子联谊会卫健分会、官卓娅名医工作室联合主办组织的“关注女性健康,支持女性释放自身潜能,活出精彩人生”义诊活动在此举行。由我院乳腺科、妇产科、皮肤科、超声科等组成的医疗专家团队,为路桥女性市民带来一场“女神”服务“女神”的健康盛宴,她们用专业与温情为随即到来的三八妇女节增添一抹暖意。

上午8时许,社区卫生服务中心二楼已排起长队。志愿者们正仔细核对预约信息。“听说官院长在,我特意调休半天赶过来。”家住良河小区的阮女士激动地说,去年体检发现乳腺结节后一直想挂专家号,“没想到今天能和官院长面对面交流”。

义诊开始后,医疗团队和志愿者们就开始忙个不停,登记预约、引导就诊,井然有序。和往常室外义诊不同的是,这次特地留出了5个义诊房间,义诊项目包括乳腺病专家咨询、妇科病专家咨询、皮肤科专家咨询、中医针灸美容、中医体质辨识等。

超声检查室和官卓娅诊室门口首先排起长龙。总院超声科主任刘琛茹正用超声仪为患者检查。“您这个结节形态规则,建议每半年复查一次。”她轻按患者手臂示意放松,同时调出三维影像耐心讲解。

慕名寻官卓娅院长的患者很多,“今天要当好‘全科医生’,既要看病历,更要听故事。”官院长笑言,很多女性健康问题需要身心同治。

在妇科专家诊室,总院妇产科副主任罗立敏和刘丹医师耐心地接受着患者的咨询。

中医特色体验区飘散着淡淡的竹子香和草药清香。护士们正在为就诊的市民进行拔罐,这些小竹筒可不一般,它和中药包一起煮沸后,有着特殊的活血化瘀功效。

中医针灸美容室的治疗床上,总院皮肤性病科、医疗美容科主任朱强正在为23岁的王女士施火针,火针祛痘时,银针轻旋间,王女士紧绷的面部逐渐舒展。数据显示,当天参与义诊的市民达100余人。

下午1时,科普讲座在路桥街道古街文化大礼堂准时开场。春天需要美丽绽放,美丽是有方法的,皮肤性病科、医疗美容科主任朱强首先给大家上了一堂《美丽有方,医美护航》的“美丽”课程,让大家在快乐中变美;妇产科副主任罗立敏围绕《两癌筛查的那些儿-宫颈癌》则是通过科学的数据阐述了筛查的重要性以及宫颈癌的预防和治疗方法;官卓娅院长的《乳房健康从知己开始》开讲后,她结合病例通过PPT展开专业而又通俗易懂的讲解,让大家听得入了迷。

“我们想传递的是‘治未病’的理念。”官卓娅院长表示,现代女性压力过大,不懂自身调节,延后诊治导致乳腺疾病加重。此次义诊还特别设置了体质辨识、中医特色体验等项目,就是要让健康管理变得“可触可感”。

“健康她力量,展望她绽放”,这句充满祝福的义诊标语在春日的暖阳中愈发醒目。上午持续4小时的义诊和下午3个小时的科普讲座,不仅架起了医患沟通的桥梁,更在女性心中播下了关爱自我的种子。

接下来,区中医院官卓娅名医工作室团队专家将于每周三、周四全天下沉到路桥街道社区卫生服务中心坐诊,将给基层市民带来更便捷的就医体验。

医共体工会举办“庆三八”趣味挑战赛

本报讯(党政综合办 余鸯)阳春三月,万物复苏。为庆祝“三八”国际劳动妇女节,丰富女职工精神文化生活,展现新时代女性风采,3月7日下午,区中医院医共体工会在医院停车场举办了“庆三八”趣味挑战赛活动。本次活动设置了趣味拔河和毛毛虫竞速走两个项目,吸引了来自全院各科室的6支代表队,共计40名女职工积极参与。

活动现场,气氛热烈,欢声笑语不断。首先进行的是趣味拔河比赛,平日里温柔娴静的白衣天使们,此刻化身成为运动健将,个个摩拳擦掌,跃跃欲试。随着裁判的一声哨响,比赛正式开始!参赛队员们紧握长绳,咬紧牙关,双脚蹬地,身体后倾,使出浑身力气向后拉拽。一旁的啦啦队员们更是热情高涨,加油声、呐喊声、欢呼声此起彼伏,响彻整个停车场。

紧接着进行的是妙趣横生的毛毛虫竞速走比赛。每支代表队派出X名队员,骑在充气毛毛虫上,双手抓住把手,齐心协力向前冲刺。比赛过程中,队员们步调一致,口号响亮,你追我赶,场面十分热闹。有的队伍配合默契,一鼓作气冲向终点;有的队伍则状况百出,引得现场观众捧腹大笑。

此次趣味挑战活动,不仅让女职工们在紧张的工作之余放松了身心,体验了运动的快乐,也增强了团队凝聚力和向心力,展现了医院女职工团结协作、积极向上的精神风貌。大家纷纷表示,将以更加饱满的热情和昂扬的斗志投入到今后的工作中,为医院高质量发展贡献巾帼力量!

春风植百草

杏林传薪火

中草药种植活动 我院开展

□党政综合办

赵焕

春风和煦,草木萌发。3月13日上午,植树节刚过,路桥区中医院组织了一场别开生面的中草药种植活动。区中医院分管副院长王子宣带领门诊部主任许城娟,主治中医师江莉佳以及中药房青年医护代表陈智渊,在院内百草园亲手栽种了栀子、杭白菊、鸡血藤、桔梗、玉竹、白芍、益母草等十余种中草药,以实际行动践行中医药文化传承,为医院增添了一抹“杏林春色”。

植药于土,厚植文化之根

当天上午,医院百草园内一片繁忙景象。参与活动的医护人员挥锹培土、扶苗浇水,分工协作间,一株株药苗扎根土壤。许主任一边示范种植技巧,一边向青年医护讲解药材特性:“栀子清热泻火,桔梗止咳祛痰,鸡血藤活血补血……每一味草药都是古人智慧的结晶。”她表示,种植中草药不仅是美化环境,更是让医护人员近距离感知中医药“天人合一”的理念,“只有亲手触摸土地、观察药材生长,才能更深刻地理解中医药文化的生命力。”

江医师在活动中分享了种植心得:“药材的种植讲究时节、土壤和养护方法,这和中医‘因地制宜’的诊疗思路一脉相承。”她指着刚栽下的白芍苗介绍,这种药也是一种补血药,我们浙江也比较多,“中医药本就扎根在我们身边。”

以劳育人,传承杏林精神

活动现场,中药房的陈智渊是第一次参与药材种植。她蹲在地上仔细为幼苗覆土时感慨:“过去只在药斗里见过干燥的药材,今天触摸到鲜活的植株,才真正体会到‘本草’二字背后蕴含的自然之道。”她表示,这次经历让她对《神农本草经》中“药有阴阳配合,子母兄弟”的理论有了更直观的认识。

兼任治未病科副主任的许城娟表示,百草园未来将作为中医药文化教育基地向市民开放:“我们已经在每株药材旁悬挂标识牌,标注其药用价值和养生功效。患者候诊闲暇既能观赏,也能学习药食同源的保健知识,这正是‘治未病’理念的生动实践。”

春华秋实,续写千年薪火

经过近两个小时的劳作,数十株中草药在春风中舒展新叶。王院长望着初具规模的药圃说:“今天种下的是草药,更是传承的种子。希望年轻一代医护能像这些药材一样,扎根传统、创新发展,让中医药文化在新时代焕发活力。”

区中医院百草园自去年筹建以来,已种植中药材30余种,成为集教学、科普、景观于一体的文化阵地。此次植树节活动彰显了中医人“躬耕杏林、泽被苍生”的济世情怀。未来,这片生机盎然的药圃将继续见证传统医学智慧与现代健康理念的交融共生。

清廉灯谜送清风

廉洁相伴迎元宵

本报讯(党政综合办 叶静音)在传统佳节元宵到来之际,为大力弘扬中华民族传统文化,营造风清气正的文化氛围,深入推进清廉医院建设,2月10日,路桥区中医院医共体举办了廉洁灯谜迎元宵主题活动。

“纪检监察的职责是什么?”“武松酩酊上景阳,打一反腐倡廉属术语。”……活动现场,红灯笼和各色谜面相映成趣,谜面精挑细选,涉及知识面广、趣味性强,内容涵盖党纪党规、勤政廉政、成语典故等知识,同时设有常见的字谜、成语谜、食物谜等,内容丰富有趣,吸引了众多患者及家属、干部职工驻足参与。大家围在一条条谜语

前,或拧眉聚神,字斟句酌反复推敲,或结伴成群热烈讨论,欢笑声和喝彩声此起彼伏,整个活动现场洋溢着一片节日的喜悦与温馨气氛。

元宵佳节猜灯谜是我们中华民族一项传统民俗文化活动,这次灯谜活动融入了廉洁元素,使大家在感受浓浓的年味时,也感受到了浓浓的廉味。

区中医院医共体党委书记潘富表示,灯谜活动反响十分好,通过谜面或者谜底来提醒大家,寓教于乐,发人深省,未来也将多通过这种喜闻乐见的形式来开展丰富多样的清廉活动,为推动“清廉医院”建设添砖加瓦。



平衡阴阳 防治 春季多发病

□内三科 管敏国

春分作为春季的中分点,昼夜均等,寒暑平衡,但此时气候仍不稳定,昼夜温差大,易引发旧病复发或新病滋生。本文根据中医理论与现代养生知识,从节气特点、养生要点及疾病防治三方面展开分析。

一、春分节气特点与养生原则

春分是春季的第四个节气,《月令七十二候集解》称其“阴阳相半”,自然界阳气渐盛,人体气血运行加速,但气候多变,易出现“倒春寒”。此时养生需遵循“平衡阴阳”的原则,注重调和肝脾、防寒护阳、疏解情绪。

二、春分养生四大要点

- 饮食调养:**清补为主,多吃春芽。春分饮食宜清淡温润,忌油腻辛辣。推荐食用芽类蔬菜如香椿、豆芽、春笋等,富含维生素且助阳气生发。可搭配山药、银耳、蜂蜜等滋阴食材,调和肝脾功能。此外,饮用花茶(如梅花茶、菊花茶)可清热解郁,缓解春困。
- 起居作息:**早睡早起,适度“春捂”。顺应昼夜均分的特点,建议晚上11点前入睡,早晨6~7点起床。穿衣遵循“春捂”原则,尤其注意头颈、足部保暖,若昼夜温差超过8℃或气温未稳定至15℃以上,不宜过早减衣。晨练宜推迟至日出后,避免清晨寒气侵袭。
- 运动保健:**舒缓为主,疏通气机。选择散步、太极、瑜伽等柔和运动,促进气血流通。春分后适宜踏青、放风筝等户外活动,既能舒展筋骨,又可调节情绪。运动后及时擦汗避风,避免汗出当风引发感冒。
- 情志调节:**平和心态,疏肝解郁。春季肝气旺盛,情绪易波动。可通过按压太冲穴(足背第一、二跖骨间凹陷处)疏肝理气,或练习冥想、八段锦以保持心境平和。避免过度思虑,以防肝郁化火。

三、春分常见疾病及防治措施

- 呼吸系统疾病**
风险因素:温差大、风邪侵袭、花粉传播。
易发疾病:感冒、过敏性鼻炎、慢性支气管炎复发。
防治建议:每日开窗通风,用食醋熏蒸(每立方米5~10mL醋煮沸)消毒空气。
饮用桔梗菊花茶(胖大海、甘草、桔梗等)润喉止咳。
按摩迎香穴(鼻翼两侧)、风池穴(颈后枕骨下凹陷处)增强免疫力。
- 肠胃功能紊乱**
风险因素:饮食不当、乍暖还寒刺激胃肠。
易发症状:腹胀、腹泻、消化不良。
防治建议:避免生冷食物,多食健脾食材如茯苓、薏米粥。
按摩足三里(膝下3寸)、阴陵泉(小腿内侧胫骨后缘凹陷处)调理脾胃。
- 过敏性疾病**
风险因素:花粉、尘螨增多,免疫力失衡。
易发疾病:荨麻疹、哮喘、湿疹。
防治建议:过敏体质者减少接触花草密集区域,外出佩戴口罩。
饮食避免海鲜等发物,可饮用玉蝴蝶茶(木蝴蝶、甜叶菊)清肝明目。
- 心脑血管及精神疾病**
风险因素:气温波动大、情绪波动。
易发问题:高血压波动、抑郁焦虑复发。
防治建议:定期监测血压,避免晨起剧烈活动。
按压内关穴(腕横纹上2寸)安神定志,必要时遵医嘱调整用药。

四、节气养生小贴士

防病食疗方:荷叶冬瓜汤(清热利湿)、赤小豆薏米粥(健脾祛湿)。
家居防护:室内放置薄荷油或风油精挥发净化空气,定期晾晒被褥减少螨虫。
特殊人群:老年人及慢性病患者需加强保暖,儿童按时接种疫苗预防春季传染病。
春分是调养身心的黄金期,通过饮食、起居、运动的综合调理,可增强体质,为全年健康打下基础。正如《摄生消息论》所言:“顺应天时,调和阴阳”,方能在万物复苏的春季,抵御疾病,焕发

在日常生活中,鼻炎困扰着众多人群。打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等症状不仅影响生活质量,还可能对工作和学习造成诸多不便。现代医学对鼻炎有多种治疗方法,而中医在应对鼻炎方面也有着独特的智慧与丰富的经验,为鼻炎患者带来别样的康复希望。

鼻炎症状

鼻炎主要表现为鼻腔黏膜的炎症。常见症状包括间歇性或持续性鼻塞,有的患者在白天、夏季或运动后症状减轻,而夜晚、静坐或寒冷时加重;频繁打喷嚏,常常是连续性的,少则三五个,多则十几个甚至更多;大量清水

样鼻涕,严重时鼻涕会不自觉地流出;还伴有鼻痒,患者常忍不住揉搓鼻子,部分患者还可能

中医眼中的鼻炎病因

中医认为,鼻炎的发生与人体正气不足以及外邪侵袭密切相关。肺主皮毛,开窍于鼻,肺气虚弱时,卫外功能失职,风寒、风热等外邪容易乘虚而入,侵袭鼻窍,导致鼻窍气血不畅,从而引发鼻炎症状。此外,脾胃为后天之本,气血

生化之源。若脾胃虚弱,运化失常,水湿不能正常代谢,聚而成痰,上犯鼻窍,也会诱发或加重鼻炎。还有一些患者由于肾阳不足,温煦功能减退,致使鼻窍失于温养,同样容易遭受外邪侵犯,引发鼻炎。

中医治疗鼻炎的多元手段

中药调理

- 内服药方:**中医会根据患者的具体症状、体征以及舌象、脉象等综合判断,进行辨证论治。对于肺气虚寒型鼻炎,常用温肺止流丹加减。方中人参、黄芪等可补益肺气,细辛、白芷等能通窍散寒,以缓解鼻塞、流清涕等症状。对于脾气虚弱型,选用补中益气汤合苍耳子散。补中益气汤可健脾益气,苍耳子散能祛风通窍,从根本上改善因脾胃虚弱导致的鼻炎问题。而对于肾阳不足型,金匮肾气丸是常用方剂,通过温补肾阳,增强人体抵御外邪的能力,减轻鼻炎症状。
- 中药滴鼻剂:**除了口服中药,还有一些中药滴鼻剂也能直接作用于鼻腔。比如,用辛夷、苍耳子、白芷等中药制成的滴鼻剂,具有通窍止痛、清热解毒的功效。将其滴入鼻腔,可迅速改善鼻腔局部的血液循环,减轻鼻黏膜的炎症反应,缓解鼻塞、流涕等症状。

针灸疗法

- 针刺治疗:**针刺特定穴位对鼻炎有显著疗效。常用穴位包括迎香穴、鼻通穴、印堂穴、合谷穴、足三里穴等。迎香穴位于鼻翼外缘中点旁,是治疗鼻炎的特效穴位,针刺此穴可直接疏通鼻窍气血;鼻通穴在鼻唇沟上端尽头,能有效缓解鼻塞;印堂穴可调节头部气血,改善鼻部不适;合谷穴为大肠经原穴,“面口合谷收”,针刺合谷能疏风解表,减轻鼻炎引起的各种症状;足三里穴则通过调节脾胃功能,增强人体正气,从根本上改善鼻炎易复

中医如何治疗鼻炎

□内三科 朱波



鼻炎的日常预防与护理

- 饮食调理:**遵循中医“药食同源”的理念,鼻炎患者在饮食上应有所注意。多吃一些具有健脾益肺、补肾固表作用的食物,如山药、芡实、薏米、红枣、核桃等。这些食物可以煮粥或炖汤食用,既能滋补身体,又有助于缓解鼻炎症状。同时,要避免食用辛辣、油腻、生冷等刺激性食物,如辣椒、油炸食品、冰淇淋等,这些食物可能会加重体内湿

- 生活起居:**保持规律的生活作息至关重要。早睡早起,保证充足的睡眠,有利于身体阳气的生发和恢复。注意保暖,尤其是在季节交替和寒冷天气时,及时增添衣物,避免受寒。此外,要保持室内空气流通,定期清洁房间,减少灰尘、花粉等过敏原的滋生。

- 运动锻炼:**适当的运动可以增强体质,提高人体免疫力。推荐鼻炎患者进行一些有氧运动,如慢跑、太极拳、八段锦等。运动时,人体气血运行加快,可促进鼻部血液循环,减轻鼻炎症状。同时,运动还能调节人体的内分泌系统,增强机体对过敏原的抵抗力。

中医治疗鼻炎有着丰富的手段和独特的优势,通过中药调理、针灸、推拿按摩等方法,结合日常的预防与护理,能够有效缓解鼻炎症状,提高患者的生活质量。如果你正被鼻炎困扰,不妨尝试一下中医的方法,让中医为你打开一扇通往清爽呼吸的大门。

中医食疗之胃痛

□内三科 谢静



【食疗原则】

理气、和胃、止痛为主,辨证食疗。邪盛以祛邪为急,正虚以扶正为先,虚实夹杂者则当祛邪与扶正兼顾。

【辨证食疗】

(一)寒邪客胃

【证候】胃痛暴作,恶寒喜暖,得温痛减,遇寒加重,口淡不渴,或喜热饮,舌淡苔薄白,脉弦紧。

【食疗方法】散寒止痛。

【推荐食材】肉桂、丁香、茴香、红糖、大蒜、糯米等。

【推荐食疗方】

- 丁香肉桂红糖煎(《中国药膳学》) 丁香1.5g,肉桂1g,红糖适量。丁香、肉桂用温水浸透,武火煮沸,文火煮20分钟,取汁,调入红糖,每服5~10mL,日3次。

- 制大蒜(《食疗本草药》) 大蒜适量,去外皮,用醋浸泡。每次10g,嚼服,温水送。

- 小茴香粥(《寿事青编》) 炒小茴香20g,粳米100g。小茴香放入纱布袋里,扎口,水煎半小时,再入洗净的粳米同煮为粥。作早晚餐,服时酌加精盐、味精调味。

(二)饮食伤胃

【证候】胃脘疼痛,胀满拒按,嗳腐吞酸,或呕吐不消化食物,气味腐臭,吐后痛减,不思饮食,大便不爽,得矢气及便后稍舒,舌苔厚腻,脉滑。

【食疗方法】消食导滞,和胃止痛。

【推荐食材】白萝卜、山楂、麦芽、神曲、鸡内金、白芍等。

【推荐食疗方】

- 白萝卜汁(《食医心鉴》) 白萝卜、冰糖各适量。白萝卜洗净,榨汁,加冰糖适量调溶。每服100mL,日3次。

- 小麦曲粥(《圣济总录》) 小麦曲(炒黄)15g,粳米100g,煮粥。空腹食用。

- 大山楂丸(《食疗本草学》) 山楂960g,麦芽、神曲各140g,白糖840g,蜂蜜适量。将前三者共研为细末,加白糖,混合均匀,炼蜜为丸,每丸重9g。每服1丸,温开水送下。

(三)肝气犯胃

【证候】胃脘胀痛,痛连两胁,遇烦恼则痛作或痛甚,暖气、矢气则痛舒,胸闷暖气,善太息,大便不畅,舌苔多薄白,脉弦。

【食疗方法】疏肝和胃,理气解郁。

【推荐食材】小茴香、枳壳、白术、猪肚、玫瑰花、佛手等。

【推荐食疗方】

- 小茴香枳壳散(《食疗本草学》) 小茴香30g,枳壳15g。将两者微炒研末,每服6g,温开水送下。

- 玫瑰花茶(《本草纲目拾遗》) 玫瑰花阴干,用开水冲泡。代茶饮。

(四)湿热中阻

【证候】胃脘疼痛,痛势急迫,脘闷灼热,口干口苦,口渴而不欲饮,纳呆恶心,小便色黄,大便不畅,舌红,苔黄腻,脉滑数。

【食疗方法】清热化湿,和胃止痛。

【推荐食材】薏苡仁、藿香、砂仁、香椿、茵陈、苦瓜等。

【推荐食疗方】

- 薏苡仁粥(《本草纲目》) 薏苡仁、粳米各50g,分别用清水浸泡,淘洗干净,放入锅中,加清水。先用旺火烧沸,再改小火煮至熟烂即成。

- 薏仁香砂饮 薏苡仁30g,藿香10g,砂仁4g,茵陈20g,黄连3g,甘草3g。加水煎煮15分钟,去渣取汁。早晚各服1次。

- 茵陈粥(《粥谱》) 茵陈45g,粳米50g,砂糖适量。先水煎茵陈,去渣取汁,再入粳米煮粥。加砂糖,佐餐食。

(五)胃阴亏耗

【证候】胃脘隐隐灼痛,饥似而不欲食,口燥咽干,五心烦热,消瘦乏力,口渴思饮,大便干结,舌红少津,脉细数。

【食疗方法】清热生津,滋阴养胃。

【推荐食材】银耳、黑木耳、大白菜、梨、葡萄、桑椹等。

【推荐食疗方】

- 桑椹醪(《本草纲目》) 桑椹1000g,糯米500g。鲜桑椹洗净捣汁(或以干品300g煎汁去渣),再与糯米共同煮,做成糯米干饭,待冷,加酒曲适量,拌匀,发酵成为酒酿。每日随量佐

胃痛,又称胃脘痛,是以上腹胃脘部近心窝处疼痛为主症的病症。根据胃痛的表现,现代医学中的急慢性胃炎、胃和十二指肠溃疡、胃痉挛及功能性消化不良等疾病以上腹胃脘部疼痛为主要症状者,均可参照本文内容辨证食疗。

餐食用。

- 葡萄藕蜜膏(《太平圣惠方》) 生地黄200g,葡萄汁250g,鲜藕汁250g,蜂蜜500g。生地黄洗净,加水适量浸泡透发,再加热煎煮,每20分钟取煎液一次,加水再煎。共取3次,合并煎液,再以小火加热煎熬浓缩,至黏稠时加葡萄汁和鲜藕汁,再继续煎熬成膏状,加入蜂蜜,至沸后停火,待冷装瓶备用。每次一汤匙,以沸水冲化顿服,每日2次。

- 秋梨蜜膏(《本草求原》) 鸭梨1500g,鲜生姜250g。鸭梨洗净,去核,切碎,以洁净的纱布绞汁备用。取梨汁放在锅里,先以大火,后以小火煎熬浓缩,至稠黏如膏时,加入一倍的蜂蜜、姜汁,继续加热至沸,停火,待冷装瓶备用。每次一汤匙,以沸水冲化,代茶饮,每日数次。

(六)脾胃虚寒

【证候】胃痛隐隐,绵绵不休,喜温喜按,空腹痛甚,得食则缓,劳累或受凉后发作或加重,泛吐清水,神疲纳呆,四肢倦怠,手足不温,大便溏薄,舌淡苔白,脉虚弱或迟缓。

【食疗方法】健脾益气,温中和胃。

【推荐食材】黄芪、肉桂、炙甘草、大枣、饴糖、干姜等。

【推荐食疗方】

- 姜枣饮(《百病饮食自疗》) 干姜5~10g,红枣10枚,饴糖30g。干姜、红枣共煮取汁,调入饴糖稍煮。日分2次饮服。

- 高良姜粥(《饮膳正要》) 高良姜15g,粳米50g。先煎良姜,去渣取汁,后下米煮粥,空腹食。

- 黄芪建中汤加減(《疾病的食疗与验方》) 炙黄芪18~24g,桂枝6~9g,白芍12g,甘草6g,瓦楞子15g,饴糖2~3匙。先水煎瓦楞子,后入余药,煎好取汁,放入饴糖溶化服。日1剂。

需要强调的是,食疗不能代替药物的治疗,如果生病还是应该要来医院请医生诊治。具有糖尿病、高血压、心脏病等基础慢性病患者也要在医生指导下选择食物范围。春夏之交,寒热湿性交杂,请大家要注意节制饮食,不要贪多喜凉,从而引发胃肠道的疾病。毕竟不生病是最好的。最后祝愿身体健康。

守护生命的光

□供应室 吴海玲

在医院的每个角落，都有一群默默奉献的守护者。他们是站在手术台前的医生，是守护在病床旁的护士，还有一个默默无闻的岗位——消毒供应中心。这里没有惊心动魄的抢救场面，没有感人至深的医患故事，只是有日复一日的清洗、消毒、灭菌和发放。正是这些看似平凡的工作，筑起了医院感染防控的第一道防线，守护着每一位患者的生命安全。

每天清晨，当第一缕阳光照进消毒供应中心时，她们已经开始了一天的工作准备。她们穿着整洁的工作服，戴着口罩和手套，专注地处理着每一件医疗器械。清洗、消毒、检查、包装、灭菌、发放，每一个环节都一丝不苟，有条不紊，每一个步骤都严格规范。

这里的工作看似简单，实则责任重大。一件小小

的手术器械，如果没有经过严格的消毒处理，就可能成为传播病菌的媒介，危及患者的生命安全。因此，消毒供应中心的工作人员始终保持着高度的责任心和专业精神，确保每一件器械都达到无菌标准。

消毒供应中心的工作需要专业的知识和技能。不仅要熟悉各种医疗器械的结构和用途，还要掌握清洗、消毒、灭菌的原理和方法。对于骨科外来器械，每一批次的植入物都要进行生物监测，确保灭菌效果达标。

她们定期参加培训，学习最新的行业标准和操作规范，不断提高自己的专业水平。面对挑战，她们互相支持，团结协作，共同克服困难。他们的工作虽然平凡，但意义非凡，她们用实际行动诠释了“生命至上”的理念，展现了医务工作者的崇高精神。

点亮希望之光

□康复科 黄苏妮

作为一名康复治疗师，每天都在见证生命的坚韧与不屈。在这个岗位上，我深刻体会到，自己不仅是技术的执行者，更是患者心灵的抚慰者。

记得初次面对一位因中风而肢体偏瘫的患者，他眼中的无助与迷茫让我深感责任重大。从制定个性化的康复计划，到一次次耐心地指导他进行肢体训练，每一个环节都容不得半点马虎。这个过程并非一帆风顺，患者常常因进步缓慢而沮丧，甚至流露出放弃的念头。有一回，他练了很久却依旧无法独自站立，情绪瞬间崩溃。我赶忙坐到他身边，轻声安慰：“别着急，每一次努力都算数，你已经比之前进步很多了。”随后，我陪他一起复盘训练过程，找出

问题，调整方法。在我的鼓励下，他重拾信心，继续咬牙坚持。

日子一天天过去，患者的身体逐渐康复，更重要的是，他眼中重新燃起对生活的希望。看着他从最初的步履蹒跚，到后来能自信地独立行走；从言语含糊不清，到能清晰地表达自己的想法，那种成就感和满足感难以言表。

这份工作也让我明白，康复治疗不仅仅是身体机能的恢复，更是心灵的治愈。每一次与患者的交流，每一个治疗动作，都承载着他们对未来的期待。我将继续在这条道路上坚定地走下去，用专业和爱心，为更多患者点亮希望之光，帮助他们重新拥抱生活。



鸳鸯错

□内科三 朱波

江湖传言，武林中有一对璧人，男的是“玉面郎君”柳随风，女的是“芙蓉仙子”李如霜。二人郎才女貌，本是天造地设的一对，却因一场误会结下血海深仇。

话说那日柳随风正在醉仙楼饮酒，忽听得楼下传来一阵银铃般的笑声。他探头一看，只见一位白衣女子正在教训几个调戏民女的登徒子。那女子身姿曼妙，剑法精妙，三招两式便将几个无赖打得落花流水。

柳随风看得心痒难耐，当即施展轻功跃下楼去，想要结识这位佳人。谁知他刚落地，那女子便一剑刺来，口中喝道：“淫贼看剑！”柳随风大惊，连忙闪避，却见那女子招招狠辣，直取他要害。

“姑娘且慢动手！”柳随风一边躲闪一边解释，“在下柳随风，并非淫贼……”

“呸！”那女子冷笑一声，“你若不是淫贼，为何从楼上跳下来偷袭我？看剑！”

柳随风哭笑不得，只得拔剑相迎。二人你来我往，斗了百余招不分胜负。最后那女子虚晃一剑，飘然离去，只留下一句：“淫贼，咱们走着瞧！”

后来柳随风才得知，那女子正是“芙蓉仙子”李如霜。她自幼父母双亡，被师父收养，最恨淫贼。那日她见柳随风从楼上跃下，以为他要偷袭，这才大打出手。

柳随风本想解释清楚，谁知李如霜根本不给他机会。每次相遇，必定拔剑相向。柳随风无奈，只得陪她过招。久而久之，二人竟打出了感情。李如霜渐渐发现，这个“淫贼”似乎并不像想象中那么可恶。

就在二人情愫暗生之际，李如霜的师父却突然暴毙。临终前，她指着柳随风，断断续续地说：“是他……是他下的毒……”

李如霜悲痛欲绝，当即与柳随风决裂。柳随风百口莫辩，只得黯然离去。从此，江湖上多了一对冤家。李如霜四处追杀柳随风，柳随风却总是避而不战。

直到有一天，李如霜终于将柳随风逼到绝路。她举剑欲刺，却见柳随风不闪不避，只是深情地望着她。李如霜心中一颤，剑尖停在了柳随风电胸前。

“如霜，”柳随风轻声道，“若我真是凶手，为何每次相遇都不还手？若我真是淫贼，为何从未对你有半分不敬？”

李如霜愣住了。她想起这些年来，柳随风确实从未对她有过任何不轨之举。反倒是她自己，每次见面就喊打喊杀。

就在这时，一个蒙面人突然出现，狂笑道：“哈哈哈哈，你们这对痴男怨女，终于要自相残杀了！”

李如霜大惊：“你是……”

蒙面人扯下面巾，赫然是李如霜的师兄。原来他一直觊觎师妹美色，又嫉妒柳随风，这才设计陷害。

真相大白，李如霜羞愧难当。柳随风却笑道：“无妨，无妨。这些年来，我倒是很享受被你追杀的日子。每次见面，都能看到你生气的样子，真是可爱极了。”

从此，江湖上少了一对冤家，多了一对神仙眷侣。只是这李如霜的脾气，却是一点没改。每次柳随风惹她生气，她还是会拔剑相向。

人类的分类

□医务科 陈凌空

世上的生物大致分为两种——动物和植物，而动物又分为人类和低级动物，可谁知道，人类又是怎么分类的呢？好人？坏人？还是男人和女人？

世上的人千奇百怪，警察会见到各种各样的罪犯；教师会见到各种各样的学生；商人会见到各种各样的客户；身为一名医务工作者，我们当然也会见到各种各样的患者。

只要是人，就会生病，生了病，当然要去看病。在看病的过程，患者又像经过车间的流水线一样，再次进行了更详细的分类。

但凡受到了医院的不公平对待，有的患者会心怀不满，大发牢骚；也有的胸有成竹，据理力争；这样的患者我都理解，也会尽量帮他们妥善地解决问题。这种人，我称他们为“委屈人”。

但另一些患者却让人觉得不可理喻，他们如无理赖聚众撒泼，无理取闹，动不动拍桌子砸东西，直把医院当成了发泄情绪的出气筒。这种人，一味地由着自己性子来，纯属损人不利己，我称他们为“垃圾人”。

以上两种人都只是初级的，当级别上升到中级时，第三种人出现了，他们入院时彬彬有礼、客客气气，可病情一旦恶化就动起了歪脑筋，绞尽脑汁敲诈钱财，直把医院当成了免费提款机。这种人，我称他们为“勒索人”。

这三种人虽然行为不一，但都在普通人的理解范围之内，当级别上升到高级时，我们的大脑已无法理解他们的所作所为了，下面隆重推出的是第四种人——“极品人”。

在介绍这种人之前，我必须提出，他们非但行为怪异，就连自身也存在着巨大的矛盾。他们有一边住院治疗，一边烧香拜佛，甚至悄悄把风水先生都请到了医院里；有的将那老黄历翻了又翻，无论是医生用药还是手术择期都要干预，一旦选好了黄道吉日，就算胎儿尚未成熟也要立刻让他见到明天的太阳，医生若是不乖乖地遵旨，纠纷又在所难免，这样一来，影响疗效不说，还耽误病情。

面对这种人，我真的是无语了。

其实不单单其他患者，我的身边也有不少这样的人。

记得去年的春天，一个远房亲戚来院看病，是个八十多岁的老太太，由于年老体弱，各种慢性病同时发作，我便将她安排在内科病房住了下来。

经过几天的治疗，她的病情稍有好转，但奇怪的是，她竟突然提出要外出，负责医生当然不同意，当即打电话通知了我。我满腹狐疑地去了病房，见老太太正和家属小声说着话，便问道：“怎么了？住得好好的，为啥要出去？”

“这个嘛……”她呆了一呆，“有……有点小事。”

“这可不行啊，”我解释道，“你是农医保报销病人，上头有规定，不能离开医院，否则院方会因管理不当被罚款的。”

“这个……”她的眼神闪烁，望向了其他几人。

“奇怪了，”我心里纳闷，“究竟有什么事儿不能说？难道说……”我瞧了一眼一边的护士，“莫非是我们医院服务不好，你不满意吗？”

“这……嘿嘿，倒也不是。”

我更诧异了：“那是为什么呢？”

“没……没事儿，”她的脸色连连变幻了几次，支吾着道，“你去忙吧，我不走了！”说完这话，坐回了床上，看样子是要沉默到底了。

唉，她既然不说，我又有什么法子？总不能严刑拷打吧？

经过这番谈话，原因虽没弄清，老太太倒是不嚷着走了。但令人奇怪的是，几个陪护的家属

竟突然“神秘失踪”了！

这究竟又是唱的哪一出？我一头雾水，直等到当天下午天色渐黑时，几个人才回到病房。

“你们……回来了？”我忍不住问道，“怎么不跟我打声招呼？老太太午饭都没人买，我要是不过来瞧瞧，岂不是饿坏了她？”

“呵呵呵……”其中一人憨厚地一笑，“不耽误事儿，老太太有仙人保佑，饿不坏！”

“仙人？”我一脸懵懂，瞧着他们脸上既欣慰、又如释重负的表情，仿佛一个个都刚跑完了国际马拉松，又捧回了集体总冠军的奖杯似的。

这一刻，我不禁奇怪，他们究竟干了多么伟大、多么辉煌的大事，才会得意成这个样子？

“小伙子，”见到我这副丈二和尚摸不着头脑的样子，老太太终于咧开了缺牙的瘪嘴，“你别操心，老婆子我福大命大，自然逢凶化吉。”说着无比自豪地在胸前摸索了几下，发出“丁零当啷”的声响，这时我才发现，她的脖子上挂了一条约十厘米长的木制“上方宝剑”，剑柄上还系了不少小小的铃铛。

“你们说的……我咋听不懂呢？”这一刻，我人生头一次对自己的理解能力产生了怀疑。

“二表丈，”旁边一名家属拍了拍我的肩膀，笑道，“莫担心，咱一大早回了趟老家，帮老太太烧下了福碟，求了上方宝剑，此刻这里天方地圆，左青龙右白虎，又加派了白马将军贴身护卫，万事大吉，高枕无忧啊！哈哈！”

“等等等等……”我听得云里雾里，“你……慢点讲，我先消化一下，你刚才说，回了趟老家，然后怎么样？”

“是这样的，”那人见我这个“不学无数的文盲”终于对他们的知识领域有了兴趣，顿时觉得“孺子可教也”，便耐着性子解释道，“今天的日子好得不得了，咱们买了香烛，赶到娘娘庙……”又对我讲了十几分钟的天书。我一边开启“迅速吸收模式”，一边询问，凭着自己过人的领悟能力，硬是将他口中诸多隐晦的专业用语一个个地翻译了出来，最后才得出了答案——他们到庙里帮老太太祈福去了。

“哦……”我恍然大悟，“原来你们早就商量好了，为什么不直接告诉我呢？”

“嘿，你们年轻人懂啥？”老太太笑得更开心了，“这种事儿，说了就不灵了！”

说了不灵？我已无语了，难道不说就会灵？那你来医院干嘛，直接拜佛不就得了？

三天后，一个疗程的抗生素治疗终于结束，老太太的病情明显有了好转。

“嘿嘿，那个地方啊……还真是灵验！”几个家属欢天喜地地在病床前窃窃私语，无限虔诚的神情溢于言表。

唉……我瞧了瞧身边正在忙碌的医护人员，心中暗自苦笑：你们再怎么努力，这功劳也没份儿！

说来也怪，老太太出院当晚，我这个无神论者竟然梦见了神！

“迷茫的人啊，”神对我说，“你的心中还有什么执念？”

“有有有！”遇到这千载难逢的机会，我立刻将心中最大的疑团抛了出来，“这世上的人……到底该怎么分类呢？”

神说：“世人可分两种。”

“哦？哪两种？”

“第一种是鬼神论者，他们生病了，就会花钱去寺院祈求神灵保佑，脱灾消难。”

我立刻问：“那……结果会怎样？”

神说：“假如病好了，他们会说：‘这里的菩萨真灵！’”

