

区中医院医共体第一届六次职工代表大会顺利召开

本报讯(院办 颜冰洁)10月27日下午,路桥区中医院医共体第一届六次职工代表大会顺利召开。区中医院医共体党委书记潘根富、主任徐杰,总院及各分院领导班子、工会委员会全体成员、职工代表、列席代表等参加会议。会议由医共体工会副主席、女工会主席郑晓君主持。大会在全体代表共同起立奏唱国歌中拉开帷幕。医共体党委书记潘根富致开幕词。他代表医共体党委向与会的职工代表们表示了热烈的欢迎,向全体职工尤其是奋战在临床第一线的医护人员致以崇高的敬意和亲切的问候。潘书记强调,我们要以“二甲”复审为契机,不断提高医疗服务能力、服务水平。最后潘书记预祝大会圆满成功。

医共体主任、总院院长徐杰代表路桥区中医院医共体作工作报告。报告共分两部分。第一部分是2022年工作回顾,内容包括医共体主要业务指标、党风廉政工作、医疗

护理质量、医共体综合服务能力、医院文化建设、重点学科建设、医院发展面临的问题等方面。第二部分是2023年主要工作思路。

徐院长强调,新的一年,机遇与挑战并存,他要求各位代表能为医院的发展多提宝贵意见和建议,医院必将以更实作风、更优服务、更高技术,展现新担当,交出新答卷!

职工代表们分组就各项工作报告、医共体发展建设、职工切身相关的问题等展开了热烈的讨论并提出了意见和建议。职工代表的组长们代表发言,大家各抒己见、畅所欲言,切实履行了职工代表的职责。徐杰院长就职工关心的问题一一进行了解答。

各项报告结束后,与会职工代表举手表决通过医共体工作报告、财务预决算报告、高级职称自主评聘方案。团委书记凌鑫宣布通过大会决议。医共体工会主席陈凌空致闭幕词。最后,大会在《国际歌》中圆满结束。



区人大副主任郑灵辉一行到区中医院医共体调研

为了更好地推动我区中医药事业蓬勃发展,10月25日上午,区人大副主任郑灵辉、副区长汤晶、区人大教科文卫工委主任蒋辉敏、区府办副主任李赛英及区部分人大代表一行来到区中医院医共体,开展中医药传承创新发展工作调研,区卫生健康局党委书记、局长叶敏、党委委员厉天荣陪同。

郑主任、汤区长一行来到区中医院医共体总院,先后参观了中医特色社会主义核心价值观、中草药文化展示墙、超声科、康复科、中医特色墙绘、治未病中心等,重点查看了关于中医药文化建设的现场情况。

参观后,郑主任一行来到小会议室召开现场座谈会。会上,在表明本次调研目的后,区中医院医共体党委书记潘根富围绕业务情况、二甲创建工作、中医药传承创新、重点建设项目、当前面临的困难、下一阶段工作谋划等医共体重点工作,尤其对医院中医药高质量发展作了详细汇报。随后,叶敏局长对全区中医药事业发展工作进行了全面汇报。

在随后的交流研讨中,区人大代表夏发青、陈聃、区中医院医共体主任徐杰、区人大教科文卫工委专职委员蒋启斌围绕中医药文化传承、中医药文化宣传、中医人才培养、中医资金保障、中医药发展中的突破与创新等方面作了深入的交流与探讨。

最后,汤区长强调,会将本次调研的各方建议进一步梳理,开展专题研究。她同时还对区中医院医共体、区二院医共体等提出了具体的要求,鼓励要以等级创建为契机,朝着更高的目标前进,作好示范引领和带头作用,同时要传承好特色和进行创新。

郑主任作最后总结,他提出要进一步提高站位谋划全区中医药事业发展;要发挥中医特色,关注中医体系建设,重视治未病、慢性病诊疗、优势学科的发展;要注重人才队伍建设。他相信,通过大家的不断努力,我区中医药事业发展一定能再上一个新台阶,为全区百姓健康更好的服务。

区中医院主办市级继教《儿童消化感染疾病诊治新进展》学习班

本报讯(院办 余鸯)为促进儿科医师对儿童消化系统疾病及营养疾病的认识,提高对儿童消化系统疾病诊断水平,推广儿童消化系统疾病的规范化治疗,介绍该领域的新进展、新理论、新技术,12月7日,2023年台州市级继续教育《儿童消化感染疾病诊治新进展》学习班在区中医院医共体总院四楼大会议室成功举办。培训班邀请了多位全国及省、市级知名专家授课,来自省内外各级医疗机构的100余名医务人员参加了此次培训。

会议开幕式由区中医院医共体总院副院长刘云志主持。

区中医院医共体党委书记潘根富致开幕辞。“我谨代表路桥区中医院医共体党委向不辞辛劳前来参加的各位领导、专家、同仁表示热烈的欢迎和衷心感谢!”

浙江大学医学院附属儿童医院消化科主任医师江米足、温州医科大学附属第二育英儿童医院主任医师高宇、台州医院儿科主任王丽珍分别致辞。

本次继教班授课内容精彩纷呈,共有9个专题:

浙江省医学会儿科分会消化学组组长、浙江大学医学院附属儿童医院消化科主任医师、

儿童内镜中心主任江米足教授主讲:《儿童幽门螺杆菌感染诊治》、《中国儿童消化道异物诊断管理专家共识》。

温州医科大学附属第二育英儿童医院皮肤规培基地主任、儿童皮肤科主任医师高宇教授主讲:《渗出性红斑的诊治》。

台州市医学会儿科分会主委、台州医院儿科主任王丽珍教授主讲:《肠道菌群与食物过敏的诊治进展》。

台州市第一人民医院儿童生长发育中心主任应小明教授主讲:《儿童肥胖症的防治及门诊的开设》。

国家儿童区域医疗中心(中南)、广州妇女儿童医疗中心儿内科主任徐翼教授主讲:《儿童EB病毒感染诊治进展》、《儿童胆汁淤积性肝病的诊断与治疗》。

台州市医学会儿科分会委员、路桥区中医院医共体总院儿科主任刘峰主讲:《儿童肠易激综合症的诊治》。

台州市中西医结合医院普外科护士长冯敏丽主讲:《AHA儿童BLS指南解读(2020版)》。

多角度、全方位的知识解读和深入探讨,内容精彩纷呈。基于循证医学证据及现有指南共识,围绕临床关键问题,结合基础研究结果,对疑难疾病的诊治进行深入浅出的全面讲解,受到现场学员高度赞扬。

本次继教班展示了近年来儿童消化系统疾病领域的研究进展,紧贴临床诊疗,追求学术共识。促进了儿科消化专业的学术交流,未来将为积极推动区域儿童消化医学诊疗水平作出贡献。



市卫健委临床科学合理用血专家组到我院开展检查指导工作

本报讯(院办 余鸯)为进一步加强临床用血管理,促进医疗机构建立和持续改进临床用血质量管理体系,提高科学合理用血水平,保障临床用血安全有效,并为台州市采供血机构与医疗机构续签供血协议提供依据,10月11日下午,市卫健委临床科学合理用血专家组一行莅临我院检查指导工作。

本次检查采用实地查看、资料查阅和现场考核相结合的办法,专家组对照“浙江省医疗机构临床科学合理用血检查评分标准(2023版)”和“浙江省医疗机构临床用血验收标准(试行)”深入检验科,认真查阅了血库

的管理制度建设、流程设置、设备管理、人员资质等相关台账资料,并实地查看科室布局和设备配置等,并对日常工作存在的问题答疑解惑。

同时,现场抽取医务科科长或副科长1名、中级及以上临床医生5名(其中麻醉科医生1名)、中级及以上护士2名、住院医师1名、输血科和血库工作人员1名进行现场临床用血和无偿献血知识考核。

随后,专家组立即组织了反馈会议对检查过程中的情况进行了汇报,对血库质量管理体系、规章制度及检验科主任王悦华的工作成果

给予了高度评价,勉励要继续完善输血信息管理系统并再次强调加强血液保护问题,同时也针对血库存在的问题提出了宝贵的指导意见。

刘云志副院长表示,本次临床科学合理用血专家组的检查指导,是对我院输血日常工作情况的全面检阅,也是对我们进一步做好各项工作的鞭策和鼓舞。医院将逐条梳理专家意见建议,并制定相应的整改措施,不断持续改进,进一步做好临床用血质控工作,加强临床用血质量管理,持续推动临床用血规范化、科学化,确保临床用血安全。

区中医院医共体总院迎接2023年度区级医疗质控检查

本报讯(院办 余鸯)为进一步提升全区各级医疗机构的医疗质量,规范执业行为,持续提升质量安全服务能力,10月18日上午,由区卫健局党委委员厉天荣带队,一行共13个质量控制中心专家,到我院开展2023年度医疗质量督导检查工作。

检查组的专家们通过查阅台账、实地查看、现场考核、随机提问等方式对院感、护理、病历、药事、急诊、麻醉、放射、超声、口腔、临床检验、设备、病理、血液进行了全方位督查。随后召开督导检查反馈会,督导组组长厉天荣、区中医院

院长徐杰、副院长刘云志、检查组专家成员、各职能部门科室负责人、临床科室主任参加会议。

会上,厉天荣组长表明了此次检查的目的和要求,希望通过本次检查来促进医院医疗质量持续改进。

区中医院院长徐杰代表医院对检查组专家们来院检查指导表示热烈欢迎和衷心的感谢,他表示,此次医疗质控检查是对医院质量的一次检阅,希望专家们给予医院更多指导,我们会对存在的问题第一时间进行整改。

区中医院副院长刘云志就我院基本质量与安全管理情况进行了简要汇报。

检查组专家们对督查工作中发现的亮点及不足逐一进行反馈,并提出宝贵的建议和意见。各科室负责人表示,将对存在的问题进行整改,落到实处。

接下来,我院将尽快梳理检查中发现的问题,积极整改,扎实质量控制工作,提高质量控制水平,全面提升我院的医疗服务能力,为大家提供更安全、更优质的医疗健康服务。

爱在2600公里之外的 洁白美丽之地传递

本报讯(院办 赵焕)台州市路桥区距离四川省甘孜县2600公里,如果自驾,一天一夜还到不了。这两个地方,一个是浙东南千年商都,一个是刚刚脱贫5年的川藏县城。

根据路桥区东西部协作要求,路桥区中医院从2018年起对四川省广元市朝天区、甘孜藏族自治州甘孜县、泸定县的医疗机构进行对口支援,主要针对当地县级中医医院、人民医院、妇幼保健院。

对口支援5年来,从朝天、泸定到甘孜,路桥区中医院派出去的医务人员从医生、护士到管理层,累计共有13人陆续踏上援川路,截止今年11月,支援总时间达91个月。其中,支援时间最长的达18个月,最短的3个月。

今年8月30日,路桥区中医院呼吸内科副主任医师胡罗燕和儿科副主任医师杨运同时踏上飞往四川的飞机。31日上午,他们抵达了海拔4068米的甘孜格萨尔机场。

甘孜,是一个寺的名称,意为洁白美丽的地方。这个圣地对初来乍到的人并不美丽,飞机落地后不久,他(她)们的血氧饱和度已经明显下降,气喘、头疼,高原反应开始启动。农历七月的甘孜阳光烈得灼人,气候很干燥,加湿器需要24小时全开才能保持一定的湿度。

“我的血氧饱和度已经降到了74%”,刚到甘孜时,平日里酷爱运动的杨运高原反应明显比胡罗燕重,除了走路气喘外,他还会时不时头疼。过了四五天后,两人渐渐适应了当地的气候。

他们本次支援的是甘孜县人民医院,胡罗燕在内科兼感感染科,杨运在儿科。

胡罗燕的援川故事

甘孜县人民医院海拔3390米,氧含量低,交通不便,前来就医的患者多以藏民为主,很多都是牧民,他们的医疗知识相对落后。就诊患者中,由于民俗习惯等各种原因导致的呼吸重症疾病较多,如重症肺炎、急性呼吸衰竭、急性心力衰竭、急性肺水肿等,也有人前来就医时已经命悬一线。



为了提高呼吸系统疾病的诊断率,甘孜县人民医院在早前几个月就购置了电子支气管镜,但是因为买来后没人会用,这支镜被堆放在库房吃灰。

“面对这种情况,必须让它物尽其用”,胡罗燕和同去的区二院主管技师阮媚超,和甘孜县人民医院内科的医务人员一起,积极筹建开设支气管镜室,选址、布局、流程设计、洗消设备选购、操作区域规划等,包括医护人员感防护知识、洗消知识培训等,每一个细节都不放过。

在胡罗燕的指导下,经过多次培训,甘孜县人民医院终于在11月14日开设并启用了支气管镜室。

电子支气管镜作为国内较先进的肺部疾病的检查方式,对绝大部分的肺部疾病都有很好的

诊断和治疗意义,一般内地资质稍好的医院都会利用它帮助诊断。在甘孜这个呼吸系统疾病多发的地区,早日开展支气管镜检查迫在眉睫。

支气管镜室开诊首日,胡罗燕就和科室的医生们成功开展了1例电子支气管镜检查术及灌洗术,术后无任何不适。患者是一名56岁的女性,肺大片炎症伴实变,咳嗽1月余,且有肾包虫、肝包虫、肺包虫病史15年,考虑病程较久,所以给予支气管镜检查加灌洗。支气管镜进入一方面是检查,另一方面可视情况下精准吸除难排的痰液,灌洗后稀释痰液再进行吸除。“太感谢您了!”,患者术后轻快的坐起身,对医生连声道谢,并自述觉得痰少了,呼吸畅快了。

第2例是一个71岁的阿婆,她咳嗽、咳痰伴

痰中带血10余天了,CT提示右肺中叶、下叶部分实变影,经治疗1周左右,痰中带血症状未见明显好转,考虑为高龄老人,痰中带血且有影像学实变影,不能排除肿瘤可能。此时,经患者同意后,进行了支气管镜检查,未见新生物或管腔狭窄,考虑为炎症所致,后续将进一步加强抗感染。此次检查对该患者下一步诊治进一步指明了方向,更有利于临床诊疗。

此项技术的开展填补了甘孜县人民医院呼吸内科专业技术领域的空白,将为更多的呼吸系统疾病患者带来福音。

除了开展支气管镜检查外,胡罗燕和杨运还积极带教当地医生,指导治疗方案的修订和病历书写规范,提高临床医生阅片能力,参与下乡义诊等。

杨运的援川故事

甘孜拥有雅江贡嘎雪山、稻城亚丁等著名景点,美丽的雪山有着非同寻常的宁静与纯粹,洗涤着凝视它的人的心灵。胡罗燕和杨运无暇转山,只能在下班后偶尔远眺。

杨运所在的儿科由于医生紧缺、诊治水平不高,不少危重、疑难患者都向州一级及成都市级医院转诊。

为了尽快改善这种局面,杨运针对科室医务人员加大业务指导,在提高重症新生儿抢救成功率、提高病历质控水平方面没少下功夫。

经过了三个月的亲身认真带教,在他的带领下,甘孜县人民医院儿科积极开展了新生儿洗胃、新生儿气管插管新技术。儿科门诊患儿就诊人次大幅提高,转诊率明显下降,住院危重症患儿治愈率持续上升,受到了当地患者及家属、医护人员的一致好评。

“川”越千里,“援”满归来!

近日,胡罗燕和杨运已经从天府之国回到路桥,圆满完成了为期三个月的援甘医疗任务。

任务已经结束了,但爱在2600公里之外的洁白美丽之地还在传递和延续着。

气管切开后艰难康复路

康复治疗 成功拔管!

本报讯(院办 余鸯)“谢谢!谢谢章主任,谢谢医生、护士、康复师的帮助!”近日,区中医院医共体总院康复科,为一例71岁截瘫伴气管切开的女性患者林某实施了综合康复治疗,成功拔除气切管。

据悉,该患者在一年半以前不慎从2米高楼梯上摔落,造成全身多处骨折,脊髓损伤。在浙江大学第二附属医院做完手术后,遗留四肢活动不利,气管切开状态,坐位、立位不能,辗转至杭州及本地康复医院治疗一年有余,康复无明显进展。

“杭州专家都看遍了,说没有希望了,以后都这样子了。”林某认知良好,思维敏捷,对此感到非常痛苦,家人也十分焦虑。机缘巧合之下,林某来到路桥区中医院康复科就诊,在听取了患者及家属的诉求之后,,康复科章明勇主任对林某进行了细致地评估,包括呼吸功能、运动功能、认知水平以及精神状态等方面,带领康复团队针对林某的病情制定了针对性诊疗方案,给予肺康复训练、瘫痪肢体综合训练、神经肌肉促进技术、核心肌群肌力训练,配合护理团队良肢位摆放、气切管管理、监督康复治疗后的床边练习,并多次组织康复团队会议、疑难病例讨论调整治疗策略。

在历经半年的努力之下,林某终于能够成功拔管,并能独自坐位,搀扶下稍能站立,刚拔完气切管的病人林某历经一年半后终于再次发声!她反复的诉说着对路桥区中医院康复科医疗人员的感激,一直念叨着应该早点来这里看病!“接下来拔了鼻导管,我就能正常吃饭了。我现在还要继续锻炼,我想走出康复科!”林某对未来充满了希望。

区中医院医共体总院康复科不忘与时俱进,每年均派专业人员前往上级医院学习先进技术,及时更新引进新技术,打破科室壁垒,开展多学科协作。先后成立了吞咽治疗小组、心肺康复小组、骨科康复小组、神经康复小组等,为病人的康复提高最佳的治疗方案,让患者能够得到准确的诊断、有效的治疗。目前,康复科已经做到满足本地区康复病人的需要,为他们减轻家庭社会的负担,使病伤残者重拾信心,重返社会。

下梁小学中医药拓展课走进区中医院

本报讯(院办 颜冰洁)中医药是中华文明的瑰宝,是打开中华文明宝库的钥匙。为传承中医药文化,提升青少年中医药健康素养,12月7日下午,路桥区下梁小学中医拓展课的小朋友们第二次来到区中医院,“零距离”接触中医药,感受中医药传统文化魅力。

小朋友们第一站来到门诊三楼的国医馆,国医馆古色古香经典优雅的氛围吸引了孩子们的目光,在这里,治未病中心主任许城娟带来了一堂风趣幽默的健康知识讲座——《望闻问切——中医四诊》,孩子们初步了解了中医师的看家本领,只有日积月累的沉淀,才能练就治病救人的火眼金睛。

了解了望闻问切,就需要实战体验一番,在主治中医师江莉佳的诊室里,孩子们纷纷举起小手,迫不及待想要体验一把神奇的切脉,从望面色、舌苔到听声音闻气味,再到问寒热问饮食,江医师认真仔细的给孩子们一一讲解,让大家直



呼不可思议。

随后孩子们参观了治未病中心的中草药展示区,在这里,新鲜的中草药标本吸引了孩子们的注意力,各种各样的中药香囊、火罐竹罐、中药茶饮,让大家目不暇接。

区中医院把“健康摊”摆到居民家门口

本报讯(院办 赵焕)为加强市区文明单位“双百结对、共建文明”,贯彻落实“预防为主、生命至上”消防安全政策,促进健康科普在村居、社区等地落实,传播中医药文化,提高公民健康素养,促进健康路桥建设,区中医院组织开展健康科普服务上门活动。

11月17日上午,区中医院健康科普文明医疗服务队走进路桥路南街道国珍花园。昨天还是凉飕飕,伴随着服务队的到来,今天的太阳格外温暖。一大早,服务队就来到方家礼堂门口广场,支起了方桌,摆起了“健康摊”。摊位里有吆喝中草药的、要送药的、有给人测量血压血糖的,还有手提灭火器教人怎么灭火的。首先开张是测量血压的,只见治未病科中心主任许城娟规范

熟练地为市民测量血压,康复科医师陈晨则客串起测血糖的任务来,而中医师江莉佳更是拿出我院绝活中医脉诊,在另一侧,药剂科主任罗金丹和她药房的成员们先是科普中草药,接着又开展免费送药来,保卫科副主任林伟一手拿起灭火器,一手拿起消防传单,开始他的表演。现场好不热闹。

“你们现在不走吧,我把我80岁的老妈妈背来检查一下”,来自四川的夏女士连忙问道。“不走,不走,我们等你!”服务队的天使们应声甜蜜而温暖。血压计、血糖纸是最忙碌的。那边送药以及咨询的也络绎不绝。过了好一会儿,夏女士一个人沮丧而来。“能不能请你们到我家去,我背不动我妈妈!”“当然可以。”许城娟、陈晨来到夏

女士的家中,只见一个年近八旬的老太太安然坐在一个没有扶手的板凳上,血压一测,高了!而老太太的女儿夏女士血压更高。服务队提醒她们务必注意控制血压,还送她一些降压药。

在前来参加健康科普服务的市民中,不少被监测血压的市民血压都偏高,这让服务队担忧起来。借着难得的机会,许城娟讲起了立冬节气的养生,很实用。药剂科李芳讲起了用药的注意事项,使得一些经常服药的老年朋友更加清楚服药的注意事项。

正值立冬节气,天气寒冷。服务队到家门口就像冬日暖阳,温暖着日渐年长的老年朋友。本次活动由市级文明单位区中医院和李家洋村行政村结对共建。

弘扬中医药文化|区中医院医共体开展“世界针灸日”健康讲座

本报讯(院办 颜冰洁)为进一步弘扬“未病先防、瘥后防复”的健康养生理念,引领大众健康生活习惯养成,促进全民健康,推进中医针灸文化发展,2023年11月22日下午,区中医院在三楼国医馆开展第十届世界针灸周活动。

区中医院医共体总院针灸推拿科医师韩浩

杰通过PPT的方式,详细介绍了中医针灸主要经络腧穴以及常用穴位的保健和养生,并进行现场穴位按摩教学。讲座结束后,现场进行了积极的互动,对于患者提出的问题,韩医师耐心的进行解答。

在场的患者朋友们纷纷表示学到了很多,在今后的生活中,他们将树立健康的生活理念、养

成健康的生活方式,并在学习和生活中了解中医,养成良好的生活习惯。

此次世界针灸日科普活动,深入开展中医修身防病特点,普及了中医健康知识,通过活动大力弘扬了传统中医文化,形成了良好的健康促进氛围。区中医院将继续发展中医文化健康宣教,倡导绿色健康养生理念。

新年愿望

Happy New Year

2024新年愿望

我已经开始布局我的2024了

□院办 余鸯

记得王朔在《顽主》中写过一句话：无聊的下一步就意味着堕落。仔细想想，过去的一年，似乎很多时间都是在堕落者中度过的。为了新来的2024不会像往常一样无聊，我决定提前布局这新的一年。

1. 做具体的事，少内耗

以前做事，我总喜欢瞻前顾后，纠结不定。

想学摄影，怕自己没天赋；想去健身，怕自己坚持不下来；想学短视频制作，又怕自己错过了风口。所以浑浑噩噩一年下来，体重一点没降，技能也一个都没学会。看着别人变美变瘦变富有，说不羡慕是假的，但除了内耗，自己又好像什么都没做。所以新的一年，我打算认真去做一件一直想做的事，没有结果也好，不被人看好也罢，就专注自己本身，脚踏实地一步一步去做。这样就算失败了，也知道哪条路不适合自己。对抗焦虑、内耗最好的办法，就是去做具体的事情。

2. 接受任何人的离开

这一年，我告别了很多。渐行渐远的朋友、生病去世的家人，恍惚间发现，还留在身边的人已经屈指可数了。曾经有很长一段时间，我接受不了任何朋友跟我感情变淡，一旦察觉我们没有以前那么好了，我就会穷追不舍每天给对方发消息，死乞白赖地缠着对方。我以为只要我足够努力，感情就不会消失，但后来发现，真正要走的人是留不住的。人生这样列车，任何时候都可能会有人上车有人下车，没有人能始终陪着另一个人走完全程。我们只要相伴过一程，就足够了。

3. 照顾好自己的身体和情绪

年龄越大，身体的问题也越多。而这些问题解决方式几乎都是：别熬夜、规律饮食、别生气、多锻炼。想必很多人都跟我一样吧：经常熬夜加班或者熬夜追剧，头发大把大把掉，皮肤一天比一天差；一日三餐的饮食极其不规律，大多数时候都是点外卖，吃多了高油高盐高热量的外卖，身体变得一天比一天拉胯；跟人打交道的时候，总会被一些奇葩的人气到，想不明白怎么会有这样的人。最后生气的是自己，失眠的是自己，长结节的还是自己。所以新的一年，真的要好好照顾自己的身体和情绪。少熬夜、多锻炼、规律饮食、凡事想开点、放下助人情结，尊重他人命运。

把自己活得开心健康点，比什么都重要。



但愿美好在 岁月常如新

杏林之光

□陈凌空

千年传承永济世，
枯骨再生立壮志。
博大精深华夏医，
妙手回春病痛离。

以心为田

□内三科 朱波

每个人都曾迷茫过，在人生的十字路口，不知道如何抉择：向左还是往右，这是一个问题。现在社会，很多人感觉到各种压力，他们在上班和上进之间，却选择了上香；小学生呢，有一些可能在做题和作业之间，却选择了做法（蒙题）。

在物欲横流的当下，乱花渐欲迷人眼。守住一片自己的心田，闲时自娱自乐，忙时挥锄播种，躬耕于自己的心田也是一种赏心悦事。在门诊时常会遇到一些人暂时被一些或大或小的事情迷住了双眼，陷入痛苦的深渊，胸闷不适，抑或夜不能寐等等，中药我除了疏肝解郁之类，总会提些小意见：有空你可以去爬爬山骑骑车，或者去看看喜剧电影或者小

品之类等。

其实能守住本心的人，在古代也不容易。历史上很多名人，都在自己的心田种了自己喜欢的植物之类。“采菊东篱下，悠然见南山”的陶渊明，他的心里可能种了满园的菊花；“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”的周敦颐，他的心里估计养了满塘的荷花；“轻轻的我我走了，正如我轻轻的来”的徐志摩，他的心里大概栽了一片玫瑰花。

当你的心田不再荒芜，思想不在散漫，思维不在呆滞。那么当你面对生活中的各种困难的时候，会有一股神秘的力量陪你前行。当你孤独时，那片心田会幻化出各种人物，发出欢声笑语，让你充满快乐；当你痛苦时，那片心田会幻化出一位位智者，陪你度过艰难岁月。

一人一筐 | 让错拿不再发生

收款室的这项改进很温馨

□收款室 林群英

“科室工作无小事，于细微处见温暖。我们收费处小小的窗口，代表的是整个医院的大形象”，近日，区中医院收款室一项小小的改进很温馨。

“由于经常碰到患者来窗口办完支付业务后，出现漏拿或错拿的情况，经过我们科室全体同事的讨论，现对患者采用‘一人一筐’的形式，这样既能避免患者在

窗口办完业务漏拿或错拿东西，也避免了患者来回跑的折腾”，收款室负责人张波介绍说。

这小小的举动得到了患者的好评。经常来院看病的王阿婆看到窗口的小小改变，笑地合不拢嘴说：“这对我们年纪大的人很好用，以前我老是漏拿，有时还拿错别人的，这样一弄我就不会漏拿或错拿别人的了。”阿婆竖起了大拇指点赞。

爱之剑

□内三科 朱波

奇奇是花园小学二年级的学生，喜欢上网，不，准确地说是沉迷网络。

放学后，奇奇回家总是准时坐在自己房间电脑桌前上网。父母叫他做事总是推三阻四，就算到吃饭时间也是催了好久才出来。

有一天下午，奇奇在房间疯狂开赛车，突然，电脑屏幕一暗，有股强大的吸力把奇奇往电脑里拽，奇奇挣扎不过，“咻”一下被吸进电脑了。

奇奇醒过来，发现旁边都是小朋友，有的在哭，有的在聊天，有的在发呆…。在奇奇环顾四周的时候，一个漂亮的小姑娘向奇奇走来，“你好，我叫莎莎，你是刚被电脑吸进来的吧？”

“是的，请问这是哪里？”奇奇发愣道。

莎莎靠近奇奇，轻声说：“这里是黑巫师城堡。”

“黑巫师城堡？”奇奇难以置信。

“哈哈，你是不是每天沉迷上网？在这里的人，都是在玩电脑的时候被抓进来的。”旁边一个戴眼镜的小男孩拍了下奇奇说道。

“我……我……”奇奇无语了。

“为什么黑巫师要抓我们？”

“因为黑巫师说沉迷于上网的孩子以后是没有前途的，既然以后要被社会抛弃，还不如现在成为他的宠物或者雕像。黑巫师每天会来带走一个孩子。”

“嘘——小心”有人提醒到。

走廊上传来一阵急促的脚步声，接着门口响起一串刺耳的尖笑。

门自动开了，一个全身黑衣的男子走进来，面容极度扭曲，让人一看就生厌。

黑巫师环视了一圈，随手一抓，就把一个小男孩拎走了。

“不——我不要去——”小男孩呼喊着。

直到声音渐渐远去，房间突然变得很安静，但每个人的心里都波涛汹涌，充满恐惧。

正在这时，一只小老鼠窜进房间，人立而起。“孩子们，别害怕，我是来救你们的。”

大家都吃惊的看着这只老鼠，说不出话来。

“孩子们，我是森林仙女，被黑巫师暗算，施了魔法，变成现在这样。”小老鼠停顿了下。

周围开始骚动起来了。

“但别担心，我这里有一把‘爱之剑’，需要99滴‘改过自新’的泪水和99句虔诚的咒语才能开启。等‘爱之剑’开启，就是黑巫师的末日了。”

奇奇一想起父母对自己的关爱和辛苦，而自己却沉迷在玩游戏，一想到这，眼泪就哗哗得流出来。奇奇暗暗下决心：我一定要戒掉网瘾，重新开始。

其他小朋友受了奇奇的感染，也嚎啕大哭起来。

等到‘爱之剑’集齐99滴‘改过自新’的泪水，剑身变得晶莹剔透起来。这些眼泪，有的充满伤心，有的充满后悔，有的充满愧疚……

“很好，孩子们！”森林仙女激动地说，“现在大家都跟我念一句咒语，就可以让‘爱之剑’斩杀黑巫师，破除所有的黑魔法。”

“大家跟我念：文明上网，关爱他人。”森林仙女说。

“文明上网，关爱他人。”孩子们异口同声说。

说完，‘爱之剑’光芒大涨，直接飞出房间。

“奇奇，醒醒，该吃饭了。”

奇奇揉揉疲惫的眼睛，发现自己趴在电脑桌上睡着了。

“玩电脑都玩睡着了，以后注意点。”母亲责怪道。

“好的，我以后不会再沉迷上网了，我会合理安排时间的。”奇奇大声说，说完抱着母亲流出既幸福又悔恨的泪水。

后来，父母发现奇奇的确变了：抢着做家务，认真学习，不再整天泡在网上过周末了。

