岁月需要陪伴

最近高亚麟在一档综艺里说的一番话让我印象很深刻，他说：“父母是我们和死神之间的一堵墙，父母在，你看不见死神，父母一没，你直面死神。”我不知道怎么形容听后那一刹那的感受，只感觉到心里五味杂陈，像是一块重重的石头压在心房，半天也透不过气来。仔细想来，父母有时候真的是一个不敢谈及的话题。

想起昨天和母亲通话，她说给她买的衣服已收到，尺寸合适，款式喜欢，言谈之中看得出来母亲很高兴。不一会儿，电话那头的她又开始调侃自己，说现在身材没以前好了，皮肤也没之前紧致了。说着说着，她就把电话给了父亲，父亲言语木讷，不像母亲那般与我聊得来，一瞬间我也不知如何接话。临了只道了一句，爸你自己记得保重身体。

曾有朋友和我说，一个人努力久了，漂泊久了，看过了许多的灯影繁华，可是只有自己知道，你手里引以为傲的自由，值得几许代价。如今的我们，容易孤独，所以也很脆弱，这份脆弱需要很多爱来支撑。和父母通话，与朋友抱怨，陪自己和解才能使自己感觉到完整。

其实我挺能理解她的，因为我也常常进退两难，出路不明。我的工作让我有很多很多的相逢，也因此有很多很多的别离。尽管如此，我也很难衡量，与父母的沟通占了多少比例，为了追寻理想，是需要多少意志力啊，但当你决定放下坚持的随性所欲，就能推开更多的门。

我是个心情跟随季节与温度变化的人，一到夜晚，那些思绪以及回忆便会跑出来杀人。在写了那么多的文字之后，其实暂时已经没有多余的话想说，不知道是不是为了逃避什么，又或者是本就知道有些事情会慢慢的湮没在时间的轮回里。

闲暇之余，也很害怕时间过得太快，多的是遗憾，遗憾我们留不住时间。我的父亲很平凡，什么都给不了我，却又什么都给了我。岁月的长河让他从意气风发的少年变成了无数老头里，平凡无奇的一个。他言少寂静，也不再与我谈笑风生，只是在我与母亲快结束通话时，和我道一句，在外平安就好。

母亲的眼神也越来越差，曾经引以为傲的针线活，现在也只能做做停停。唯一让我欣慰的是，母亲爽朗的性格一直没变，处事大大咧咧，好像只有这样，我才能清晰的感受到母亲的温度。这就是她，她没变，就很好。而我也越来越沉溺于熟悉的事物，母亲的饭，父亲的茶，总能让我安稳。

我享受这被爱包围的感觉，轻柔舒服。曾经踏入人海不再回头的我，现在有时间看着母亲做饭，洗衣，缝一颗掉了的纽扣，就是这样的简单琐碎，就已经觉得满足。 （产后保健科 王丹）

后怕

1月3日，因前置胎盘正在住院保胎的张晓丽睡梦中突然感觉裤子湿了，第一反应是破水。老公一看，顿时慌了，大量的鲜血直往外涌。闻讯赶来的值班医生和护士立即着手抢救，准备急诊剖宫产。

张晓丽于03:50在硬膜外麻+全麻下行剖宫产手术，因产时出血多，胎盘剥离困难等，又做了双侧子宫动脉结扎术+B-lynch缝合术+宫腔纱条填塞术+子宫前壁螺旋缝合术+宫颈右侧蝶型缝合术+盆腔粘连松解术，术中出血量累计达4000ml。大约6个小时后，生命体征逐渐平稳，出血量慢慢减少，然后转入MICU继续观察。

转入MICU后，我是张晓丽的责任护士。这期间，她仍有间断阴道出血，腹腔引流液为暗红色，术后48小时阴道出血+腹腔引流血液达到2212ml，经过各种相关治疗和输血800ml后，阴道出血及腹腔引流量渐少，病情也渐渐平稳。

1月6日，张晓丽手术后的第3天，上午9点多，莫应萍主任查房过后，精气神已经恢复到接近术前的状态的张晓丽抓住我的手，感慨地和我聊了起来。

12月16日，正在家中的张晓丽毫无征兆的阴道出血，被家人急诊送来医院。可是入住后几天出血情况消失了，她觉得自己没什么事，就想回家保胎。莫应萍主任耐心地劝她，虽然现在没有出血，但综合检查结果，她再出血的可能性极大，且再出血时出血量会更大。张晓丽在家中是自由惯了的，住院期间要求卧床，她觉得自己没有任何的不适，所以住了几天后，又开始吵着要回家。莫应萍主任又一次耐心开导及安慰。就这样反反复复，她吵着回家，莫主任耐心劝说留下。而在这次大量出血前的白天，她还在吵着回家，莫主任像哄小孩一样的开导她：“你看你孕周这么大了，再坚持一段时间，顺利生产就可以回家了，现在已经看到希望了。”当时她还非常不理解莫主任，觉得这些诊断和话语就是危言耸听。当晚，毫无征兆的出血后，张晓丽和家人几乎被吓呆了。她说现在想想就后怕，如果当时没有听从莫主任的话，执意回了家，而她的家又远，在赣榆的一个农村。出血那么凶猛的情况下，恐怕连医院赶不到，大人和小孩就没了。多亏了莫主任，救了她和她的孩子。

张晓丽在说起这些的时候，说着说着，无声的捂住了嘴，哗哗的流泪。她说的最多的话就是“多亏了莫主任的帮助，如果没有她的负责与坚持，我和我孩子早就没有命了。当时还有点不理解她，现在想想，她是真的为我们在着想。”

2019年01月11日，张晓丽带着二胎宝宝，一子一女凑成一个“好”字，顺利出院。 （MICU 李永花）

产四 薛敏–年味

抱怨，是无能的表现

生活对每一个人来说都是一样的。但有时人与人的思想、心态、观念的不同导致在生活中出现了不同的局面，有的人过得贫苦心酸，有的人过得衣食无忧，有的人过得锦衣玉食。

在生活中，不要去抱怨任何事、任何人，也无需去羡慕别人，也无需去花时间去羡慕别人是如何成功的，我们要有一颗积极向上的心态，想想自己如何能战胜自己，如何变得比昨天的自己更强大就足以。自己的磨练和坚持，加上自己的智慧和勤劳，就会成功。

抱怨，在生活中对我们是最大的阻碍，遇到一点点的不如意或不顺心事就开始想着对自己的不公平、心灰意冷、垂头丧气、人也颓废下去。你不能总想着谁来帮你，为什么没有人来帮你。我们应该取消这种念头，不要总是抱怨生活中对我们的不公，要时刻保持着一种阳光心态，自信的生活，自己的事情自己做，不能总靠着别人帮助往上爬。我们有头脑、有双手，我们要靠自己的努力前进。但是，我们可以仔细地去观察一下我们身边的人，那些整天只会抱怨的有几个成功了？没有。反而那些遇到困难主动寻求解决办法的基本都小有成就，这就是区别，这就是你一直想不明白的。所以，你的生活不如别人那就是因为你吃不了别人能吃的苦，你不想去付出别人付出的那么多，你不去面对或者害怕面对那些困难与挫折。

古人云：“吃得苦中苦，方为人上人”，正是告诉我们在面对生活的苦于累理所应当。我们需要的是行动而不是抱怨和牢骚，只有行动才能解决问题，抱怨只能算得上是对自己无能的愤慨。因为自己没有能力或勇气去克服和改变，才会找借口和理由来推脱，才会不断地出现各种抱怨、牢骚。要想成为成功者，就必须克服抱怨心态，消除牢骚心理，用一种我能行的自信去拼搏，这样你的人生自然与众不同。

在生活中，要想真正的的活出一个像样的自己，那么就得拿得起，放得下，时时刻刻都要改正自己的缺点和不足，用自己的行动与能力不断的在实践过程中完善自己，彻底的告别抱怨。

（党政办 胡瑾）

我与外婆

今天中午去买凉面的时候，店里的人特别多，等待买面的顾客排着长长的队伍。

在我前面的是一位老人和一个小孩，从对话中得知是外婆和外孙。

外婆：“你今天下午放学回来后，外婆就回去了”。

外孙：“去哪儿？”

外婆：“回外婆自己的家啊！”

小孩耸搭着脑袋，不太高兴。 嘟着嘴，抬头对着外婆说：“你不能多陪陪我吗？”

场景很温馨，看着她们，我的思绪飘回到我的小时候，我与外婆。小的时候我特别喜欢去外婆家，每年寒暑假都毫无例外的前往。

外婆经常带我赶集，给我买新衣服，还带着带我走亲访友，每一天都接触新鲜的人和新鲜的事物，儿时的我觉得那一切特别有趣。

小时的我总觉得，每年寒暑假去外婆家是常态，我也会一直一直这样下去。但是，我忽略了生活的无常。外公身体不好，某一年去世以后，外婆身体也渐渐的不好。一年级的暑假我去看望外婆，突然发现她很多白发。小时候我特别害怕老人有白发，所以对那一幕记忆深刻。我说：“外婆，你的白发，一半是妈妈给的，一半是我给的，你以后都住在我家好不好。”外婆只是欣慰的笑一笑，也没有到我家来。外婆渐渐的失去了以往的精气神，我依稀记得，她半夜起床哭的很伤心，但是又怕吵醒我嘴巴紧紧的抿着不发出声……

外婆的精神状态和身体就这样每况愈下。外公走后的第三年，她也走了。从那之后，寒暑假我再也没有去过外婆家。

但是，我总会想念她。以前每次开学离开外婆家时，她都送我到车站，往我的兜里塞零钱，看着车缓缓的开走，到车子消失不见。每次我都先转身离开，让她看到我的背影。外婆从来没有把她的背影留给我，直到现在我才明白，看着一个人的背景逐渐远去是怎样的孤独和凄凉。

荒木经惟在《东京日和》中写过：“七月十五，不烧送神火，不让你归去。”外婆已经走了这么多年了，或许我已经习惯没有了她的日子，但是想起曾经相处的情景和她夜里的哭泣，还是忍不住会难过和想念她。

（供应室 小木）

微信为您提供
健康教育知识

人情练达皆文章

冬季是儿科呼吸道疾病高发期，随着气温的降低，流感高峰的到来，急诊输液室又迎来最忙碌的季节。输液厅内患儿的哭声，拥挤的陪护们，交错林立的输液架……勾勒出输液室护理人员持续至今的工作状态。工作中，忙了累了，护士都不怕，就怕遇到不能理解我们工作，胡搅蛮缠的情况。

某天早上9点，输液室收药台前排了长长的一队人群，收药护士紧张忙碌的收单排号，虽然忙碌但秩序还是井然有序。“你这护士什么态度，为什么不给我安排加急输液，我的孩子病情重，我要求立即给我孩子治疗！”一通尖锐的喊叫声打破了紧张有序的氛围，一位要求安排优先输液的患儿奶奶与收药护士发生了争执，收药护士耐心的把优先输液的标准详细的向这位孩子的奶奶讲解了一遍，但是沟通并未成功，还被一顿责难，护士的眼泪在眼眶里打转转。为了维持正常的输液秩序，收药护士还是坚持原则，没有给这位不符合要求的患者安排优先输液号。“你不给优先加急是吧？你等着，我去投诉你……”。

护理部，席时清主任耐心的接待了前来投诉的患儿奶奶。带着患儿奶奶到科室详细的了解事情的来龙去脉，发现患儿确实不符合优先输液标准，就和这位奶奶交流了起来：“奶奶您好啊，针对您的投诉我仔细调查过，您家孩子情况确实不符合优先输液的标准，我们的护士在收药过程中正确的执行了输液排序的相应规定，您看要不我们这样吧，我把您的要求通过广播和前来输液的患者叙述一下，如果他们全部同意您优先输液的要求，我们就给您安排优先输液治疗，如果有异议，您就只能按排队号顺序等待输液，您看这样处理您满意吗？”这位奶奶一看利用投诉要求加塞输液理由行不通，还耽误了正常排号输液的时间，安静下来不喊也不闹了，一下子笑容满面：“领导你帮我们跑前跑后，我就是想给孩子早点打上针，早点治疗，我不应该和你们护士急，你们工作忙，不打搅了，我们正常排号，你们忙……”，说完带着孩子排队输液，一场纠纷就此结束。

在这次要求提前输液治疗的事件处理过程中，席时清主任没有批评任何人，没有落任何人面子，但已经达到比直接批评更好的效果，想必以后那位奶奶不会再那样无理纠缠了。回想起来，这可能就是人情练达皆文章吧，既顾全当事人的面子又解决工作中的纠纷，给我们在场的护理人员又上了生动的一课。 （急诊 陈慧艳）

编辑部主任：许成 责任编辑：卜玉洁 刘金凤 投稿邮箱：fbytgx@126.com