



编者按

今天是第九个中国医师节。本报推出特别报道,向“生命卫士”致以最崇高的敬意。

一台仪器、一块刮板、一只水杯,没有惊天动地的分量,却承载着医者的责任与热爱,镌刻着护佑生命的温暖瞬间。

急症救治考验速度,微创求索彰显精度,薪火传承积淀厚度,他们以专业定标尺,在一次次坚守中守护百姓健康。

▼刘卫庭(右一)在基层义诊中使用便携式肺功能仪为村民进行慢阻肺筛查。



方寸仪器,踏遍乡土守呼吸

邵阳日报记者 唐颖 通讯员 阳媚



一台便携式肺功能仪,外壳有几处划痕,按键边缘微微泛白。它不昂贵,也不起眼,却是邵阳市中心医院呼吸与危重症医学科主任刘卫庭的“宝物”。

过去一年多,刘卫庭带着它跑过无数地方,只为做好一件事:把肺功能筛查送到邵阳的田间地头。

“原来是生病了,不是老了”

2024年9月,慢性阻塞性肺疾病(简称慢阻肺病)被正式纳入国家基本公共卫生服务项目。政策落地,刘卫庭心里清楚:我国慢阻肺病患病率、死亡率、疾病负担“三高”背后,是基层肺功能检查率、规范治疗率低下的现实。他做了一个决定:不等病人上门,把筛查送出去。

这台便携式肺功能仪,正是那个时候购置的,专门用于基层肺功能筛查。从2024年9月至今,这台仪器跟着刘卫庭和团队,走遍了邵阳市城区及周边乡镇的每一个基层医疗点,哪里人多去哪里。

仪器真正发挥作用的,是改变一个人的认知。

新宁县安山乡一位年过七旬的老大爷,走路喘了好几年,一直觉得“年纪大了,出气不畅正常”。义诊那天,刘卫庭把肺功能仪搬到他面前,让他吹了口气。结果出来,是典型的重度慢阻肺。

“您这不是老了,是病了,能治。”刘卫庭诊断道。

大爷半信半疑。刘卫庭给他开了吸入药,手把手教他怎么用。几周后随访,老人拉着他说:“刘医生,我现在呼吸顺畅很多了。”

“像这样的老人,我们筛查中遇到了很多。他们的肺功能已经受损多年,却一直以为只是年龄问题。”刘卫庭说,“如果等到明显气促再来,肺功能已经损伤很严重了,预期寿命会明显缩短。”

“肺功能不会说谎”

真正让刘卫庭捏一把汗的,是大祥区罗市镇

一位气促半年的老年患者。

这位患者68岁,走路越来越喘,从村卫生室到镇医院,药开了不少,不见好。家人带他去拍了胸片,报告写着“未见明显异常”,老人便再没当回事。直到义诊那天被老伴硬拽过来,他才第一次吹了那口气。屏幕上,呼出曲线出现了一个极其典型的“平台样改变”。

刘卫庭盯着看了几秒,心里一紧——这是大气道阻塞的典型表现,提示气管里可能有占位性病变。

他把老人单独叫到一旁,语气尽量放平:“大爷,您这个肺功能有问题。胸片看不到的地方,这口气看出来了。气管里可能长了东西堵住了,必须尽快做支气管镜。”他当场写好转诊单,又打电话回科室把情况交代清楚。老人最终去了医院,确诊为大气道肿瘤。好在发现得不算晚,及时做了介入治疗,气道重新通畅了。

这台肺功能仪,用最直接的方式证明:肺功能不会说谎。它只真实记录每一次呼吸的真实状态,而那一口气,有时候能救一条命。

“不仅要查,更要教会”

从2024年9月至今,这台仪器累计筛查数千人,发现慢阻肺患者600余人。在国家呼吸质量控制体系对全国1770所参与医院的评价中,刘卫庭带领的团队位列全省第3、全国第67。但他清楚,光靠团队一台一台查,永远查不完。真正管用的,是把能力留下来。

慢阻肺病被纳入公卫管理后,从“星火”“繁星”计划到2026年基层人才提升项目,国家政策“接力”出台。作为邵阳地区承接人,刘卫庭统筹的不只是筛查,更是基层能力的长效建设。团队累计培训基层医务人员400余人次,手把手教肺功能实操。

“今年的重点是对慢阻肺规范化管理‘回头看’,同时开展肺癌规范化诊治调研。查完要管,管了要好,才是闭环。”

把便携式肺功能仪收进包里,刘卫庭看了一眼计划表。这台仪器跟了他一年多,看着有些旧了。但他不在意这些,他只在意明年“回头看”的时候,那些他筛查出来的患者,呼吸有没有比今年顺畅。

一杯温水,胜过千句安慰

邵阳日报记者 易蓝 通讯员 邓央



8月14日清晨,邵阳市脑科医院老年精神病病区,高海宇端着那只深灰色保温杯,推开了病房门。

他把杯子放在床头柜角落,动作很轻。床上的李奶奶侧躺着,眼神直直地盯着墙面。入院两天,她没说过一句完整的话,护士递水,常被她挥手打掉。高海宇没急着问病情,只像唠家常一样,说今天天气真好。他说话不快,一句一顿,杯口的热气慢慢散开。大半杯水从热放到温,老人始终没有回头,只是那只总爱挥打的手,没有再抬起来。

这是他最熟悉的时刻。精神科的治愈,从来不是药到病除的奇迹,而是一杯水放凉的时间里,一点点撬开紧裹的心房。

14年前,高海宇告别驾轻就熟的内科,考入邵阳市脑科医院。彼时,邵阳的精神卫生领域还是一片待填补的空白。太多家庭困在病耻感里无处求助,太多患者被困在情绪的牢笼中无人看见。高海宇就这样,成为了一名从零起步的精神科医生。

最初的日子远比想象中难。患者突然的冲动攻击、家属的不解与焦虑、深夜值班室响个不停呼叫铃,都在反复考验着这份选择。高海宇曾被情绪失控的患者狠狠推到墙上,后背撞得生疼,也曾被焦急的家属堵在值班室门口,红着眼睛质问:“住了这么久,怎么还不见好?”他耐着性子一遍遍解释,口干舌燥,保温杯里的水凉透了,也没顾上喝一口。

“不是他们要伤人,是病在推着他们伤人。”这是高海宇后来常对年轻医生说的话。比起身体上的疼,他更清楚,病人心里的疼更久、更深。

在高海宇的诊疗理念里,治愈从来不是药物的单向输

出,而是医患之间的双向奔赴。那只不离手的水杯,常常最先“抵达”患者床边。

面对孤僻缄默的老年患者,他拉过椅子坐在病床旁,从家常琐事聊起,一杯水从热放到凉,才慢慢卸下对方的防备。面对暴躁易怒、敏感多疑的患者,他放低姿态耐心疏导,哪怕被推搡、抓伤,也只是退到一旁抿一口温水,平复情绪后,转身又带着笑意继续沟通。

2025年,医院启动“心连心,惠民行”基层巡诊,第一站是城步苗族自治县。通知刚发下来,高海宇第一个报了名。

那只保温杯跟着他上了盘山公路。义诊台摆在卫生院的院子里,闻讯赶来的村民排起长队;有常年整宿失眠的阿婆,有在外务工受了刺激、不愿见人的年轻人,还有家属推着轮椅送来的重症患者。

高海宇一坐就是一天,问诊、评估、调药,一遍遍讲服药禁忌和护理要点,连抬头喝水的工夫都没有。桌角的保温杯摆到太阳偏西,水早凉透了。直到看完最后一个病人,他才端起抿了一口。

基层缺的不只是药,更是能认出“心病”的眼睛。义诊间隙,他就在卫生院给乡镇医生开课,拿着当地真实病例讲:怎么识别早期精神异常,怎么干预轻症患者,怎么和家属沟通。有年轻乡医说,以前总觉得精神病是“疯病”,听高主任讲完才明白,很多人只是心里感冒了,早一点干预,就能少走很多弯路。

“精神卫生这条路,靠一个人走不远。”高海宇总这么说。带教年轻医生时,他严得厉害:病历书写要抠到每一个标点,病情观察要细到患者一个眼神的变化,和患者沟通的语气、语速都要反复练。可碰到年轻人害怕情绪失控的患者,他又会把人护在身后,自己上前沟通。回来胳膊上被抓出红印,他也只是端起保温杯喝一口水,笑着说:“别怕,多接触几次就懂了。”

14年,一杯水凉了又温,温了又凉。

他没做过什么惊天动地的事,只是在无数个被情绪困住的人生里,做那个递温水的人;在精神迷雾的渡口,守着一方晴空,陪一个又一个困在原地的人,慢慢走向岸边。



高海宇在查看病历,手边是陪伴他多年的深灰色保温杯。

▼王泽宇用牛角刮痧板帮患者舒缓肩颈不适。



一板通络,指尖仁心传国粹

邵阳日报记者 唐颖 通讯员 郑雯



一块巴掌大的牛角刮痧板,在王泽宇的白大褂口袋里揣了3年,被手心磨得油润发亮。

作为邵阳县人民医院中医科副主任,他不急着开方,也不急着下针。很多时候,这块刮痧板是他最先“上场”的搭档——落枕的、便秘的、面瘫的,甚至爱美调气血的姑娘,都在这一刮一拭间找到了缓解之道。

有人说中医太玄,王泽宇却用这块被掌心焐热的板子告诉患者:中医的智慧,不仅在药方里,还在手法里。

磨了3年的“老伙计”

这块牛角刮痧板,是王泽宇工作后自己买的。有意思的是,买回来不是先给病人用,而是先拿自己练手。3年下来,他没想到,当初为了练手买回来的小物件,后来竟成了他口袋里最离不开的搭档。

王泽宇粗略估算:来找他的患者里,大约有一半的人,做完治疗后他都会推荐刮痧保健;即便不做系统治疗,刮痧也是他首推的外治手段。

让这块板子真正“立了大功”的,是一位落枕的患者。

“她特别怕痛,扎针不行,点穴也受不了,只要一疼就喊停。”王泽宇回忆。当时能试的办法都试了,实在没辙,他掏出这块刮痧板,手法放轻,沿着紧张的筋膜一点点松解,由轻到重,循序渐进。

效果出奇地好。20分钟后,患者颈部活动度明显改善,紧锁的眉头也舒展开来。

“关键时刻,还是板子靠得住。”王泽宇说。从那以后,他更确信,有时候最朴实的办法,往往最管用。

留下来,是对的

说起来,王泽宇学中医的来路,带着一股少年气的执拗。

201

4年人行,至今整整12年。当初为什么选这个专业?他毫不掩饰:“爱看金庸武侠片,看里面的点穴功夫特别神,我就着迷了。”高考填志愿,所有志愿全填了针灸推拿专业。从武侠小说里的幻想,到实实在在的望闻问切,王泽宇走了一条从“迷”到“信”的路。“真正学进去了才发现,中医比我想象的还要精彩,它不点穴定人,但它真的能救人。”

在邵阳县,来找王泽宇的,多是寻常百姓。

“老百姓兜里的钱不宽裕,他们盼的是花小钱治大病。”王泽宇说,他给自己定了一条规矩:争取两三次见效,五六次结束疗程。能用手法解决的,不急着重药;能用刮痧解决的,不急着重针;能用便宜药,绝不开贵药。

王泽宇本可以去更大的城市、更大的平台,但他选择了留在邵阳县。

“让我真正觉得留下来值了的,是每一次患者看我的那种认可的眼神。”他说,“现在在县城里慢慢有了点名气,疗效也得到了大家充分的肯定,让我觉得这条路没走错。”

让医学回到生活

“不光治病,更要教会他们怎么回家保养康复。”刮痧、点穴、经络按摩,王泽宇手把手教给患者。

“在基层做中医,最大的挑战是科普。”王泽宇说,很多人对中医不了解,甚至有误解。他得想办法把原理讲清楚,怎么通俗怎么来,怎么形象怎么说。

一位便秘多年的老病号,一吃药就犯愁。王泽宇教她用陶瓷勺子每天刮大肠经,顺着经络走向,饭后刮拭10分钟。半个月后复诊,老太太笑咪咪地说:“医生,这勺子比药管用,我现在天天吃完饭就刮几下,上厕所顺畅多了!”

那一刻,王泽宇更加确信,中医的智慧,不一定在名贵药材里,也不一定在厚重的中医典籍里,它可能就在每个人都能拿起的日常器物里。

有人问王泽宇,当医生最大的成就感是什么。他想了想,说:“不是治好了多少重病,而是让多少人学会了少生病。”

让医学回到生活,让人人成为自己的医生。王泽宇说,这条路,他还会一直走下去。