

## 以恋爱心态面对人生挑战

● 郭跃武

看着眼前的这张全科医师资格证书,紧绷了一年的心情顿时放松了下来,辛苦努力终于有了回报。

随着中国进入老龄化、上海进入超老龄化社会,一些综合性的学科如全科医疗人才出现了紧缺现象,国家鼓励专科医生去进行全科医学的学习培训,考试合格取得资格后增加注册全科医疗的执业范围。

2019年底,市六医院陈方书记在一次门诊工作调研中提到了我在电台的医学健康节目《郭医生下午茶》:你的节目之所以深受听众朋友的欢迎,在于它涉及范围广,能够帮老百姓解决求医问药过程中的许多常见问题,其实质是一个全科医学科普节目,如果想要进一步提高节目质量,应该参加全科医学培训学习并获取相关的资格证书。

就这样,年过半百的我,再一次迎接挑战,进入交大医学院参加为期一年的培训学习。所学课程有8门,包括《全科医学》《医患沟通与医学伦理》《康复医学》《临床心理》《医疗临床科研》《社区预防与保健》《社区卫生服务管理》《全科常见疾病治疗新进展》等,以及半年的专科基地培训和社区卫生服务中心实习。考试除8门理论课程外,还有10余项常用临床操作技能。再一次进入医学院学习距离上一次临床研究生的学业已过去整整15年。

说实话,作出这样的选择心里是有不少压力的,毕竟岁月不饶人,以这样的年纪,在门诊繁忙的工作状态下还得每

天抽出休息时间来听课学习,看书作笔记,确实有些勉为其难。精神这关容易过,可时间一长,身体就吃不消了,每天凌晨3点都会突然醒来,再想睡也睡不着了,于是索性起来看书。又过了一段时间,空腹血糖高了,自行服用降血糖药二甲双胍不管用。曾就此专门与内分泌代谢科周健主任探讨,考虑是压力性血糖异常,有望在压力缓解后恢复。考试合格,压力当然迎刃而解,要是考试通不过呢?想不到考试还把自己考成了病人,也成全了自我观察、自我验证疾病过程的一个机会。

这一年时间里最能让我打起精神来的就是日剧《派遣女王》中的主角,一位拥有几十种专业资格证书,时薪高达3000日元的超级派遣员大前春子,一位在人生道路上不停地打造自己、提升自己的职业强人。她的人生理念是抓住工作的本质,才能抓住自己的人生。与其讨好上司和同事,不如提升技能,做好本职工作,上班和下班都做好自己该做的事情,这才是职业人生的最大意义。

医学是一门十分注重临床经验的科学,培养一名成熟的医生需要10年以上漫长的临床实践和不断更新的知识更新。法国当代著名哲学家米歇尔·福柯在他的著作《临床医学的诞生》一书中谈到现代医学存在的意义就在于注重临床经验,主张朴实的观察。在患者面前,一切理论都将陷入沉默,取而代之的是观察和经验。可以说长期的临床经验是成就一名优秀临床医生的必要条件。

今年是我执业临床医学的第30个年头,1991年中山医科大学毕业后,被统一分配到上海。怀揣一纸报到证,来到当时的上海市卫生局,再由局人事科分配至上海市第六人民医院,从普外科医生到肿瘤放疗科医生,再从肿瘤放疗科医生到肿瘤内科医生,每一步都见证了医院学科的调整、发展和变化。期间也经历了非常困难的医学影像和放射治疗专业资格考试、心理咨询师的专业培训和资格考试等。冥冥之中,似乎已做好多项全能的准备。

遥想2002年离开外科时何梦乔老院长找我谈心时所说的话:不要过分留恋单一的外科技能,多学科发展潜能和科普医学能力才是你应该多关注的。只是他不知道,在这之前外科行政主任冯昌宁曾要求我留在普外科。

19年过去,回首当年,离开外科的决定显然更适合我的职业生涯。

前段时间,医院组织安排了今年的职工体检,我的各项指标均正常,空腹血糖已恢复到正常。

这一年,我经历了又一次职业生涯中的磨砺,体会着用一种恋爱的心态来面对人生中的挑战,痛并快乐着。

## 盈到亏仅用3天

● 江泱

前段时间我和单位里一位还有没几年就退休的阿姨闲聊,问她最近在忙些什么,她笑着说:“我在学理财,基金你知道吗?”

听到这句话,我当场一口老血……在我的印象里,这位阿姨平日里就是典型的上海阿姨,家里各种家务一肩挑,单位里工作之余,就是和几个年龄相仿的阿姨聊聊天家长里短,要说理财,最多就是把钱存在银行买个理财产品,从没听说过她玩股票基金。

前些日子但凡你打开微信微博,总能或多或少地跳出一些关于基金的资讯,电梯、车站的广告投放屏也不时地提醒着你通过买某某基金,守护你的财富。市场上全面高歌猛进,形势一片大好。但是现在的情况就变得非常惨淡了。

再看这位阿姨,现在的状态就是满脸愁容,“哎,大意了,贪心了,早知道之前就抛了,3天把我这半年来的盈利都亏光了。”

其实从前段时间的基金经理饭圈化开始,市场已经形成了一种扭曲的现状,年轻的投资人纷纷跑步进场,甚至有的小朋友居然可以用基金经理的颜值来判断一个基金是否值得买,如此这般草率,实在是没有经历过市场的毒打。

不得不承认,在当今的社会,金钱对于一个人、一个家庭是多么的重要,适当学习一些理财知识,的确可以对抗一部分通货膨胀,但理财不是靠运气,如果一个人把大量的精力投入到股市,难免就会心情大起大落。

## 桂花苑

刊头书法 徐珍

## 孤星泪

● 崔立

说起来,杨晨还真是个钻石王老五。30岁出头,帅气,谈吐也可以。

杨晨开了一家公司,上百名员工,年收入有好几千万。杨晨有一套别墅,价值在千万以上。杨晨开一辆宝马车,价值一百多万。

杨晨谈了一个女朋友,女孩很漂亮。杨晨看到的第一眼就喜欢上了她。女孩问杨晨,你爱我吗?杨晨说,爱。女孩说,那我想买个LV包。杨晨说,行。女孩说,我还想买辆车。杨晨说,没问题。

那一天,杨晨一身脏乱一脸落魄地去找女孩。女孩开了门,杨晨苦着脸说,对不起,我破产了,我成穷光蛋了。杨晨的话音刚落。女孩的门就重重地关上了,再也敲不开了。

杨晨的破产,是假的。是杨晨对爱情的一种试探。

有过若干次,杨晨的试探,遭遇到的都是同一种结果。

杨晨再谈了一个女朋友,女孩也很漂亮。杨晨同样第一眼就喜欢上了她。杨晨请女孩吃饭、逛街,女孩很少买东西,即便要买,也都是买些廉价的。杨晨说,你别客气,想买什么,尽管买好了。女孩说,好的。女孩还是买得少而低廉。

那一天,杨晨故伎重施去找女孩,并和她说自己破产了,成了穷光蛋。杨



晨的话音刚落。女孩忽然就抱住了杨晨说,我不在乎你有没有钱,我在乎的是你,知道吗?杨晨一阵感动,看来女孩对自己是真心的。杨晨也紧紧抱住了女孩,并且和盘托出,那些是考验女孩的。女孩为此轻声地骂杨晨说,你这傻瓜,现在你该放心了吧。抱了一会儿,女孩说,瞧你,身上这么脏,赶紧去洗个澡吧。杨晨笑咪咪地说,好。

杨晨接过女孩拿来的衣服。女孩说,这是我爸的衣服,你先穿着吧。杨晨说,好。就进了浴室。杨晨心里还美滋滋

地,翻换洗的衣裤时,发现少了件内衣。杨晨走出去时听见女孩打电话的声音说,表哥,你这信息还真灵,他果然是假装说破产……对,对,表哥,你放心吧,我已经完全通过他的考验了。

杨晨愣愣地站在那里,脸上带着寒意,真有些不明白,这世上的爱情为什么都要以物质为基础。难道就没有真正因为相爱而走到一起的吗?

杨晨的眼前,忽然一阵湿润,很快掉下了一颗泪。

他的那颗泪就是孤星泪。

## 静心读书

● 李拴伍

一个人心中有狂乱不安的思想,必定会有言行上的悖德越规,如果心中是一片“净土”,就不会滋生出违背法纪和有损公俗良序的行为。自古读书益于身,读书是守住心中净土的好法宝,因为读书心则静,心静则不会“任性”,心被书占,心就安,读书心悦,情就好。

静心读书,为思想觅得净土。静心而读,就知道“民无信而不立”,就懂得“信为立身处世第一要务”的道理;静心而读,就知道“微小善举,贵如千金”的美德不能丢,底线不能越;静心而读,就知道我们应当承担什么样的社会责任,自己应努力成为什么样的人。

静心读书,为行为觅得正道。静心而读,知家国情怀,懂没有大家就不会有小家幸福的道理;静心而读,涵养品德,遵法守纪,就不会信谣传谣、妄议,干事不越红线。静心而读,就会明白“存心不善,风水无益”“妄取人财,布施无益”之意。

静心读书,为生活觅得幸福。当我们迷途无望,对生活失去信心之时,不妨静下心来,静心读书,看看圣贤古人怎样生活,看看那些无私奉献、遇难逆行、奋勇前进者怎么看待生活,看看在困境逆境中拼搏出一条光明大路之人如何生活,怎样笑对人生;静心读书,会慎交友而睦邻好,懂得经营家庭,上孝下爱,谦让尊敬,包容大度,教子有方,家和万事兴。