辞旧迎新 许下心愿 守护健康

从一口好牙开始 守护每一份灿烂笑容

□李璟

▲绘画作品

在广州市海珠区的大街小巷，你或许曾遇到过这样一群人——他们身着便装，肩扛牙椅，穿行在敬老院的走廊里，站立在小学的讲台前，驻足在社区的广场上。他们就是广州市海珠区口腔医院的牙防小组，一群特殊的“口腔健康守护者”。

有人说医院是治病救人的地方，可这群白衣使者却把诊室“搬”到了需要他们的每个角落。2025年9.20爱牙日，在海珠区一所小学里，年轻的莫医生正为一年级的孩子们讲解护齿知识。当他拿出那个硕大的牙模和牙刷时，孩子们的眼睛瞬间亮了。为了让所有孩子都能看清，莫医生盘腿坐在教室的地板上。这个看似随意的动作，拉近了与孩子的距离。不一会儿，十多个小朋友自然地围坐成一圈，像听故事般专注。莫医生一边演示巴氏刷牙法，一边用童趣的语言解释：“我们要像画圈圈一样刷牙，让细菌小怪兽无处可躲！”孩子们学着他的样子，在空中比划着刷牙的动作。有个扎着羊角辫的小女孩怯生生地问：“医生哥哥，这样刷真的不会疼吗？”莫医生笑着拿起牙模手把手地教她正确的力度。那一刻，他不是高高在上的医生，而是孩子们口中亲切的“哥哥”，可这一幕，也深深印在了我的脑海中。

这样的场景，只是牙防小组工作的一个缩影。这些年来，他们的足迹遍布海珠区的每一个角落。在敬老院，他们弯着腰，耐心地为行动不便的老人检查牙齿；在社区活动中心，他们不厌其烦地解答居民关于牙齿敏感的问题。组长陈医生常说：“我们多走一步，可能就多一个人免受牙痛之苦。”这支队伍里的人员虽有流动，但守护口腔健康的使命从未间断，“流水的营盘铁打的兵”，他们始终坚守在牙病防治的第一线。

站在2025年的岁末，作为一名牙周医生，我对新的一年有着两份朴素的祈盼。一是更精准地为患者排忧解难。每当看到患者因牙周病导致牙齿松动时，我都能感受到那份焦虑与无助。新的一年，我期待通过不断的精进技术，让更多患者重展笑颜。二是要更多地“走出去”。2026年，我将更加积极地参与到海珠口腔的牙防工作中，跟着队伍走街串巷，向广大街坊传播更多的牙周健康知识，不仅要教大家如何正确刷牙使用牙线，还要普及牙周病的早期信号，预防牙周病的重要性讲一万遍也不嫌多。我梦想着有一天，从牙牙学语的幼儿到头发花白的老人，都能够走进诊室定期检查牙齿；当人们出现牙龈肿痛，牙齿松动时，不再理所当然地认为是“上火”，是“老掉牙”，而是赶紧来到牙周科就诊，治疗牙周炎……

我想，“防患于未然”这不仅是医学的智慧更是医者的责任。新的一年，让我们继续携手，从一口好牙开始，守护每一份灿烂的笑容。（作者单位：广州市海珠区口腔医院）

跨越重洋的“睛”彩守护

□王丽丽

2025年的诊室里，一封字迹工整的英文感谢信，让暨南大学附属口腔医院（大良医院）眼科的医护人员暖意融融。这封信出自62岁旅美教师王先生之手，字里行间满是重获清晰视界的欣喜。

王先生祖籍佛山市顺德区，是香港环球教育中心的资深教师。花甲之年，他带着“落叶归根”的心愿回到家乡，依旧保持着对生活的热忱：读英文原著、跑马拉松，甚至跟着年轻人学人工智能和计算机编程语言（Python）。这份活到老、学到老的劲头，让身为接诊医生的我格外触动。

两年前，悄然下降的视力打乱了王先生的生活节奏，眼前总像蒙着一层雾，看书、工作愈发吃力。起初他以为是老花眼，直到症状加重，才在朋友推荐下走进我院眼科门诊。我先用裂隙灯显微镜细致观察他的晶状体状态，再借助眼底镜等排查眼底病变，细致比对眼压、视力矫正等检查数据，最终确诊为老年性白内障（成熟期）。

考虑到王先生长期旅居海外，习惯用英文交流，我全程切换双语模式沟通病情，没有照搬生硬的医学术语，而是把专业知识转化为通俗比喻：“您眼睛里的晶状体，就像相机的镜头，现在镜头变浑浊了，看东西自然会模糊。这种情况和老花眼不一样，靠戴眼镜没法改善，手术是最有效的治疗方式。”

我耐心地解答着他的每一个疑问，从白内障的发展进程，到手术的具体流程、术后恢复周期，再到日常用眼的注意事项，专业细致的讲解、温和耐心的态度，让初次就诊的王先生放下了焦虑。最后，我还整理了一份注意事项清单递给他。

王先生得知病情后，却因奔波于中国香港、美国之间，迟迟没能安排手术，但他始终与我保持着微信联系。我叮嘱他注意用眼习惯，避免强光直射、控制用眼时长等小知识，定期询问他视力变化的情况。这份跨越山海的牵挂，是我对“健康所系，性命相托”誓言的平凡践行。

王先生在眼科门诊检查眼睛

去年年初，王先生在美国参加完孩子的婚礼后回国，第一时间联系我，并下定决心在我们医院解决眼疾困扰，我尤为触动：手握海外优质医疗资源的他，竟毫不犹豫地选择了我们这家基层医院。“和你沟通的这些日子，我能感受到你们的专业和真诚，这份踏实感，是再好的医疗资源都换不来的。”王先生说。在我看来，这不仅是对我个人的信任，更是对我们医院、对基层医疗的认可。

术前，医院眼科团队副主任医师覃振华为王先生制定了详细的手术方案，耐心讲解了手术流程和注意事项。手术当天，覃振华凭借娴熟的技术仅用10余分钟就完成了其左眼手术，全程几乎无痛，远超王先生的预期。术后第二天，摘下纱布，清晰看到窗外蓝天绿树的王先生难掩激动：“太清楚了！没想到叶落归根，在家乡的医院也能享受到这么好的医疗服务！”

康复出院时，王先生特意写下那封英文感谢信，他说：“希望我的故事能提醒更多街坊，眼睛不舒服别硬扛，不用舍近求远跑北上广深港，家门口的医院值得信赖。”

王先生的这封信，不仅是对我们工作的肯定，更像一束光，照亮了基层医者前行的路。从穿上白大褂的那天起，“做家门口的好医生”就成了我和团队的共同信念。我们没有顶尖医院的光环加持，却扎根乡土，把患者的小事当成自己的大事。王先生的选择与认可，也让我更加坚信：即使身处基层，也能为人民群众解决实际问题；只要坚守初心，深耕专业，就能用医者的仁心仁术，守护一方百姓的安康。

辞旧迎新，愿每一位被眼疾困扰的患者，都能在家门口重见“睛”彩；愿我们医护团队不断精进技术，用更优质的服务回馈患者的信任；愿所有基层医者都能在平凡的岗位上，坚守学医初心，书写不平凡的医者担当。（作者单位：暨南大学附属口腔医院）

显微镜下的温暖坚守

□卢晓玲

去年的病理科，没有门诊大厅的熙攘，没有手术台的紧张，却藏着生命判断的“终极战场”。显微镜的微光日复一日穿透玻片，低温环境下的精准操作循环往复，病理技师们以玻片为媒，用专业与担当，在无声的世界里为患者拨开病痛迷雾，守护生命的航向。

金秋时节，桂花香漫过遵义医科大学第五附属（珠海）医院（下称“遵医五院”）的长廊，病理科内却弥漫着一丝凝重。我接过一叠手术中快速冰冻切片的申请单，甲状腺、结直肠、乳腺肿物标本的申请单整齐排列，而其中一张让我的心猛地一沉——“前哨淋巴结”五个字格外醒目，紧随其后的是患者年龄“38岁”，一下子我的心像被一根细针刺痛了。

作为病理技师，我比谁都清楚这张申请单的重量。乳腺前哨淋巴结是乳腺癌保乳手术的“生命哨点”，它的病理结果将直接判定肿瘤是否转移，决定着患者是只需保留乳房、仅做局部切除，还是要面临扩大手术甚至全乳切除的创伤。这类标本富含脂肪组织，质地松软，在低温冰冻制片中极易碎裂、出现空洞，想要切出5微米厚、完整无皱褶的切片，难度远超常规标本。那一刻，我仿佛看到手术室外，患者家属焦灼踱步的身影；仿佛感受到手术台上，患者对生命的殷切期盼。手中的申请单不再是一张纸，而是沉甸甸的信任与希望，我在心里默念：必须做到万无一失，不能让年轻的生命留下遗憾。

“标本到了！”同事的声音打破沉思。接过标本的瞬间，我清晰感受到组织残留的人体余温，那是生命的温度，更是责任的重量。科室团队迅速启动应急协作机制，取材、核对、标记，每个环节都紧凑且有序。我接过处理后的组织块，快步走向冷冻台，指尖在零下22摄氏度的低温环境中渐渐发凉，却丝毫不敢懈怠。调整冷冻切片机参数时，我反复校准数值；等待组织块达到最佳硬度的时间里，秒针的走动声格外清晰；操控切片机时，我屏住呼吸，手腕稳如磐石，一遍遍微调手摇的力度与速度——太快易导致切片断裂，太慢会影响组织形态，唯有精准把控，才能保证切片质量。

5微米相当于一根头发丝直径的十分之一，却承载着生命的转折。当第一片完整无皱褶的组织切片落在载玻片上时，我紧绷的神经稍稍舒缓，随即投入快速染色、封片的流程。染色时间需精确到秒，封片动作要轻柔平稳，每个环节都严格遵循质量控制标准，不敢有丝毫马虎。显微镜下，我再次核对切片的完整性，确保无遗漏、无伪像，才将玻片迅速送往诊断医生处。整个过程，仅用了15分钟，却像一场与时间赛跑、与技术较劲的战役。

“未见转移！”当诊断医生的声音传来，病理科内响起一声轻轻的欢呼，我长舒一口气，后背早已被汗水浸湿。那一瞬间，所有的疲惫都烟消云散——我仿佛看到手术室内，主刀医生收到结果后舒展的眉头；仿佛看到患者醒来后，得知无需扩大手术时眼中重燃的光彩；仿佛看到这个年轻家庭，重新拾回了生活的安稳与希望。每一份病理标本就像一个“盲盒”，而病理技师，便是用专业拆解未知的人。这一次，我们为这个年轻的生命，拆出了最珍贵的“幸运”。

遵医五院病理科这样的坚守每天都在发生：我们在低温环境中与脂肪、纤维组织博弈，在显微镜下与微小病灶对视，在玻片上书写着精准与担当。

有人说，病理技师是“医生的医生”，是藏在幕后的“生命裁判”。一张小小的玻片，承载的是患者的生命重量；一次精准的制片，守护的是一个家庭的完整。病理技师没有直面患者的感谢，却在每一份精准报告的背后，收获着最厚重的认可；没有惊天动地的壮举，却用日复一日的专业与坚守，为临床治疗指引方向，为生命健康筑牢防线。玻片虽小，能定生死；岗位平凡，可担大义。作为病理技师，岁末年初，我们将继续以敬畏之心对待每一份标本，以精湛技术打磨每一张玻片，在显微镜的微光中，坚守专业初心，传递生命温暖。愿每一次精准的判断，都能为患者照亮康复之路；愿每一份默默的付出，都能守护家庭的团圆与希望。

（作者单位：遵医五院）

我愿做一颗“滚雪球”种子

□何晓婷

2025年于我而言，是充满转折与感动的一年。7月28日，我作为新入职的中医师加入广州市海珠区龙凤街道社区卫生服务中心，恰逢单位承办广州市“滚雪球”培训项目，自己作为工作人员参与其中，有了一段13天的学习培训时光，不仅让我快速融入了基层医疗的大家庭，更让我深刻体会到何为“医者初心”与“同行力量”。

培训中，那场关于“AI在家庭医生服务中主攻方向”的辩论赛，正方坚持AI应优先辅助医生提升效率，反方则主张AI应直接赋能居民自我管理，双方引数据、析案例，争论激烈。但真正触动我的是赛后一位来自白云区的家庭医生骨干杨湛文的分享，他说：“技术再先进，若失去对居民个体需求的倾听，便是本末倒置。AI应是桥梁，而非屏障。”

那一刻，我恍然大悟——基层医疗的真正内核，不仅是技术的迭代，更是对“人”的关怀。作为新入职的中医师，我曾担心AI会淡化医患联结，但这场辩论让我看到，广州基层医卫工作者始终在思考：如何让技术更有温度，这种对服务本质的坚守，让我这个新人倍感温暖与鼓舞。

站在新旧交替的门槛，我心中充满祈盼。我祈盼能学以致用，融会贯通。我将努力把在“滚雪球”培训中学到的现代健康管理理念，与自身的中医专业知识相结合。特别是在社区常见的慢性病管理、老年人养生保健、治未病领域，我希望自己能探索出更多行之有效的中西医结合服务模式，比如将中医体质辨识融入健康档案，用艾灸、耳穴压豆等简、便、验、廉的中医技术辅助高血压、糖尿病的日常管理，让街坊邻居们能实实在在感受到传统医学的智慧与现代医疗的便捷。

我祈盼自己能成为纽带，传递温暖。我愿将从前辈们身上感受到的那份关怀与责任，传递给我的服务对象和同事们。耐心倾听每一位居民的健康诉求，用他们能理解的语言讲解中医知识；积极参与单位的“传帮带”活动，哪怕只是分享一个成功的小病例、一点学习心得，我也希望能贡献自己微薄的力量。我愿做一颗“滚雪球”的种子，将接收到的知识与温暖，在我所在的龙凤街道社区生根发芽。

2025年，我因“滚雪球”而感动，因融入社区医疗而成长。新的一年，我祈盼能用我所学，回馈这份感动，与所有同行者一道，继续滚动那颗名为“健康”与“希望”的雪球，让它承载着我们的初心与祈盼，在守护社区健康的道路上，越行越远，越滚越坚实。（作者单位：广州市海珠区龙凤街道社区卫生服务中心）

编者按

今天是农历一年的最后一天——除夕，也是我国人民心中最具分量的传统节日。它承载着辞旧迎新的美好期许，沉淀着数千年的民俗文化与家国情怀，是中国人最隆重、最热闹的团圆之日。在这个特别的日子里，依然有无数医卫工作者坚守在诊室、病房、实验室……为生命护航。在此，我们向所有医卫工作者致敬并特别推出医卫工作者心里的温暖与感动、新年的期许与心愿，愿您所愿与千家万户的团圆灯火一起，温暖这个时代，照亮崭新的一年。（刘欣）

是荣誉 更是动力

□曹嘉祺

近日，韶关市曲江区松山街道社区卫生服务中心（下称“松山街社卫中心”）接到樊女士及其女婿易先生特意送来的两面锦旗，以此表达对医生丘球樟的感激之情。锦旗上“医术精湛 医德高尚”“对患者如亲人 视医德为生命”的金色大字闪熠生辉，我想这不仅是对丘医生专业能力的高度肯定，更蕴含着患者对社卫中心服务的深切信赖。

原来樊女士长期饱受肩膝关节炎的折磨，日常生活受到严重限制。她尝试过多种治疗方式，均成效不佳。半个月前，她来到松山街社卫中心中医馆，丘球樟对其进行了细致问诊，并实施辨证施治。通过中药调理，不到半个月，她的疼痛就已消散。与樊女士不同，易先生则时常有怕冷、进食后胃胀的症状，经丘医生针对性地开具药方，并结合针灸调养，仅一周时间，症状便得到了明显改善。

松山街社卫中心负责人表示，新年伊始，收到两面锦旗，既是一种荣誉，更是一份动力。今后，松山街社卫中心将继续鼓励医护人员提升专业技能，努力为居民提供更优质的医疗服务。

（作者单位：韶关市曲江区松山街道社区卫生服务中心）

做种太阳的儿童康复治疗师

□陈芷敏

风是温柔的，它轻轻拂过母亲焦灼的心。在色彩明亮的感统训练室里，这位母亲也轻轻触动了儿童康复治疗师的心。

去年初秋的一个下午，小曦（化名）结束训练课后，他的母亲没有像往常一样匆匆离开，而是轻轻走到我的面前，递来一张微微泛皱的画，声音带着颤抖：“老师，这是小曦昨晚画的，他说要送给‘太阳老师’。”画纸上，歪歪扭扭的太阳用三色蜡笔涂满光芒，太阳下两个小人手牵手，母子合力写下：“谢谢您，为我们种太阳。”那一刻，我忽然懂得，过去一年所有的坚持，都在此刻绽放出光芒。

作为儿童康复治疗师，我们常说要“治愈孩子”，但2025年最难忘的是见证了一个家庭的“双向治愈”。3个月前，小曦妈妈坐在训练室角落，眼神里满是焦虑与茫然。孩子无法融入社交训练，每次小曦寻求拥抱时，她的身体都会紧绷。我意识到，只关注训练方案远远不够。

“这一个月，您辛苦了。”那天下班后，我递上一杯温水，她愣了几秒，眼泪簌簌落下。从那以后，我每天会预留时间做家庭康复指导：分析小曦的训练难点与目标，增加社交技能互动模块，分享其他康复家庭的成长故事，教她亲子互动游戏，更重要的是——耐心听她倾诉疲惫并分享喜悦。

就这样，改变也悄然发生。小曦从最初需要妈妈陪同进训练室，到能独自背着书包走来；从哭着抗拒训练，到笑着完成每一个项目。母亲紧锁的眉头也渐渐舒展，还会在孩子完成小目标时，露出由衷的笑容。

“我觉得，我能看见光了。”十月的一天，她红着眼眶，语气里满是喜悦地说。我在这一瞬间彻悟：原来我们种下的“太阳种子”，照亮了孩子的成长路，温暖了家庭的心灵。当家长从无助的旁观者，变成有方法的参与者，治愈便双向流动——孩子的进步给了家长希望，家长的松弛又滋养了孩子成长。

“谢谢您，为我们种太阳。”

辞旧迎新，我愿继续做那个种太阳的儿童康复治疗师。在训练室，在咨询室，在每一个需要光亮的角落，为康复家庭保留一束不灭的光。风依旧温柔，轻抚每一颗焦灼的心。我会继续弯腰播种，与这些坚韧的父母们一起，静静等待“太阳”冉冉升起。愿每一个特殊的孩子都能在充满爱的怀抱里茁壮成长；愿每一个特殊儿童的家庭都能被暖阳笼罩。

（作者单位：佛山市康复医院）