

若尔盖支医手记

聆听草原的

呼吸

山惠明
著

一名内科医生的
百日藏区行医
手记




浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS



山惠明

出生于红船精神诞生地浙江嘉兴，毕业于浙江大学医学院临床医学专业。

主任医师，消化内科领域的专业工作者，有多篇学术论文发表于国内各级医学杂志。爱好读书和写作。



若尔盖支医手记

聆听草原的 呼吸

山惠明
著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

· 杭州 ·

图书在版编目(CIP)数据

聆听草原的呼吸：若尔盖支医手记 / 山惠明著. —
杭州：浙江工商大学出版社，2022.5
ISBN 978-7-5178-4889-9

I . ①聆… II . ①山… III . ①散文集—中国—当代
IV . ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 060838 号

聆听草原的呼吸——若尔盖支医手记

LINGTING CAOYUAN DE HUXI——RUOERGAI ZHIYI SHOUJI

山惠明 著

责任编辑 吴岳婷

责任校对 何小玲

封面设计 东印广告

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址: <http://www.zjgsupress.com>)

电话: 0571-88904980, 88831806 (传真)

排 版 杭州朝曦图文设计有限公司

印 刷 浙江全能工艺美术印刷有限公司

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 5.625

字 数 103 千

版 印 次 2022 年 5 月第 1 版 2022 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5178-4889-9

定 价 49.00 元

版权所有 侵权必究

如发现印装质量问题，影响阅读，请和营销与发行中心联系调换

联系电话 0571-88904970

目
录

一、报名援川	001
二、紧急通知	005
三、说走就走	009
四、穿越草原	012

五、奔赴红星	024
六、初次看诊	028
七、雪域生活	037
八、业务培训	042

九、藏区师友	048
十、藏医旧事	055
十一、走近藏医	061
十二、神奇藏药	065

十三、特殊会诊	069
十四、技能辅导	074
十五、年终考核	079
十六、小小纠纷	085

十七、急诊患者	090
十八、上门出诊	096
十九、德阳挂友	102
二十、宁静蓝天	108

二十一、郎木探源	111
二十二、白龙江畔	116
二十三、失眠笔记	123
二十四、追忆长征	128

二十五、唐克访友	134
二十六、小镇时光	138
二十七、草原传说	143
二十八、冬至慰问	147

二十九、安多人家	153
三十、松潘送别	157
三十一、珍贵礼物	161
三十二、风雪归程	165
后 记	170

一、报名援川

初次接到要对口支援若尔盖的文件时正值盛夏，我正在忙征兵体检工作。嘉兴市秀洲区王店镇下辖的二十二个行政村和六个社区中，参加本次征兵体检的青年有四百多人。夏天恰恰又是医疗工作最繁忙的时候，医院人手十分紧张。我在酷暑天气挥汗如雨，上下跑动、里外协调，工作之余看见相关文件，顿生一种兴奋之情。

以前，对口支援都是市级医院在做。我们嘉兴市主要是对口支援新疆阿克苏地区的沙雅县，每两年从全市的市级医院选调一次高年资的医务人员去援疆，要求推荐德才兼备的同志，努力做好传、帮、带工作，我们王店镇人民医院难得有机会参与。记得在2008年“5·12”汶川地震发生后，我们秀洲区曾经派出医疗救护队到受灾严

重的四川省青川县进行医疗救援，当时医院里的员工报名踊跃，最后优中选优，派了手术室护士长张佳伟同志前往灾区一线救治伤员、协助预防灾后疫情。她刚去的第一个星期，余震不断，医疗队的队员睡在帐篷里，冒着生命危险为当地老百姓看病、手术，进行环境消毒，为灾后重建做出了贡献。

一开始，我觉得报名的人会很多，但到报名截止时才发现，名额居然没报满。若尔盖县地处青藏高原东北边缘，平均海拔在三千五百米以上，空气稀薄，气候寒冷，极度干燥，很容易发生高原反应，想来是恶劣的自然条件成了大家报名最大的阻碍。作为党员，不管怎样艰难，在关键时刻必须挺身而出，于是我马上报了名。

我报名援川的事，不知道是谁传到了我妈耳朵里，老太太一听就急了，马上到医院来找我：“你不能去，那边是高原，你也不年轻了，又有高血压和高血脂，身体吃不消！”

我耐心地跟她解释：“现在社会进步了，那边的经济也比过去发达多了，我过去也是行医，是做我的本职工作。整个秀洲区有几十个人报名，据说他们那边重点需要妇产科医生和妇幼保健人员，我就算想去，也不一定轮得上。”

“万一被选上了怎么办？”母亲还是很担心。

“那当然要去，我是党员，必须要冲在前面。妈，你放心吧，可能性很小。如果真的选上，我已经这么大了，又是医生，会管好自己的。”

我妈的思想工作必须要做通，她本来身体就不太好，同时有糖尿病、高血压和冠心病，如果思想一紧张，心脏病犯了，住院了，我到时想走都走不开。好说歹说，她总算是同意了。

回到家后，我跟我爱人也商量了一下。我们俩是同一个医院的，她是一名内科护士。她对我报名援川没什么意见，也只是担心我的身体：“你毕竟人到中年，身体不一定吃得消。”

人到中年，以前听到这四个字，是没什么感觉的；现在自己真正踏入中年了，听到这四个字，简直是心惊胆战，时间似乎一夜之间从赖着不走变成了不愿停留。作为医生，生离死别见得比平常人要多些。同时，我还是医院的工会负责人，碰到本院工会会员生病或者家有红白喜事，我也要去慰问。每次去殡仪馆时，内心总在盘算这已经是今年的第几次了。再对照刚参加工作时的同事名单，发现很多熟悉的老同事、老朋友，都已经到另外一个世界去了。

我报名的时候，内心一直有一种想到外面的世界去看看的冲动。本来这几天是我和几个朋友约好了要到西藏去旅行的日子，原本说好了从杭州出发，乘飞机到成都，走川藏线，从成都租车过雅安向西翻越二郎山，沿途经雅江、理塘、巴塘，过竹巴龙金沙江大桥入藏，再经芒康、左贡、邦达、八宿、然乌、波密、林芝、墨竹工卡抵达拉萨。但因为和工作安排有冲突，再加上有征兵体检的任务，就没去成。这两天他们不断在朋友圈晒照片，远处雪峰屹立，阳光映照下，无数

银光在蓝天下闪烁；接近峡谷处，山峦逶迤起伏，纵横交错，林海茫茫，茂密葱茏。世界那么大，我去过的地方却很少，祖国的大好河山，我很想逐一踏足。

报完名，一个星期后，秀洲区妇幼保健院的徐丽菊医生就出发了，被派到若尔盖县人民医院妇产科工作，时间为两年。我一看，心想我们内科医生可能不用去了，虽然感到一些遗憾，但也就把心放下了，报告了家人后，便回归了日常的工作生活。

二、紧急通知

没想到几个月后，我被通知要去四川阿坝藏族羌族自治州若尔盖县开展对口支援精准扶贫工作，四天后就出发。这个紧急通知是我们医院屠卫东院长打电话告诉我的，他也反复强调：“本次援川时间紧、任务重，如果家里有困难，可以向组织提出来。若尔盖地处青藏高原，如果身体实在吃不消，医院可以换一位年轻的医生过去。”

原来以为我和若尔盖草原的缘分在几个月前就终结了，没想到还能够峰回路转。我当即答应下来，当天恰好是我在庐山疗休养的最后一天，尽管庐山的悬崖峭壁有瀑布飞泻，云雾缭绕，但是我的心却已在归途，第二天便匆匆回嘉兴了。

回到医院后第一件事情就是工作上的交接，因为已临近11月，

医院有多项年终检查工作要安排，再加上去年底还有一场人武部组织的民兵集中训练，医院的人手非常紧，但是再难也要把工作做好。上午，我先把医疗质量和医疗安全这一块工作向医务科的李海滨做了交接，民兵训练工作则移交给了院办，工会和护理工作移交给了护理部，其他工作都托付给了相应的科室主任。中午，我特意去我妈那里向她汇报。她一听我要去藏区支援，马上就紧张起来：“不是说不去了吗？”

“任务比较紧急，我已经答应下来了，”我反复解释，还把前期秀洲区 and 若尔盖县结对的新闻念给她听，又说，“妈，你看，我们区的主要领导都去考察过了，肯定没问题的，我们到那边多半是在县人民医院工作，条件说不定比我们王店镇人民医院要好，更何况我们区妇保院的徐医生已经去了三个月，在那边工作、生活，也都好好的。”

“你去了以后，要马上打电话给我，尽量穿暖和一点。”我妈忍不住一遍又一遍地叮嘱我。我爸去世得早，我和我妈、我弟三人相依为命，我妈一直把我当作家里的主心骨，什么事都要和我商量。我到王店工作后，她也一起来到了王店，开了一家小小的服装店，平时省吃俭用，直到我弟弟参加工作、结婚后，她才舍得吃穿好一点，空调也是到去年才肯装。

“我就去三个月，很快就会回来，你有什么事，一定要及时和弟

弟联系，特别是如果觉得不舒服，一定不能熬。”我叮嘱完她，又打电话给我弟弟，让他尽量隔天去一趟店里看看老妈。

10月31日下午，我匆匆赶到区政府参加由区委组织部举办的东西部对口支援动员会。会议由部务委员封火亮主持，会上，他给我们介绍了本次东西部对口支援若尔盖的背景和意义：“党的十八大以来，习近平总书记就脱贫攻坚、东西部扶贫协作和对口支援工作作出一系列重要指示，为我们指明了前进方向。我们要深入学习领会习近平总书记重要指示精神，深刻认识到对口帮扶阿坝州若尔盖县是我们嘉兴市秀洲区必须完成好的一项重大政治任务，是义不容辞的使命担当。本次组团出发时间紧，但是作为红船启航地嘉兴的儿女，我们义不容辞。若尔盖地处阿坝藏族羌族自治州北部，藏族人口占绝大多数，尽管旅游资源丰富，但是发展不平衡，我们必须尊重当地的风俗习惯和宗教信仰，也要注意安全，确保圆满完成任务。”

会后，我们秀洲区卫生系统前去支援的五位同志互相认识了一下，大家都非常兴奋。我是1972年出生的，年龄最大，就安排我做领队；油车港卫生院的沈林华是“70后”，新塍医院的汤杰、洪合卫生院的俞建、王江泾医院的王琴都是“80后”。当说起先行前往的徐丽菊时，沈林华告诉我，她和徐丽菊以前是同事，一起在新塍医院工作过，于是我们马上联系了徐丽菊，并把她拉进了我们的微信群。我最关心的还是气候问题，在群里询问了她，她马上发了一张照片过

来，告诉我们那边已经开始下雪了，最低温度下降了到零下十九摄氏度。

出发的日子也定下了，就在两天后，先从上海到成都，再转机到松潘的九寨黄龙机场，到了松潘就会有若尔盖的工作人员来接我们，到时还要乘几个小时的大巴，大巴行驶的具体时长要看路况，因为松潘到若尔盖的路上目前已经有积雪了。

回到家，我立即整理行李。口罩，帽子，围巾，一件薄羽绒服，两件厚羽绒服，两套厚的棉毛衫裤，两条牛仔裤，一条厚的休闲裤，两件羊绒衫。我反复比划，把所有的行头又试了一遍，觉得在御寒的准备上应该差不多了。当把衣物悉数装进行李箱后，发现还缺两双棉鞋，我马上上网下单订购。除了衣物和生活用品，我还带了一台笔记本电脑，以便工作和生活。

此外，还有一件物品必须要带去，那就是茶叶。据说藏区普遍喝以酥油与茶叶混合熬制的酥油茶。我喝绿茶已经二十多年了，估摸着自己应该是喝不惯藏区的茶的，正好家里有一斤盒装龙井茶，本来是准备春节时招待客人的，这次出远门带着，算是犒劳自己了。

三、说走就走

11月2日,按照行程的安排,今天要出发。我和往常一样六点起床,拉开窗帘一看,是个晴天。家里的早饭按惯例是我负责的,这天,我特地煮了嘉兴的特产五芳斋粽子,然后叫起了老婆和儿子。本来老婆想要送送我,我摆摆手说不用。望着他们出门的背影,心里空落落的,毕竟要外出三个月,路途遥远,只能靠电话和视频联络了。

十点过后,微信开始不停地闪烁。我和汤杰约好在南湖区上车,其他三人则由秀洲区委组织部吴盛华科长和卫健局张文明副局长陪同,从区政府出发,当看到他们快到中山路时,我立马背起包,拎起行李箱出发。没想到刚走到楼下,有了突发情况。我的肚子忽然一阵一阵地绞痛,看来肠易激综合征发作了。如果饮食不当或者紧张、