

华安县医院儿科医生陈金辉： “28小时超长待机”

“小朋友哪里不舒服呀，喉咙痛吗……”走进华安县医院儿科诊室，就见陈金辉关切询问孩子身体情况。

儿科又被称为“哑科”，许多前来就诊的孩子尚不会说话，还有相当比例的孩子因为年龄较小无法清楚地描述症状。这就意味着，医生在诊断和治疗过程中会面临更多考验。

华安县医院儿科主治医师陈金辉在面儿儿童有一套自己的经验。孩子一进门，陈金辉就开始留意孩子的状态，逗孩子开心、观察孩子的微表情，是儿科医生的基本技能，如何让孩子配合检查，陈金辉有自己的“秘籍”。

“面对孩子的身体健康状况，现在的家长往往会更焦虑。”从事儿科工作已经15年，陈金辉明显感觉到大部分家属对儿科医生会有更高的要求。“因为我的患者是孩子，他们是无法自己做决定的，换个角度来说，这也是儿科复杂的原因之一，所以，我会更注重与家长沟通。”

陈金辉的手机24小时不离身不关机，就怕家长联系不上他。家长们的咨询，他看见后都会及时回复。

在病房工作时，陈金辉会在检查完孩子状况后，给小患者们多一些陪伴。“给孩子们讲讲故事，陪他们聊聊天，不只是看电视，孩子们其实都很乖很配合。”



陈金辉给小朋友看诊

儿科医生在为人父母后，常常会不自觉地把前来就诊的孩子当成自己的孩子看。陈金辉对此感同身受，“在治疗过程中，我不会只从病理角度看，也得站在父母的角度上替他们考虑，尽可能考虑得细致全面。”

陈金辉的关爱、热诚总能给人一种平静笃定、值得信赖的感觉，让他的小患者们不抗拒就医，甚至常有家长打趣，“孩子自己说要来陈医生。”

在公立医院，排班方式特别复杂，有三班倒的，也有在病房值24小时班的，就

算是夜班也有分很多档。陈金辉在值24小时班后还会再上半天班，他笑称自己“28小时超长待机。”门诊有规定的上下班时间，但真到了换季疾病高发期，陈金辉自己是没有下班这个概念的。

“急诊和病房就是24小时运行的，不分年节也没有什么法定节假日，天大的事该轮到你的班了，你就必须坚守在岗位上。”自参加工作以来，陈金辉在今年上半年第一次用了公休假，与爱人一起带两个孩子出去旅游。“我爱人总说，接送自家孩子都要提前一周预约，更不用提周末节假日，过去都是她带着孩子们出行。”

问及陈金辉，如果再选一次还会选儿科吗？“决定是我自己做的，我不后悔，而且做一个医生能收获到的职业认同感和自我价值感，真是很少有其它工作能取代的。”陈金辉回答坚决果断，“我一直就是个喜欢‘给孩子们看病’，喜欢临床，喜欢和人打交道的医生，而且，我愿意做大多数普通患者们好好治疗常见病的医生。”

疾病到来的时候，不看时间、不看日子，而无论何时，只要患者们需要，在华安县医院的急诊门诊楼里、病房里，有很多很多医护人员们，正24小时不断燃烧着自己的小宇宙。

(陈蕾 林丽明)

全民健身 你我同行

华安太极拳爱好者张亦峰： 让更多人爱上太极拳运动

夏夜里的华安城关平湖畔，华灯映照，公园里绿树掩映，伴随着轻柔悠扬的音乐声，身着太极服的人群伸展腰臂，动作飘逸，拳法如行云流水，这是一群正在认真练习着太极拳的人。

起势、抬腿、转身……人群中带头站在第一排挥拳练习的便是这支太极拳队伍的发起者，张亦峰。与太极拳结缘，缘于2014年，张亦峰介绍，自己是华安水电厂的一名普通职工，因长年在机械检修生产一线工作，曾患上腰肌劳损，此后便开始学习健身气功及太极拳。在持之以恒的练习下，自己的身体素质和精神状态得到了很大的改善，便热爱上了这项运动。

太极拳动作轻柔又安全，是一项适合大众参与的运动。彼时的华安，练习太极拳的人数尚屈指可数，何不发挥自己的力量，将太极拳从城市搬回县城呢。让更多的人享受到运动带来的好处，张亦峰萌生了这样的念头。

张亦峰开始了他的公益教学之路，自费前往漳州市区等地学习太极拳、健身气功等运动，还利用业余时间考取了国家二级社会体育指导员证书、中国武术段位证书(杨式太极拳)。

成如容易却艰辛。现在张亦峰创建的“爱尚太极”聊天群里有超过一百个成员，但回想创建队伍当初，十几人的队伍里尽是亲朋好友或同事，成员们由于工作忙碌时间不固定，说散也就散了。后来，练习的地点几经更换，时间也由清晨改为晚上，才慢慢又吸引了不少人的兴趣。

有了“关注”，张亦峰也不敢懈怠，免费传授。从自己练，到教人练，对他而言又是一个挑战。一个动作常常是要拆解成好几个步骤，想尽办法地说清楚，讲明白，让初学者也能较快地接受太极拳。

“太极是一项很有内涵的运动，练习时需要一定的耐心。习拳后，我的退休生活变得更充实，睡眠质量也得到了改善。”太极拳爱好者叶文星说，自己是去年8月份在同事的介绍下，开始接触太极拳，只要人在华安没有外出，每晚都会准时“赴约”，来到公园里与众人一同挥拳，流流汗，享受着太极带来的无穷魅力。

如今，这支队伍的成员愈发壮大，不仅有年过古稀，也有“00后”，还有一家三口齐上阵，各行各业的人们因为运动聚在一起。张亦峰也带领着队伍，多次登上各种表演舞台、职工运动会。他也经常



每日练习太极拳成了张亦峰生活的常态

抽空到老年大学、小学、幼儿园、养老院等机构开展义务教学，让不同年龄的人群接触太极拳运动。

“习拳十年，也仅是刚刚入门，任重而道远。”张亦峰如是说，太极拳博大精深，学无止境，现在不管工作再忙，自己也保持每天一练。不忘初心，他希望能够不断壮大运动的队伍，让更多人爱上太极拳运动，拥抱健康，享受快乐。

(李小明 黄建和)