



仁心圣术, 精诚相伴 ——记六院规培生活

2014年7月份对我而言是一个特殊的时间,这一月,我来到上海市第六人民医院开始为期三年的住院医师规范化培训生活,人生由此也开始了新的篇章。

书本上空泛的数值变成了实实在在的心率、血压与化验单,课堂中机械的临床表现变成了一群差异巨大却又充满渴望的病人,考试时背得头头是道的操作要领变成了手中真实的穿刺针,从医学生到医生,一字之差,天地之别,住院医师规范化培训,就是为我们在天与地之间架起了一道扶梯,飞跃,从此开始!

严谨充实, 责任为先

还记得第一天早晨进入临床的场景:科主任居中而坐,小医生环桌而围,满座寂然,无敢哗者;忽闻群中一小医生开朗昨日新写之病历,又听桌前主任厉声叱曰:汝之病历……。是的,这就是我们每日早晨所必经之历,每天我们都要经历各种洗礼,高年资的主任们亲自指导纠正着我们的错误,诸如在问诊、用药、书写病历、技能操作等临床中的各类不规范与操作不当。而这些不规范往往反映的是正确的临床诊疗思维的缺失,错误的临床思维一

旦扎根将会贻害未来数十年之医生生涯。我们每天都在这种严格的环境中生活,甚至感觉自己连走路的姿势都是错的,忽然有一天每次都被骂得一脸窘相的自己听到台上说了一句:你这份病历比以前进步太多了。又有一天,当大量工作同时来临,自以为超越了自己的能力范围,却发现其实自己也可以迅速有效地处理完毕,那一刻从心底涌出的感激和成就感,一生难忘。

多姿世界, 彩虹为伴

还记得我有幸主持过的基地联欢会的场景:含蓄的女医生一展歌喉立马让人感叹原唱那就是装蒜;腼腆的男医生钢琴上手瞬间惊呆众人……。还有,工作之余与各位同事的闲聊、玩笑,下班之后邀朋友看的球赛、电影,一起去唱歌,一起来聚的餐……没错!我们的生活并非仅仅是无尽的上班与学习,其中还充满了快乐和友谊。在这里,我认识了个性鲜明、诙谐有趣的人,见识了闻所未闻的事,经历了从未预料过的开心与惊奇。在这里,生活永远会有它多彩的一面,规培,其实远比你想象中要快乐、美好!

医者无私, 含灵得安

我时常在想,如果三年规培时光结束后,我最大的收获是什么?现在,我越来越肯定的回答

自己:是一种精神,一种无欲无求、一心赴救的使命感,一种不顾辛劳、饥渴而与病魔和死神搏斗的责任心。在这里,我见证了多少位因为一个病情复杂的病人而反复开会讨论、眉头紧锁的医生们,看到了多少次因抢救病人而累的满头大汗的上级和一旁放的冰凉的晚餐,发现了无数回为了监视病情可以彻夜无眠守护在病人身旁的主任们。强心剂、胸外按压、气管插管……,当一个个将要被死神吞噬的生灵硬生生的被我们拽回,欣慰的笑容下早已忘记了疲倦。是的,这些点滴的感动已经开始融入我们的骨髓,让我们明白,什么是医生的天职,什么是生命的尊严!

“热情迎来蹒跚友,开心送归健步人”,不知不觉中,规培的时光已经过去了一半,虽然短暂,但“规范行医”四个大字已经深深地刻入到我的内心。不久的将来,我也会成为一名独当一面的白衣战士。未来总有很多不确定,但可以确定的是,这三年里所有的教导、所有的感动、所有的美好回忆都将化作我巨大的财富,一生受益匪浅!

(作者:陶然,男,毕业于赣南医学院,本科,2014年7月进入上海市第六人民医院内科基地培训)

作为毕业于“4+4”这样一个相对特殊学制的学员,我的学习经历与多数住院医师不同。“4+4”是上海交通大学医学院面向重点综合性大学的理工类本科毕业生,在其取得免试直升研究生资格并通过面试后,在医学院继续四年的学习而获得医学博士学位的创新探索学制,是北美(美国、加拿大等)目前的通用医学培养模式。2010年,我在同济大学完成了4年的土木工程专业学习,获得工学学士后进入交大医学院,接受4年的临床医学教育后顺利取得医学博士学位。我于2014年7月成为瑞金医院外科住院医师规范化培训基地的一员,已在不同科室的岗位轮转工作一段时间,对于这样一段特殊的规培之路,有一些自己的体会,思索再三,不禁想起了一句古话“为者常成,行者常至”。

时间回到2010年,迫于家庭的压力,填报大学志愿时我放弃了从医的想法,选择了同济大学土木工程专业,4年时间过的飞快,毕业脚步临近,对我来说,继续土木之路,似乎是必然。就在此时,学校教务处公布了一则交大医学院“4+4项目”的通知,向非医学毕业生提供临床医学的学习机会,一直以来内心深处做医生的想法似乎看到了希望。我参加并通过了医学院的面试,经过慎重考虑我决定进入医学院学习。一开始,我非常高兴,峰回路转,从医不再只是梦;但渐渐的,我开始对于未知的医学学习充满担心,短暂的4年时间,要完成如此庞大的医学课程的学习,成为临床医生,真的可能吗?

带着这样的疑问,2010年9月我来到交大医学院,在学习医学基础课程的同时,进入临床科室见习,到了瑞金医院,到了内、外、妇、儿科。慢慢地,自己对于临床的学习和工作有了新的认识,对未来有了清晰的目标。2年的课程学习,1年的临床见习,1年的学科培养,很快又一个4年过去,顺利毕业。回顾这4年,没有多余的时间去担心与顾虑,有的只是一路的勤奋与努力。

但是,医学终究是一门实践的学问,只有投身实践,才能成长为一名合格的医务工作者,停留于书本的理论永远只是空谈。临床工作充满挑战,由于实践和技能的相对欠缺,刚开始轮转的那段时间,我对自己判断病情、合理处置以及手术操作的能力都缺乏

信心,无论是病房值班,还是手术操作都没有底气,在对自己能力怀疑的同时,对以后就业去向的担忧也随之而来,这些相伴而来的迷茫常常在内心挣扎。但是很快我意识到,担心顾虑于是无补,一步步踏实走向自己的目标才是正确的选择。忙碌的规培生活紧张而又充实,经过上级医师手把手的带教,学员之间相互的交流,还有临床医学院精心安排的业务学习,很多东西渐渐地起了变化。作为与患者及家属接触最多的住院医师,日常工作中,免不了与各类人打交道,多方扯皮、鸡毛蒜皮的烦杂琐事时有发生,而沟通、协调、妥协的能力也在不知不觉中就培养了,规培也因此成为全面锻炼一个医生在医疗、教学、协调、沟通方面能力的平台。

为者常成, 行者常至

作为理工基础扎实、医学基础相对薄弱的“4+4”毕业生,在规培过程中有几点我觉得非常重要。第一是坚持,“试玉要烧三日满,辨材须待七年期”,医学知识和能力的获得并非是一蹴而就的,往往需要长期积累。“4+4”学制在前期医学课程的设置中很多知识点没有深入展开,这就需要我们在基地规范化培训期间,收集以往忽视的知识,仔细梳理,打好理论基础,才能由点及面,举一反三,锻炼

临床思维。第二是谦虚,我们接触临床时间短,各方面经验都很缺乏,以临床操作为例,尤其是手术操作,手术器械的使用,一招一式都有具体要求,我们要谦虚的向上级医师和其他学员请教,才能赢得更多实践的机会,聆听带教老师更多的教诲,收获更多的知识,不断提高自己。第三是分享,“听君一席话,胜读十年书”,与人交流往往事半功倍,同事间积极的交流,才能更快地共同提高。

从弃工学医到进入住院医师规范化培训,这是一段少有人走的路,我一步步走到了今天,仔细想想,不离“为者常成,行者常至”八字箴言。同样的道理,时间亦会见证,住院医师规范化培训,轮转与不轮转是不一样的。

(作者:叶枫,男,毕业于上海交通大学医学院,博士,2014年7月进入瑞金医院外科基地培训)

设的课程体系,针对实习前医学生、实习后医学生以及住院医师不同的特点分层次设置不同内容与难度的培训项目,并在培训过程中在夯实基本技能学习与操作同时,融入医患沟通、人文关爱、医护沟通、团队协作等整合技能。住院医师是整个课程体系中的重要组成部分,他们不仅会以学员身份接受课程体系中第三阶段的培训操练,更以初级带教老师的身份参与第一与第二阶段对医学生的授课指导,以教练练,以

教促学,在带教过程中获得成长。在未来的进阶整合实训课程中,临床实训中心还将着力开设外科与腹腔镜进阶技能、麻醉监护管理、重症急救演练等专项技能培训课程,并开设多种情景模拟培训课程,为住院医师创造更多地学习和培训机会。

住院医师参与进阶整合式实训课程教学侧记

让医学生明白怎么做才算合格的人文关爱了

学员互相扎手指测毛糖、互相做伤员进行急救包扎,在瑞金临床医学院临床实训教研室开设的进阶整合式实训课程上,在校医学生在规培基地住院医师的指导下学习每一个临床基础操作技能的同时,切实体验了一次做病人被治疗的感觉。“临床实际工作中,越来越多的患者都希望有经验的医生来对其进行检查与操作,也越来越重视自己的就医体验,住院医师有一定临床实践经验,我们希望他们能在对医学生的带教过程中,引导医学生学好对患者的人文关爱。”临床实训教研室主任史霆介绍了培训课程设计的初衷。

在最近一次课程的脊柱损伤患者搬运实训课程中,医学生在住院医师的指导下制作简易担架、落实急救分工之后,住院医师启发学生是不是可以自己扮演病人替代假人模具,用更接近真实的场景来学习训练基础技能。医学生们纷纷表示,无论是被搬离地面时、被安装颈托固定时还是搬运过床时,只有做了病人才真正明白了患者就诊时对医生的需求感有多

么强烈、体验了医生操作失误时患者内心的害怕与担心,所以学生们更乐于更多地亲身参与,在一种更真实的参与体验中,更好地学好临床基础技能。

让医学生接受全新的练习方式和模具

手术器械怎么握持如何松开、缝针如何在血管钳和持针器之间传递、深静脉穿刺置管怎么操练,临床实训教研室在此次培训期间实践采用分解强化教学和简易自制模具配合的培训方式来提高培训效果与质量。

传统实训课程中,往往会采取一个学员从头至尾完整练习一个操作,由于模具有限、学员人数较多、培训时间有限等因素,往往一个学员在操作时大部分学员处于等待状态。在2015年全新的进阶整合实训课程中,住院医师参与的教师团队多次集体备课决

定采取分解强化式教学方法的尝试,在缝合打结培训课程上,把培训内容分解为手术器械的握持、空针在手术器械间传递、空针缝合、带线缝合等4站强化训练站,引导医学生从最基本的技能扎实训练开始。在深静脉穿刺培训课程上,把培训内容分解为消毒铺巾、深静脉穿刺、导管置管等3站强化训练站,同样以分解动作的培训模式,强调每一个步骤的准确操作练习。

一个补液袋一根导尿管一块海绵,一种自制的穿刺置管训练模具第一次在深静脉穿刺培训科上被实践使用。由于制作简单使用便捷,一次课程可以提供多个模具,使得学员获得了更多的操练机会与时间,也填补了之前深静脉穿刺难以练习置管技能的空白。学员们兴致盎然、乐此不疲,不再会为培训课程内容单一、等待时间长而感到无聊与乏力。学员们表示这种分站上课的方式和新奇好玩的模具让他们真正练习到了每一个细节,也学习到了从没机会去操作练习的技能,印象非常深刻。

据悉,进阶整合式实训课程是临床实训教研室着力设计开

