



有人说，每个人心中都有一个儿时的梦想：当一名军人，驰骋沙场，戍卫边疆；或当一名教师，传道授业解惑；或当一名医生，除人类之病痛，助健康之完美。而立之年，我心怀“救死扶伤”之壮志，“悬壶济世”之豪情，站在了一个没有硝烟的战场上，为人类之健康保驾护航。

还有人说，每个人心中都有一个西藏梦：那里不仅有神圣的冈仁波齐，还有风景秀丽雪域山川，更是一片离天堂最近的土地。而立之年，作为上海交通大学医学院附属仁济医院的代表，上海市第五批组团式援藏医疗队的成员，我踏上了这令人神往而又敬畏的雪域高原。

时光荏苒，转眼我已在日喀则市人民医院工作一年。出发时的情景依然历历在目：领导们的殷切希望，家人们的支持鼓励，朋友们的加油呐喊，犹如冲锋号角般在耳畔久久萦绕。下了飞机，日喀则市的各级领导列队欢迎，尤其是人民医院的领导们为



我献上了洁白的哈达与美好的祝福，瞬间荡平了我心中对雪域高原的恐惧感。领导们的热切期盼，援藏兄弟们的鼓励支持，科室同事们的关怀备至，无不时时刻刻温暖着、鼓舞着我。同样，也是这些让我们每个援藏队员都感觉到了家的温暖，让我们放下对家的思念，对家人的想念，迅速投入到日喀则市人民医院的援建工作中。

在国家“脱贫攻坚战”的决胜阶段，我们每一个队员都在思考如何把握时代潮流，把握发展机遇与挑战，更好地在日喀则市人民医院实现自我的人生价值。“为什么援藏？该怎么援藏？”，“我能和当地的同事们一起做点什么呢？”这些问题是我们援藏兄弟们想的最多的。而现今，回想过去种种：心内科援藏的姚建华主任抢救至凌晨4点，硬是把急性心梗患者从死亡线上救回；超声科乐坚主任忍受着身体的不适，背着便携式超声仪下乡，跪着为孤寡老人做检查；麻醉科周任龙主任临危不乱，为危重患者动脉置管，争分夺秒地抢救；因为疫情防控需要，万兴旺书记带领一干援藏兄弟放弃了自己休息时间，提前返岗，甚至奔赴吉隆边境口岸，队员们忍受停水、停电、缺氧、水土不服等等恶劣生活条件，守护藏族同胞的健康……如上种种，兄弟们用自己的行动诠释了“不畏艰难，甘于奉献，攻坚克难”的援藏决心，诠释了“特别能吃苦、特别能战斗、特别能忍耐、特别能团结、特别能奉献”的老西藏精神。

而我呢？过去一年的援藏之旅，是我人生路上非常重要的历练，也是我引以为豪的人生阅历，或可概括如下：



执着努力，砥砺前行

初到日喀则人民医院泌尿外科工作，第一印象是这里的开放手术占绝大多数，无论年纪大小，无论什么泌尿系统疾病，通常都采用开放手术方式。印象中最深刻的是5岁的小卓玛，因为肾结石做了开放手术，手术刀口近10cm，因为本身营养状态不好，加上切口大，术后伤口感染，没有愈合，直到反复换药近一月后，终于出院了。虽然我们定点援建已经有三个年头了，但是这里的微创手术普及度仍然不够，传统开放手术观念仍没有改观。

针对日喀则地区泌尿系统的疾病谱，泌尿系结石也是困扰藏区同胞的主要疾病，我们制定了泌尿系结石调查问卷以及泌尿系统结石防治的宣教手册，希望能从预防角度，尽量减少结石的发生率。而在临床工作中，我们陆续开展了腹腔镜下输尿管切开取石术、经皮膀胱微通道造口钬激光碎石取石术、儿童微通道经皮肾镜取石术等新技术，填补了当地青少儿泌尿系统结石微创治疗的技术空白，这

些技术的特点是小朋友们身上只有一个5mm左右的伤口，这不仅避免了传统开放手术10厘米以上的伤口给患儿带来的巨大创伤，而且使患儿们术后恢复更快，切口更美观，基本不留疤痕，避免手术给小朋友成长带来的心理影响。

因为地处高原，日照时间长，加上这边饮食结构的关系，使得日喀则地区成为了结石的高发地区。在这一年中，因为泌尿系统结石接受治疗的数十例患儿中，最小的只有2岁，年龄最大的16岁，所有微创手术都非常顺利，术后也没有切口感染等并发症，大大缩短了住院时间。同时，我们将“输血工程”转化为“造血工程”，努力打造一支带不走的医疗队伍。经过这一年的努力，日喀则市人民医院泌尿外科的同事已经能独立开展微通道经皮肾镜手术、微通道经皮膀胱微造口钬激光碎石取石术、输尿管镜下碎石取石术等微创手术，这标志着日喀则市人民医院已经具备为藏区同胞们提供专业的泌尿系统结石微创手术治疗方案，对解决藏区同胞们看病难、实现西藏“大病不出区、中病不出市、小病不出县”的





目标，都具有非常重要的意义。

我们作为医务工作者的巨大幸福感和满足感不就是体现在出院时小卓玛们脸上天真无邪的笑容里吗？藏区同胞们献上的一条洁白的哈达，或是简单的一声“la tu ji, 安吉拉”，足以让我为之坚守，为之努力。

感恩生活，珍惜遇见

来到这片令人神往的土地，我内心充满敬畏，

敬畏着这里的壮美山河，敬畏这里圣洁的雪山，更敬畏这里朴实无华的苍生。在这里生活了近一年，日喀则已然成为我人生旅程中重要的一站。“前世五百次的回眸，才换来今世的擦肩而过”，我想，无论今后在哪里，我都会永远铭记这里糌粑、酥油茶、牛羊肉的美味；这里山川湖泊之壮丽秀美，更会铭记这里淳朴的民风，以及藏区同胞们的热情好客。

感谢组织上与领导们对我的信任，让我能代表医院，代表科室，来到这里和日喀则市人民医院的同事们共建西藏（西部）泌尿系统疾病诊疗中心，我们一直在路上。过去一年的援藏工作，让我在思想上、临床实践能力上、组织沟通能力上都有了极大的提高。感谢各级领导们对我的鼓励支持，感谢同事们的关心和帮助。

感恩过去一年，我在日喀则所经历的一切；感谢过去一年，与我一起奋斗的兄弟；感怀过去一年，自己的所有成长。援藏之旅，这不是终点，而是新的起点：让我更深刻的体会到医生这个职业的社会责任；让我对生命有了更深刻的认识与理解。无论我身处何时何地，我们都当竭尽所能，除人类之病痛，助健康之完美。援藏医生一直在路上……梦回喜格孜，情系天下。