

护士所从事的护理职业是一门与生命健康息息相关的崇高爱心事业，护士要履行好“维护生命、减轻痛苦、促进健康”的使命，不仅要掌握扎实的医学护理理论知识和过硬的护理操作技术，更重要的是具备“五心”，即拥有一颗善良、慈爱、宽容、柔和、坚忍的心，把人文精神贯彻到护理工作的始终，全心全意为人类健康服务。

护士拥有一颗善良的心。善良，就是要从善从良，在为人处世的过程中，善解人意，顾全大局，一切从良好愿望出发，尽心尽力让自己和他人感到满意。护士每天要接触众多的患者及家属，也要与医院其他医务人员合作，只有把医院“以患者为中心”的服务宗旨放在心上，怀着一颗善良的心，主动争取把护理工作干好，才能在言行上用医德标准严格要求自己，才能在遇到问题、困难、矛盾及纠纷的时候，既能认识到自己的不足，又能设身处地为对方着想，从而达到比较满意的效果。拥有一颗善良的心，是与患者及家属建立信任的基础，是

护士“五心”服务

手术室护师 杨乐

医院就像家一样，医务人员就像家庭成员一样，护士拥有一颗柔和的心，可以把医务人员融合在一起。与全院医务人员一道，齐心协力，献计献策，得心应手地干好每天的工作。护理工作

是平凡的、琐碎的、枯燥的、被许多人忽视的，又是重要的、伟大的、崇高的、需要奉献毕生精力的公益事业。承担护理工作的护士，绝大多数是女性，与生俱来的柔情似水的属性，赋予了护士以柔克刚、博爱天下的母爱精神。

护士拥有一颗坚忍的心。同时承担护士、女儿、妻子、媳妇、母亲、姐妹等多重角色，拥有一颗坚忍的心，能缓和多重角色之间的冲突，较好地处理工作、家庭、亲戚、朋友等各种关系，做一个受人信赖、尊重的人，享受幸福生活。

护士把“五心”化为行动，全方位地为患者提供优质服务，就是真正的“白衣天使”，就能把南丁格尔精神发扬光大，赢得尊重和认可！

人生没有草稿，写完今天的这张就不可能再有同样的另一张。平常的日子总被我们当做不值钱的“废纸”，涂抹坏了也不心疼，总以为来日方长，“纸张”还有很多。实际上，生活不会给我们打草稿的时间和机会，每一笔下去都无法再涂改，我们每天写下的“草稿”，都成为了人生无法更改的答卷。

决定你能站多高、走多远的，是你思想的高度与深度。多些逆向思维，摆脱教条的束缚；多些批判思维，突破桎梏的封锁；多些换位思维，避免自我为中心；多些系统思维，消除片面误区；多些形象思维，凡事不要太枯燥；多些逻辑思维，事物都有千丝万缕的联系；多些简单思维，你的世界才大道至简。



羡慕别人的人，若仅停留在羡慕上，就永远只有羡慕别人的份儿。学会感恩、欣赏自己，最终收获喜悦。世界上慕人者众，羡己者寡，做多数人不做的事儿，就赢过多数的人了。学会羡慕自己，你才更容易珍惜拥有的。学会羡慕自己，其实也就是善于发现自己的优点与长处。

仰望天空时，什么都比你高，你会自卑；俯视大地时，什么都比你低，你会自负；只有放宽视野，把天空和大地尽收眼底，才能在苍穹沃土之间找到你真正的位置。无须自卑，不要自负，坚持自信。

得意时要看淡，失意时要看开。得意时，不忘形；失意时，不变形。成功时，不轻狂；失败时，不灰心。不论得意失意，切莫大意；不论成功失败，切莫止步。志得意满时，需要的是淡然，给自己留一条退路；失意落魄时，需要的是泰然，给自己觅一条出路。

(重症监护病房 杨春浩)



年年有余

摄影 / 王道伟



我仅仅从自己的理解和角度，用我有限的表达能力表述了对“赢：亡、口、月、贝、凡”的认同，相信一定有更多的角度和理解深度存在于你们中间。



● 牺牲精神；
● 口碑传播；
● 日积月累；
● 利用资源；
● 小事做起。

五项俱全，赢也必然。

为赴朋友之约，我首次乘坐高铁去了趟上海。在虹桥火车站转乘地铁时，无意看到一个大的广告牌，上面写着特大个儿的“赢”字和小号字体的拆解释义：亡，牺牲精神；口，口碑传播；月，日积月累；贝，利用资源；凡，小事做起；五项俱全，赢也必然。

朋友和我都驻足，看了感觉挺不错，就记了下来。这是发生在去年的事情了，不知道这块广告牌是否还在，不过它的确是成功地让我们记住了“赢”。赢，是大家常说的一个字，内心也总在追求的一种状态，我们都希望自己成为赢家，不是吗？

如何赢？想到广告上的答案，亡、口、月、贝、凡，不禁先要感叹中华汉字的神奇魅力。亡，本意是“失去”，例如“亡羊补牢”。“主动地失去”应该就叫“牺牲”了。放弃一些不必要的应酬和消遣娱乐，花时间陪伴父母、妻儿，拥有温暖的亲情很必要，因为“赢”的目的是为了与他们一起生活

得更好；下功夫在自己的主业上，“业精于勤”嘛，因为“业”是“赢”必需资本，前提条件。

口，当然与说分不开，“好事不出门，坏事传千里”就是口的功劳。事实上并非俗语说的那样，在今天，好事也会长翅膀飞扬世界的。良好的德行同样会被人们在现实与虚拟中口口相传，成为有力的广告，从而赢得更多人的信任和支持，正所谓“得道多助”。

月，时间单位，积三十日为“月”，累十二月为“年”。有些精彩一刻也是幕后经年累月苦练才得以呈现，“台上一分钟，台下十年功”、“路遥知马力，日久见人心”，听着耳熟吧。无论“牺牲精神”还是“口碑传播”都要经了时间的见证才算真的赢，一夜成名或一夜暴富都不足以令人羡慕。

贝，在古时曾为流通货币，即钱。不信你查查字典，大多跟钱有关的字都带偏旁部首“贝”。传统意义上的资源多指物质的、可见的，而今还有看不见的非物质资源，如时间、信息和人们常

说的“人脉”等。“闭门造车”在鲁班时代已证明是失败的，何况二十一世纪！若今天的鲁班善于科学合理地利用丰富的各类资源，岂不如虎添翼。

凡，普通、渺小如草芥。小事，也叫细节。从小事做起，就是不轻视每个细节。宏观巨作常被人在眼里，赞叹不已，事实上如果不是各部分各环节的每个细节做得精美，很难经久赢得欣赏。有句话，“细节决定成败”，这可是简短且经典的经验总结。去过“海底捞”吃火锅的人应该对“细节”有切实体会，小事更动人，让人念念不忘，口口相传，于是又有更多人排队去感受并验证，于是进入“赢”的良性循环。（声明：无意给“海底捞”做广告，只因我也享受了它的细节服务之美好而有感。）

我仅仅从自己的理解和角度，用我有限的表达能力表述了对“赢：亡、口、月、贝、凡”的认同，相信一定有更多的角度和理解深度存在于你们中间。不管怎样，希望我们都能成为自己的赢家。

文 / 药剂科主任 贾颖