

丰与同行

从丰台到林西：一位中医妇科医生的“慢功夫”

本报讯(通讯员 胡明华)从北京丰台到内蒙古林西县,地图上的直线距离并不算远,但王艳华刚到的第一个星期,水土不服、饮食不惯还是有诸多不便,这些她早有心理准备,但真正让她睡不着的,是诊室里那些患者的眼神。

林西县地处内蒙古东部,妇科诊疗资源不算宽裕。很多女性有了毛病,第一反应是“忍忍就过去了”,等到实在扛不住,往往小病拖成了慢病。王艳华还记得接诊的第一位大姐,因为月经不调拖了两年,脸色蜡黄,从乡下坐了两个小时班车才到县医院。大姐反复问她一句话:“大夫,我这点毛病,真值得跑一趟赤峰吗?”

“不跑了,以后找我就可以。”王艳华答得干脆。那一刻她意识到,自己作为丰台区中医医院援派妇科医生的价值,不在于援派期内看了多少张CT片子,而在于能不能让这里的姐妹觉得,看妇科病,不用再背井离乡。

把“调理”这件事做成了手艺活

草原地区温差大、气候干冷,当地女性多见的宫寒、月经不调、慢性妇科炎症、更年期情志失调,恰恰是西医的短板,却是中医的“主场”。

王艳华不光开药,还问:“家里羊肉吃得不多?”“冬天炕烧得热不热?”“生完孩子有没有好好坐月子?”这些细碎的家长里短,到了她这里,全成了辨证施治的依据。

一位产后气血亏虚的宝妈,盆底恢复不佳,跑了几个地方都建议手术。王艳华给她做了系统评估后,摇头说:“先不急着动刀,咱们用中医适宜技术试一试。”随后,她手把手教这位宝妈做产后康复训练,配合艾灸和中药调理,分文没收。三个月后复诊,宝妈拉着她的手说:“王大夫,我现在能抱着孩子走二里地了。”

援派期间,她累计接诊超1000人次。数字是冰冷的,但数字背后是一个个不再需要跨省求医的个体——这让她觉得,这趟千里奔赴,值。

“带不走的队伍”是最较真的事

王艳华心里清楚,门诊坐得再满,援派期一结束,一切可能回到原点。她最较真的一件事,就是“挑刺”——不是挑别人的刺,而是挑自己诊疗流程里的刺。

每次查房,她都会刻意放慢脚步,让当地年轻医师先开口说辨证思路,说错了不要紧,她再从病因病理掰开揉碎讲一遍。“基层医生不怕没经验,怕的是不敢按自己的思路开方子。”她常挂在嘴边的一句话是:“你们大胆开,我兜底。”

她发现当地医师对中医妇科的用药配伍不熟练,便利用午休时间,把常见病的辨证要点、方剂加减口诀整理成简易手册,人手一份。碰到疑难病例,她会拉着整个科室开“圆桌会”,不是为了写记录,而是让大家畅所欲言,吵出个最佳方案。

援派期间,她牵头组织了5次业务培训。次数不多,但每次她都要求实战——不是她讲,是让本地医生轮流讲,她坐在下面听,听完逐条点评。这种“逼着成长”的方式,起初让年轻医师紧张得手心冒汗,但几轮下来,大家发现,那个北京来的王大夫,其实比谁都有耐心。

走村入户把诊室搬到炕头上

除了坐诊和带教,王艳华最常做的一件事,就是往乡下跑。她知道,真正需要她的患者,很多连班车都坐不上。

援派期间,她走村入户10余次,为10多名疑难妇科患者上门诊治。其中一位70多岁的蒙古族阿妈,被慢性妇科炎症折磨了大半辈子,因为语言不通、出行不便,一直没系统治过。王艳华带着翻译,蹲在老人家炕头问诊,并教会家属日常护理手法。临走时,老人攥着她的手,用生硬的汉语说:“北京的医生,好。”

在给村民做健康科普时,她从来不会念讲义。她把“宫寒”比喻成“地凉了种不出庄稼”,把“更年期调理”说成“给身体换季”,用最土的话,讲最实的理。她发出去的健康手册,每一本都被翻得卷了边。

京蒙协作这四个字很大,但对王艳华而言,它就是每一次耐心的问诊、每一场较真的带教、每一趟颠簸的入户。她没有惊天动地的故事,只有日复一日地把一个普通妇科医生能做的事,做到极致。

在草原深处,那朵京蒙协作的花,开得并不轰轰烈烈,却扎扎实实地落在了每一个被她治愈的普通人身上。而王艳华,依然在诊室里,等着下一个推开门的患者,然后轻声问一句:“来,慢慢说,哪儿不舒服?”

(作者系北京市第八批东西部协作内蒙古林西县挂职干部)

新村街道青少年“零距离”感受法治力量

一场“沉浸式”模拟法庭走进社区

本报讯(记者 姜欢)近日,新村街道联合丰台区人民法院、北京铁路公安局丰台站派出所、丰台区司法局等单位,依托“调解+解忧共享空间”,在新村街道万年花城第一社区举办了一场《中华人民共和国未成年人保护法》专题普法活动,通过多元协同与沉浸式体验,构建家庭、学校、社会、司法“四位一体”的未成年人保护屏障。

万年花城第一社区作为民主法治示范社区成为此次活动的“沉浸式课堂”。社区设立了“花城议事厅”和人民调解室,从小区升级改造、停车管理等居民“急难愁盼”的问题入手,把法治理念融入居民自治章程、居民公约和民主议事机制之中。同时,常态化引入法律顾问开展公益服务,累计为居民群众提供近1100次法律咨询服务,营造了居民办事依法、遇事找法、解决问题用法、化解矛盾靠法的法治环境。青少年在参观中近距离感受了基层法治建设的成果,让法治观念在“行走的课堂”中悄然生根。

“强制报告制度不是一纸空文,是守护孩子的‘安全红线’。”区人民法院原院长、国家一级高级法官董华带来了一场《中华人民共和国未成年人保护法》专题讲座。他围绕强制报告制度、学生欺凌防控、家庭监护责任、网络保护等新修订亮点,结合真实审判案例以案释法,将法律条文转化为孩子们们听得懂、用得上的“护身法宝”。

为了让普法教育更加生动鲜活,区人民法院王佐人民法庭(未成年人审判庭)与新村街道“调解+解忧共享空间”联合组织了一场以“制止欺凌行为”为主题的模拟法庭。在庄严肃穆的“庭审”现场,孩子们分别扮演法官、原告、被告、律师、证人等角色,亲身体验了法庭调查、举证质证、辩论、宣判等完整程序,从法治教育的被动接受者转变为主动参与者。“通过扮演,我感受到了‘规则与证据’的力量,要用事实说话,与同学交往要注意‘玩笑与欺负’的边界,犯了错也要勇于担责、主动改正。”扮演“小法官”的孩子说道。

“徒法不足以自行。”此次普法活动是新村街道落实“八五”普法规划、推动法治资源下沉基层的生动实践。通过“参观见学+专题讲座+模拟法庭+互动体验”的融合模式,让抽象的法律条文在孩子们心中变得生动而具体,让法治信仰在角色代入中入脑入心,扣好人生第一粒“法治纽扣”。

“我们将继续依托‘调解+解忧共享空间’等平台,深化与司法机关的协同联动,推动青少年法治教育常态化、品牌化,为未成年人健康成长营造良好的法治环境。”新村街道相关负责人表示。

丰台好人

杨利德：七旬党员用镜头与汗水温暖社区

我是党员,退休了也还是党员,能为邻居们做点事,心里踏实、暖和。

好人故事

杨利德,男,党员,大红门街道彩虹城第二社区退休居民。

在彩虹城第二社区,总能看到一位手持相机的银发老人穿梭于楼宇之间。他叫杨利德,今年74岁,是一位有着近40年党龄的退休党员。退休后,他没有选择安逸闲适的生活,而是把助人作为乐当作品的使命,用镜头和行动温暖着身边每一个人。

杨利德在日常走访中发现,社区里许多高龄老人因行动不便或子女不在身边,很少有机会拍摄正式照片,有的老人甚至多年没有一张像样的生活照。他把这事默默记在心里,自掏腰包购置专业摄影设备,牵头成立“流光之影”公益摄影队,带领12名退休党员义务为辖区80岁以上老人拍摄肖像照和全家福。两年来,他累计拍摄照片2000余张,并自费制作成精美相册赠送给老人。每次拍摄前,他都会

细心地帮老人整理衣领、梳理头发,用幽默的话语缓解他们的紧张情绪。92岁的李奶奶捧着照片激动地说,这是她这辈子第一张艺术照,看着比年轻时还精神。对杨利德而言,老人们脸上绽放的笑容,就是他最大的欣慰。

除了用镜头记录温暖,杨利德还是社区里闲不住的热心人。他主动认领垃圾分类督导岗,无论严寒酷暑都准时到岗值守;在创建文明城区期间,他带领团队清理楼道杂物30余车,协助物业粉刷墙面200余平方米,脏活累活总是抢在前面。去年夏天突降暴雨,社区地下室出现积水,他第一个卷起裤腿冲进水中参与排水,浑身湿透却毫无怨言。在重要节点服务保障工作中,他累计参与站岗执勤123次,为过往群众义务指路、提供帮助。社区书记感慨地说,杨师傅就像一块万能砖,哪里需要往哪搬,再苦再累都毫无怨言。

杨利德的助人情怀像一团火,点燃了更多人的爱心。在他的带动下,“流光之影”摄影队从最初的3人发展到28人,累计服务时长超过5000小时。他还开设手机摄影课堂,手把手教老人们用镜头记录美好生活,先后培养了15名银发摄影师。他牵头组建银龄互助团,带动40余位退休党员参与邻里帮扶、社区治理,让互帮互助在社区蔚然成风。他常常表示,“我是党员,退休了也还是党员,能为邻居们做点事,心里踏实、暖和。”

面对大家的称赞,杨利德总是谦虚地说,自己是党培养的干部,退休了也要做党的宣传员,只要还能走得动,就要继续为社区发光发热。74岁的他依然背着相机奔波在楼宇之间,用实际行动书写着一名共产党员退而不休、助人为乐的大爱情怀。

好书天天见

7月18日

《新华字典》(第13版·大字本)
编修:中国社会科学院语言研究所
出版单位:商务印书馆
《新华字典》是新中国第一部现代汉语规范字典,1953年出版,1957年商务印书馆出版新1版。全书收单字13000多个、词语3300多个;正文按音序排列,备有部首检字表和四角号码检字表;内有插图和附录;正文每页附二维码,可听标准发音,看笔顺动画,查知识讲解。第13版在保持原有特色的基础上,根据时代发展、语言变化

和读者需求,对全书进行了审慎而系统的修订;增补部分字头;适量增补新词、新义、新例;适当删减部分陈旧过时或使用频率较低的词语、释义、例证;改进和完善已有释义、例证;依据最新资料,更新附录等。

7月19日

《老街》
作者:肖复兴
出版单位:人民文学出版社
《老街》是著名作家肖复兴以北京前门外西打磨厂街为地理背景创作的长篇散文,也是作家晚年京味散文的巅峰。全书以一条拥有五百余年历史的老街为载体,通过同泰店、粤东会馆、临汾会馆、深沟胡同等数十个真实地标,串联起梁家、曹家、宗家、王家等几代普通居民的命运沉浮。作品将个人童

年记忆与数十年实地走访、历史考证相结合,以近八十年的生命体验为底色,勾勒出老街在时代巨变中的沧桑影像,兼具文学书写与历史记录价值。

7月20日

《京剧板鼓演奏艺术》
作者:马学义
出版单位:人民音乐出版社
本书以口传心授的传承脉络为经,以演奏锣鼓点、鼓套子、混牌子、清牌子的技法为纬,书中还原演奏手法与传艺场景,深挖技法背后的文化逻辑,诠释技道合一理念,兼具实操参考与学术价值,助力传统锣鼓技艺传承。板鼓一响,黄金万两。这“黄金”不仅是舞台上的喝彩,更是文化传承的薪火。

《京剧板鼓演奏艺术》让我们看到:京剧的魂,藏在板鼓的节奏里,活在师徒的传承中,更需写在时代的书页上。

7月21日

《少年科学说》
作者:成生辉
出版单位:中国大百科全书出版社
适合儿童的一本零门槛入门级科学史,涵盖数理化生地理等中小学知识点。科技飞速迭代的今天,人工智能、基因编辑、量子计算不断拓展人类认知的边界,我们却常常追问:我们真的懂得科学的本质吗?工具日益丰富,选择与自由未必同步增长;知识不断累积,焦虑与迷茫却如影随形。科学是否万能?它的光芒之下,又藏着哪些被忽略的局限与真相?

本书以宏大历史视角与清晰科学脉络,回溯科学从萌芽到成熟的关键历程,重新审视科学精神的力量与边界,展开一场关于理性与文明的思想远行。从古代文明的科学火种,到理性时代的科学诞生,从工业革命的爆发式增长,到现代科学的分化与重构,再到对未来边界的探索与反思,带你沉浸式理解:科学究竟是什么,它能做什么,又不能做什么。