

从规培课堂到田间地头——一位全科医生的基层答卷

王壹璐

（陕西省榆林市靖边县东坑镇卫生院，陕西，榆林，718508）

DOI:10.32629/jrm.v3i2.02117

我叫王壹璐，是陕西省榆林市靖边县东坑镇卫生院的一名全科医生。作为国家第一批农村订单定向医学生，从延安大学的课堂到三甲医院的规培病房，再到如今东坑镇的诊室，十六年光阴，让我从一名青涩学子成长为乡邻信赖的医者。在基层的十六年，我脚下的路越走越踏实，守护基层健康的初心越来越坚定，做好父老乡亲“健康守门人”的力量也越来越强大。



1 从校园到基层，带着本领回家乡

2010年，我考入延安大学医学院，成为国家首批农村订单定向医学生。入学那天，望着“健康所

系，性命相托”的誓言，我在心里刻下一个承诺：“国家花力气培养我，就是要让我回到最需要医生的基层，踏踏实实为乡亲们看病。”

五年的本科学习期间，我专注学习内外妇儿等医学专业课程，认真掌握每个知识点，力求打下扎实的理论基础。随后三年全科规培，在三甲医院的急诊室、病房连轴转，跟着老师抢救过心梗病人、参与过难产急救、处理过复杂外伤，也系统学习了慢病管理、健康宣教这些基层必备的看家本领——这些在大城市练就的全科功夫，后来都成了我在基层啃硬骨头的底气。

2018年，我如期回到靖边县东坑镇卫生院。眼前的场景，和规培时窗明几净的大医院截然不同。相对简陋的医疗条件并不是主要问题，最棘手的是乡亲们的就医观念。第一次独立坐诊时，我就发现不少高血压患者总爱“自作主张”：血压刚降下来就停药，觉得“病好了”，等到头晕眼花再吃药，结果血压像坐过山车，并发症风险陡增。

看着这些本可控制的病情不断反复，我暗下决心要改变这种状况。我从最基础的健康宣教抓起，拿着血压计和用药清单，用咱老乡听得懂的话讲道理：“高血压就像家里的水管，长期压力大容易爆，药就是帮着减压的，停了压力又上来了。”我还特意收集了村里几个因擅自停药引发中风真实案例，配上简单易懂的图文手册，一次次在诊室诊疗时、

在下乡巡诊时反复讲，就想让乡亲们明白：血压正常不是病好了，是药起作用了，擅自停药可能要人命。

仅仅改变观念还不够，我又牵头制定了常见病、慢性病的标准化诊疗流程，给高血压、糖尿病患者建立了专门的健康档案，规定了随访时间、检查项目和用药调整标准，让每一步治疗都有章可循。同时，我带着团队细化家庭医生服务流程，完善辖区居民健康档案动态更新机制，通过村医入户、重点人群线上管理等方式，及时更新，避免信息滞后。给老人、慢性病患者、孕产妇都量身定制了健康管理方案。慢慢地，乡亲们看到了身边活生生的事例，越来越信任我们乡镇卫生院的医生，主动复诊、按时吃药的人越来越多，对医院的信任度也逐步建立起来。

2 脚踩泥土，把诊室“搬”到群众身边



东坑镇大，村民住得散，不少老人、病人出门看病难。我记得有年夏天的傍晚，值班时突然接到电话，说毛团村有位老人突发胸痛，我揣着急救包就往外冲。赶到时老人脸色发白，大汗淋漓，胸痛明显。我赶紧测血压、做心电图，初步判断是急性心梗，一边用药一边联系县医院胸痛中心转诊。后来老人家属特意来感谢：“多亏你来得快，不然真

不敢想。”

这样的事多了，我索性和同事们定了“定期下乡义诊”的规矩：背着心电图机、血压计、血糖仪走村串户，给行动不便的老人换药，给糖尿病患者宣讲饮食注意事项。慢慢地，村民们都知道东坑镇卫生院有个年轻医生，肯吃苦、医术好。我也逐渐摸透了村民们的健康状况，谁家有慢性病患者，谁家老人需要定期随访，心里都有一本账。村里老人总念叨：“王医生来了，我们心里就踏实了。”

记得有次下乡，走到半路遇到一位村民，捂着肚子直喊疼。我停下车一问，原来是胆结石犯了。我立刻联系了我院救护车过来，同时安抚村民情绪，指导他采取缓解疼痛的体位。等救护车一到，我们迅速把他送到县医院进一步诊治，避免了病情恶化。

像这样的事情，数不胜数。我用自己的实际行动，践行着“守护基层健康”的初心，把诊室“搬”到群众身边，让村民们在家门口就能享受到优质的医疗服务。

3 带着大家一起干，让基层医疗“强”起来



这些年在基层摸爬滚打，我越来越深刻地体会到：基层医疗要变强，不能靠一个人往前冲，得让

大家都攥紧拳头。我总想着要把自己在规培时学到的真本事变成全院同事的共同技能，这样才能真正撑起乡亲们的健康防线。

于是，我先在卫生院建起“技能练兵场”，利用医院仅有的模拟人、急救箱等设备，每天下午挤出一小时，把大家喊到一起练实操，从静脉穿刺到心肺复苏，一个个动作抠细节，一遍遍模拟突发场景。有时候谁手法不到位，我就握着他的手示范。遇到争议点，就翻开规培时的笔记一起琢磨，直到每个人都练得熟门熟路。

紧接着，我又搭起了“备考加油站”。院里不少同事总为考执业医师资格证犯愁，我就把自己当年整理的考点笔记翻出来，结合基层常见病案例重新梳理，下班后把诊室当教室开起了“夜校”。我不爱讲枯燥的理论，总把“什么是房颤”“如何判断细菌性肺炎”这些考点，拆成接诊过的病例，边聊病情边讲知识点。那年考试，卫生院8名备考的同事全部过关。

我知道，证书只是敲门砖，真正能看好病才是硬道理。于是我参照三甲医院的规培带教模式，把自己总结的诊疗规范、医患沟通技巧写成笔记，组织业务学习。碰上疑难病例，就带着大家围坐在一起，从询问病史的技巧讲到鉴别诊断的思路，让同事们一点点建立起全科诊疗思维。

如今看着同事们越来越敢接手复杂病例，看着

乡亲们在家门口就能看好病，不用再折腾去县城、去大城市，我心里比啥都踏实。当年离开延安大学时，老师拍着我的肩膀说：“基层缺好医生，但好医生也得在基层的土壤里才能长结实。”这些年下来，我总算琢磨透了这句话的分量，这片土地托举着我，我能做的就是守好这方水土，当好乡亲们最贴心的“健康守门人”。

在返回靖边县东坑镇卫生院工作的8年里，我始终坚守医者初心，认真做好初级卫生保健工作。面对工作中的重重困难与挑战，从未有过丝毫退缩。凭借着对这份工作的热爱与执着，以医院为家，在平凡的岗位上日复一日地做着平凡的事情。多年来，始终把救死扶伤、服务百姓作为永恒的追求，把辖区百姓的健康放在第一位。

全科医生的工作是一份责任、一份坚守、一份对乡土和乡亲们深深的眷恋。我深知自己所承担的责任之重，也心甘情愿为此付出心血，所以无论遇到什么困难，我从未轻言放弃。今后我会和我的同事们继续深耕全科诊疗，补短板、强能力，精进慢病管理、急诊处置等专业技能，更加用心倾听百姓需求，把精细化、个性化服务落到实处，同时主动学习前沿诊疗知识，以更专业的素养守护辖区居民健康，做群众身边靠谱的健康守门人，为建设健康乡村贡献自己的力量，绘就动人的新时代青春画卷！