

援藏医师谭涛：收了五个徒弟，写下两封遗书

今日女报 / 凤网见习记者 江昌法 实习生 周雅婷

摸准穴位，有深有浅地下针，湖南省中医院针灸科主任医师谭涛正为面神经麻痹的藏族同胞做针灸。她的学生边巴云旦则取出酒精灯，倒上酥油，用棉纱布包裹藏药，浸泡加热后，再局部涂擦热敷在患者脸上。

这是发生在西藏自治区山南市藏医医院常见的一幕，通过中藏医结合诊疗的方法，援藏医师谭涛救治了无数的牧区群众。

2016年，谭涛的丈夫参加援藏；2019年，谭涛接过接力棒登上“战场”，成为第九批援藏队员。援藏三年，偏瘦的谭涛体重下降了20斤，没有休过一个完整节假日，还先后写过两封遗书。她说：“对医生而言，哪里需要，就应该留在哪个地方。”



谭涛（左三）在进行膝关节注射操作带教。

援藏三年，她探索中藏医结合疗法

谭涛与西藏山南的缘分，始于2016年10月的一次探亲。

当时谭涛的丈夫在山南援藏，来探亲的谭涛在跟当地藏医医院医生交流中发现：藏医医院传统的藏医治疗特色鲜明，但中医诊疗水平还存在短板，如何推动中藏医药传承创新发展、振兴中藏医药，是他们发展的难题。

骨关节病、心脑血管病在西藏是高发疾病，而恰巧的是谭涛擅长针灸治疗痛症和心脑血管疾病。“我当时觉得自己的所学在那里能有一个很好的用武之地，而且他们也非常希望我能过去。”谭涛告诉今日女报/凤网记者，“同时，我丈夫一直在思考山南市藏医医院在成为三甲医院后应该如何发展，因此他非常希望我能接替他参与到这所医院的发展中来。”

2019年7月，谭涛紧跟丈夫的脚步来到山南，她聚焦藏医药发展，将中医理念融入藏医疗法，使中医针刺加电针、藏药浴配合中医自血疗法等新型疗法成为当地常规的治疗手段。

面瘫是中藏医结合诊疗比较成熟的一种疾病。原本，在当地是采用藏医的特色外治治疗——霍尔麦疗法，虽然有一定疗效，但治疗时间长、效果也不稳定。

“针对面瘫，我会根据病情及病程的不同分别选用艾灸、穴位注射等与‘霍尔麦’疗法相结合，不仅缩短了病人的病程，而且疗效也非常好。”谭涛告诉记者，3年来，她将藏医放血、火灸、药浴等与中医针灸、针刀、埋针等结合，通过优势互补、技术创新，面神经麻痹、肩周炎、骨质增生等疾病的疗效取得明显改善，农牧民看病的费用也降低了。

2019年9月，谭涛还用中藏医结合诊疗治好了一名十三年不孕的患者张女士。38岁的张女士生过一胎，但之后一直怀不上，在医院检测出的激素水平也非常低。于是，谭涛就把中医的温针灸和藏医的藏药浴结合起来，精心治疗三个多月后，张女士成功怀上了孩子，并于2020年生下了一个女孩。

2021年7月，张女士还带着自己的大儿子来看病。原来，她的大儿子得了神经性皮炎，看了两三年病都没有好转。谭涛用中

医针刺及自血疗法，配合藏医特色藏药涂擦治疗，仅两个疗程，张女士的大儿子就康复了。

援藏3年，谭涛精湛的医术得到了广泛认可。许多牧区群众纷纷慕名求治，仅针灸治疗就达9700余人次。

“输血+造血”，留下“带不走的医疗队”

一间房、6张床、一名藏族医生、一张凳子，每天病人不到10名。这是谭涛刚到山南市藏医医院时，外治科的情形。

为了建好外治科，谭涛从无到有，打造了一个专家工作室。经费不够，她就向援藏工作队申请；缺仪器，她就自己去采购冲击波治疗仪、中医定向透药治疗仪。“希望这个专家工作室能成为藏中医文化展示和交流的良好平台，也能为后来的援藏医生传递一份责任感和使命感。”谭涛笑着说。

人才培养，是谭涛改变外治科面貌的一大法宝。她认为，外治科是铁打的营盘，而援藏医生都是流水的兵，只有真正做到输血与造血相结合，留下一支带不走的医疗队，才不枉这3年的

时光。

谭涛一共收了五个徒弟。为了培养好他们，她费了很多心血：自己编教案、制作PPT；每个星期讲一两次课、带一次科室查房，还抽空带着弟子们去别的科室“串门”，查看一些常见病、多发病患者，现场进行讲解。“我讲解得很细，诊断治疗、病案书写、随访记录等，我都没有落下。”

谭涛还善于现身说法，把自己当标本”进行教学。今年5月份，谭涛因牙周炎导致下巴部位淋巴肿大。但她居然“乐坏了”，让几个藏族弟子来摸一摸肿大的位置，并教他们怎样触诊淋巴结。“这种方法能够加深他们的记忆，而不只停留在书本上。”

在谭涛的严格教导下，藏族弟子们都成为了能独当一面的医生。如今的外治科，治疗室增加到3间，床位增加到11张，藏族医生也增加到5人，还打造了一个专家工作室。

两封遗书见证

在援藏过程中，谭涛还写过两封遗书。

2021年“五一”假期，谭涛连续为60多个病人做治疗，

导致剧烈头痛、呕吐不止，加上强烈的高原反应，谭涛一度觉得自己“不行了”，就在手机里写了一封遗书。

这并不是她第一次写遗书。

2019年8月，正在郊外参加援藏工作动员会的谭涛，接到外治科电话，有患者需做关节腔穿刺灌洗。她在骑车回医院的路上撞上了一颗大树，但她顾不上查看伤势就继续赶路。

治疗结束后，徒弟发现谭涛的白大褂染上了大片血迹。谭涛拉起牛仔裤一看，右小腿已严重擦伤，血糊糊的一片。

由于山南缺氧缺血，加上医疗条件有限，伤口愈合十分缓慢，整整折磨了谭涛一年半的时间。

久伤不愈，加上联想到有援藏战友牺牲在高原，谭涛便在手机里写下了第一封遗书，直到2020年底回家过年才偷偷删掉。

“人的生命为什么有意义，是因为她选择了不一样的人生”。谭涛说，援藏三年，是此生最无悔的选择。不仅提高了医术，也为藏族同胞解决了疾苦，还为边疆的建设贡献了自己的一份力量。

援琼医师刘凤霞：与疫情赛跑，从不觉得累

今日女报 / 凤网见习记者 江昌法 实习生 陈恺然

在海南省乐东黎族自治县气膜实验室，中南大学湘雅三医院输血科主管技师刘凤霞穿梭在实验室中，对上万份样本进行拆袋、编号、扫描，即便戴着双层手套，她的双手腕也被压出深深的印痕，双手更是被泡得发白。当忙完后脱下防护服时，她就像从水里刚捞出来一样，紫色的洗手服都能拧出水来。

自8月8日随湖南援琼医疗队奔赴乐东抗疫以来，刘凤霞几乎每天都是这个状态。

刚开始工作的第一天，在标本前处理组的刘凤霞就和队员经受了一次考验。当时，气膜实验室刚组建，设施还在加紧

建设，出现了没有灯的情况。

但标本前处理的工作不能停，必须抢速度。于是，刘凤霞跟队员们利用现有条件解决困难。没有灯，他们就自己把手机的闪光灯打开，并找来了几台笔记本电脑来照明，靠着这些微弱的亮光在深夜鏖战。“因为实验室的光很微弱，工作进度受到了很大影响，因此只能完成常规条件下一半的工作量。”

除了没有灯，实验室的空调也还没装上，室内温度很高。此时的刘凤霞和队友们，穿着密不透风的防护服，即便汗水已如蒸桑拿般湿透全身，也都依旧没有停下忙碌的身影。



刘凤霞在将标本扫入系统。

因为来得匆忙，刘凤霞没有带换洗的衣服，就只能在空调外机旁吹干后再进去工作，一

晚上不到，她就烘了两次衣服。“因为穿湿衣服进空调房容易感冒，会影响到工作进度，所以大家会围在一起烘衣服。”最后，他们仅用六个小时就完成了两万多样本的前处理工作。

每天的工作量很大，但刘凤霞干劲很足，从不觉得累。为了节约时间，她常常直接躺在泡沫板上稍作休息，有时候甚至席地而睡。“与疫情赛跑，我从不觉得累，争分夺秒就是我的常态。在实验室，经常就是眯一会儿，就马上又投入到工作中。”刘凤霞笑着说。

在轮休时，刘凤霞也闲不住，“我随身带了一个笔记本电脑，会在轮休时对工作流程进

行梳理，发现问题就及时修改。同时，我还在编写输血医学继续教育培训教程和指导学生毕业论文。”刘凤霞打趣地说，对她而言，学习就是一种积极的休息方式。

“我认为人生真的需要不一样的经历来丰盈自己的灵魂，也需要崇高感来激发自己的内心情怀。我和丈夫通过接力抗疫的方式，彰显了家国情怀，并给自己的孩子树立了一个好榜样。”刘凤霞用坚定的语气说道，“我会发扬湖南人‘吃得苦、霸得蛮’的精神，坚守在岗位上，确保标本前处理不出任何差错，直到海南疫情散去的那一天。”