

在朝阳区香河园街道西坝河西里社区，有一个红色的爱心小屋，这就是75岁叶如陵老人的爱心诊所。每周一，这里总会聚满前来问诊的老百姓。援藏31年，扎根社区14年，叶如陵医生用爱心延续着自己的医者风范。他说：“要扎根基层，为老百姓看一辈子病。”



## 叶如陵的医者情怀： 为老百姓看一辈子病

□本报记者 张江艳 文/摄

### 从西藏到北京 一头扎进基层

下午2点，叶如陵老人准时来到他的爱心小屋，此时有几个居民已经在门口等他。他们相互热情地招呼着，一看就是老熟人了。走进屋里，他熟练地为居民量血压，看化验单，并叮嘱一位糖尿病患者应该如何注意饮食。

每周一，是叶如陵在社区为居民免费义诊的日子。不管刮风下雨，雷打不动，他都会准时出现。在居民眼里，叶如陵是一个心善的大好人，是他们最敬爱的保健医生。谁家有个头疼脑热的，他们都愿意第一时间找叶医生问问，有叶医生在，大家觉得心里踏实。

75岁的叶如陵退休后选择扎根社区，这跟他的医者情怀息息相关。从年轻从医时开始，他就远赴西藏，一去就是31年。回忆起在西藏的故事，叶如陵没觉得苦，而认为是非常有意义的人生经历。

1969年，29岁的叶如陵响应国家号召，参加了中央医疗队支援西藏。为了能跟心爱的人在一起，他新婚的爱人也收拾好行囊，同他一起，义无反顾地踏上了西藏的土地。

抵藏伊始，艰苦的自然条件让叶如陵的血色素几乎高达正常人的两倍，那时的他眼睛充血，嘴唇青紫，呼吸困难。但每当看到藏区人民看他时那充满尊敬与祈盼的眼神时，他便暗下决心，即使三年援藏期满，也仍然要留在西藏。

当时西藏与外界交往的主要途径是公路，但受环境影响，公路频发交通事故。叶老回忆：“经常能看到撞得头破血流的患者，因为得不到及时救治而去世”。因为没有脑外科的专科医生，年轻的叶如陵开始自学脑外科知识。后来，他得到了外派进修的机会，学成归来的第一件事就是成立了脑外科小组，也由此开创了西藏脑外科事业。

三十多年间，叶如陵和同事们建成了西藏高原上唯一一所三甲医院，在他的建议下，西藏卫生厅成立了干部保健处，他作为第一任处长，为保护西藏领导干部身体健康发挥了巨大作用。叶老说：“当时胡锦涛同志在西藏工作，我做了他四年的保健医生。”

### 让社区老百姓看病更方便

2000年，光荣退休的叶如陵回到了阔别已久的北京。刚回到北京时，叶如陵先感到了身体的不适应。“在高原生活了三十多年，一回北京，面对那么丰富的氧气，我就‘醉氧’了。”叶老说。为了让自己尽快适应环境，他加强了身体锻炼。随着身体渐渐好了，叶老却总觉得心里缺少了什么。一天，叶如陵在社区里锻炼，一位老人走到面前对他说：“你两天没出来了。”叶如陵吃惊地问对方是怎么知道的，这位老人说：“我在这等你两天了，想请你给我看看病。”听完，

叶如陵心里很不是滋味，也让他做了一个重要的决定。“既然我能在西藏坚持31年为老百姓看病，为什么不能在社区为居民看病呢！”

作为西藏自治区第一人民医院主管业务的副院长，叶如陵刚回北京，就有许多医院给他开出了高工资希望返聘他，叶如陵都拒绝了，他把心思放在了最基层的老百姓，主动参选社区党委委员，他心里想的是，“虽然改变不了看病难的大环境，但我可以通过我自己的所为，改变周边的小环境，让我身边的居民看得好病。”

从那时起，叶如陵利用自己的医疗专长，开始为社区老年居民进行义诊和健康咨询。2007年，北京市和朝阳区红十字会为西坝河西里社区提供了一辆流动医疗车，在街道工委的鼓励下，叶如陵成立了“叶如陵团队工作室”。每周一下午2点到4点半，叶如陵会如约而至，定时定点为居民看病。叶如陵还在家中开通了24小时电话咨询热线，方便居民遇到紧急情况时能随时和他联系。

### 爱心小屋的爱心大凝聚

叶如陵的服务对象大部分是老人。为了更好的服务老年人，年约七十岁的叶如陵又自学了老年医学，在为老人看病时，他会从老年人的生理特点出发，“能不吃药就尽量不吃药，血糖指标也不能按年轻人的标准要求，

许多老人在我这儿瞧完以后，都对自己的身体重新找回了信心。”

在为居民看病的过程中，叶如陵发现，居民最需要的就是向他们详细交待病情和解答疑问，但在医院，医生一天要面对那么多病人，根本无暇顾及。于是，居民把从医院拿回来的一大堆化验单和药物拿到“爱心小屋”，叶如陵就给他们仔细地解释化验单上有什么不正常，告诉他们得了哪些病，医生开了哪些药，应当如何服用，还嘱咐生活中要注意的事项。居民要到医院看病之前，也先咨询叶医生。叶医生向居民支招：如果是第一次看病，就先挂普通号，待各种检查齐备了，再挂专家号，这样既省时间又省钱。

除了为居民看病咨询外，叶如陵还在社区开办“健康保健大课堂”。为了让居民们了解得更形象更直观，叶如陵还学会了用电脑制作幻灯片。每堂课都会聚集很多居民，听他讲“常见病的防治”“老年痴呆症的预防”……几年下来，叶如陵累计在北京市和外地各机关、学校、街道和企事业单位讲课数百场，听课群众数万名。

“在社区工作我如鱼得水，我愿意把爱心和知识奉献给我的祖国和人民，直到永远。”叶如陵动情地说。眼下，叶老正在筹备为辖区老人做血糖以及老年痴呆症等疾病的筛查工作，“为我们百姓办实事”是叶老认为百姓对他最高的评价。

## 敬老爱老的丰碑

在红枫吐艳、月桂飘香的金秋时节，在京粮集团的安排下，我有幸到美丽的金海湖畔的碧海山庄——北京退休职工休养站休养。

几天的所见所闻，使我深深感受到，休养站为了休养员倾尽心血。休养站依山傍水的环境，让我陶醉。出门即可游湖，在楼上宿舍开窗眺望，

湖光山色尽收眼底。中国古典建筑风格的福韵楼、颐寿堂，老年人敬慕的偶像寿星老石雕随时与休养员合影留念。

精心细致的安排：山庄吴书记幽默的欢迎讲话和情况介绍，如温暖的春风，吹散退休人员心底的孤、冷、僻三气；文体体育活动分批交替进

行，井然有序，使休养员的文体技艺得以充分交流；联欢会休养员尽展才艺，欢乐一堂，其乐融融。热情周到的服务：设施和服务真是细致入微，床略低，方便老年人上下；游泳池水温高了一两度，老人更感舒适；一日三餐营养合理、色形多彩；餐厅台阶处的细心提醒让人心中再涌暖流。

这一切凝聚了爱老的理念、敬老的深情，充分体现了中华民族的传统

美德。我深切感受到碧海山庄不仅是市委、市政府敬老爱老的形象工程，更是退休人员心中的情感关爱工程。

作者 王毓祥

“这里夕阳分外红——我在北京市退休职工活动站的休养生活”征文选登

地址：北京平谷区金海湖旅游区内  
电话：(010) 69991201