

拍“说骨答疑”短视频走红网络

冰城医生耿硕的多面人生



生活报讯 (记者周琳) 孤独、严谨、感恩、知足、不拘小节……这些毫无关联的词用在一个人身上,可能会让人觉得混乱,但这些用在哈医大一院骨科副主任医师耿硕身上,却“混搭”得毫无违和感。

耿硕是谁?他就是近日在网络上走红的冰城骨科医生,为了让患者遇到骨科问题就医时少走弯路,他选择用当下最流行的短视频为大“说骨答疑”,他拍摄的视频已获91万点赞。然而,视频中严谨的耿医生,生活中却是个多重“性格”的人。“我确实是个思想单纯,性格、生活、工作却很多面的人。”耿硕坦言。

A:较劲!
成绩一般被嫌弃
“逆袭”上哈三中

高考后本硕博8年连读,又前往哈佛医学院就学,英国诺丁汉大学进修……从小到大,耿硕就是传说中的“别人家的孩子”。但是,37岁的耿硕介绍自己的求学经历时,却觉得自己尚有不足:“天外有天,人外有人,我还是不够努力。”

对自己的评价,耿硕说得最多的词就是爱较劲。耿硕出生于哈尔滨市,上小学时,因为不爱学习,母亲给他转学到另一所学校,班里100多名学生,他的成绩只能排到中等。一次,他向班里的一个女同学请教问题,却被女同学认为是成绩不好的学生。“当时被漠视、嫌弃的感觉非常不好,出于男孩的自尊,我就想较劲超过她。”结果那次期末考试,耿硕考了全班第一,成功“逆袭”。

中考时,因为老师的一句话,耿硕又开始较劲。“那时候成绩一度排到20多名,有一天老师找来我的家长,还问我想不想考三中,我当然想了,但老师质疑地问了一句‘就你现在的成绩能考上三中吗?’当时我就暗下决心,我就要考个给你看看。”耿硕说,最后,他真的考上了哈三中,看到老师欣慰的表情,他才明白了老师用的是“激将法”。

关注我
带你了解骨科B:努力!
进哈佛“受挫”更拼
从早到晚“泡”实验室

说到走上从医之路,耿硕直言,或许因为骨子里的热血青年,或许是小时候喜欢侠肝义胆的豪情,又或许是被曾经当过护士长的母亲影响,高考时他毅然选择学医。“对于这个选择,起初我母亲是不同意的。”耿硕说,在母亲看来,他平时生活随意,为人不拘小节,医生这个职业并不适合他。“她怕我责任心不够,又太辛苦,会受不了。”幸好开明的母亲并没有多加干预,就这样,耿硕完成了8年本硕博连读,如愿从医。

2009年,耿硕被国家公派到哈佛医学院作为联合培养博士留学。“从小到大挺顺风顺水,到了哈佛才发现自己很快就被淹没在成群的精英中。”耿硕坦言,曾经的一点小“膨胀”很快就被打消了,“用现在流行的话说,那时候才真切地感受到,什么叫比你优秀的人还比你努力。”耿硕决定收起锋芒,踏实学习。7时到22时,他几乎是每天最早到实验室最晚离开的人。

C:感恩!
人生的十字路口
老师帮他坚定目标

2009—2011年,当耿硕国求学时,周围很多人劝他留在美国,迷茫是他对当时自己心态的总结。是否回国?回国去哪个城市?一次,耿硕的导师毕郑刚教授去国外参加会议时特意绕道看望了耿硕,多年的师生,耿硕的迷茫被老师一眼看穿,一同被看穿的还有他拮据的生活。

“回国吧,祖国培养你成为一名医生,目的是让你服务百姓,学成后更应该回到祖国,回到家乡去回馈社会。”临走时,老师替耿硕坚定了目标,同时也给他留下了一些生活费。

“老师走的那天我想了一夜,想这些年的求学经历,想我的求学初衷,想老师为了培养我多么用心,老师说得最多的话是医者救人,要学以致用。”耿硕表示,思考了一夜后,他决定回国,回到哈尔滨,用自己学到的知识、技术,回馈家乡。“千里马常有,而伯乐不常有。师承很重要,这些年老师言传身教,把多年的经验总结后教给我,甚至自己甘当助手。今后老师在哪我也要在哪,我要将从老师那学到的本事,传递、发扬出去。”

D:严苛!
每台手术都要精准
伤口尽量美容缝合

作为一名骨科医生,2017年至今,耿硕每年操刀独立完成400多台手术,每台手术都把精准作为基本准则,新技术也都争先去做,面对股骨头坏死、髋关节发育不良、强直性脊柱炎、膝关节骨关节炎,屈曲畸形或强直畸形,大骨节病、复杂下肢畸形或者髋关节翻修,膝关节翻修、复杂感染翻修等诸多困难的问题,他通过老师传承的经验技术加上最新的数字设计和人工智能辅助,来进行术前规划,术中3D打印导板或导航进行精准实施。不仅如此,对于特殊类型疾病,他还设计自主研发的3D打印翻修假体。“我希望尽量站在患者的角度考虑,如果我是患者,我需要什么样的功能恢复,不能说是要求完美,只能说对假体的安装方向和角度都追求得比较高。”

结合最新科技优势和老师传授的传统手术技法,耿硕一点点在进步,为提高就医体验和术后体验努力着。在同事眼中,他是一个对工作要求严苛、追求完美的人。从查房、消毒、补液到缝合伤口,他都希望做到最好。小到髋关节置换的伤口,他都尽量要求美容缝合。按理说,患有髋关节骨病的多以老年人为主,他们对伤口的缝合要求并不高,但耿硕依然坚持尽量为每一位患者的伤口美容缝合。与普通缝合相比,美容缝合需要逐层精细化缝合,才能让伤口既好看又可以配合快速康复。

E:创新!
精心制作短视频
为粉丝“说骨答疑”

由于疫情,工作之余,耿硕逐渐关注短视频,他发现科普类的短视频很多,但是有些视频科普的知识却并不精准。有两次,家里长辈给他发的科普谬论,甚至让他哭笑不得。于是,耿硕决定用自己的专业知识,为大家科普答疑骨科相关知识。

做了几期小视频之后,渐渐有人关注。于是,耿硕开始深入研究起来。利用空闲时间,拍短片、剪辑、后期配音,有时加上易懂的3D动画,耿硕的小视频竟然火了起来。“我不算是网红,只是讲解我擅长的,说点了解的医学知识,让患者少走点弯路。”无论工作多忙、多晚,耿硕都尽量看完每一条留言、私信。但是,他也发现了短视频的局限性,有些问题可能一句两句解释不清。于是,从半年前开始,耿硕每周开两个小时的直播,为市民答疑解惑,非常受大家关注。到现在,耿硕的抖音号已经有21万粉丝,拍摄的视频共获91万点赞。

F:温情!
养猫咪解压
让自己柔软一些

工作上严苛的耿硕,生活中是个不拘小节的人。“有时候着急出门胡子都来不及刮。”耿硕笑着说,“其实我也挺帅的,不收拾自己时出门也不会吓到人。”在工作之余,耿硕经常会应邀去参加学术交流,平时工作太忙,忙到几乎没时间打理自己。

如此直男却也有温情的一面,在耿硕的家中有一只陪伴他的猫咪,既是为了缓解压力,又是为了提醒自己,适当时也要柔软一些,弥补一下直男的性格。

诚聘精英

工作岗位一
土水保持方案编制人员

工作方向:
土水保持方案编制、水保验收、水保监测等水保咨询类工作。

任职要求:
1、专业:水文与水资源工程、水利水电工程、水土保持与荒漠化治理、农业水利工程等。
2、从事过水土保持方案设计及验收、防洪评价、排污口论证、水资源论证、侵蚀沟小流域治理设计等工作的优先考虑。

3、工作年限:3年以上
薪资待遇:
1、本科8万以上/年
2、研究生10万以上/年

工作岗位二
可研编写人员

工作方向:
项目建议书、项目可行性研究报告、项目申请报告、资金申请报告等可研编制工作。

任职要求:
1、具有可研编制的工作经验,能够独立负责整个可研编制的工作流程,如:搜集资料、编写文本、参加专家评审、按照专家要求修改等;负责过建筑类或给排水、污水处理类项目的编制工作。

2、专业:最好是建筑、给排水、环境工程相关专业,其它专业优秀者亦可。如:在规划院、市政设计院、排水设计院、建筑设计院、工程咨询公司等单位有过工作经历者。

3、工作年限:3年以上
薪资待遇:
1、年薪12万以上/年

工作岗位三
给排水设计人员

工作方向:
方案设计、初步设计、施工图设计。

任职要求:
1、具有设计院的工作经验,能够独立负责整个项目设计的工作流程,如:搜集资料、制定方案、沟通甲方、编制初步设计文本、绘制图纸等;负责过建筑给排水、市政给排水项目的整体设计工作。

2、专业:给排水、环境工程相关专业,其它专业优秀者亦可。如:在规划院、市政设计院、排水设计院、建筑设计院等单位有过工作经历者。

3、定期体检
4、员工旅游
5、定期团建
6、双休法休
7、免费午餐
8、加班补助
9、年终奖金

公司具有完善的福利薪酬体系,人性化的管理制度,良好的工作氛围,舒适的工作环境。公司现有员工40余人,均为本科及硕士研究生学历,公司本着追求卓越的精神,在招聘人才时对个人基本素质的要求较高,希望有识之士能够加入公司,共同创造公司的未来。

联系人:李先生
联系电话:13936680321



“我的姐姐”:

逃不掉的因果
走不远的宿命

你喜欢我,姐姐”,“我以后听你的话,你不要卖我”……还在扎破的足球上用拼音歪歪扭扭写上姐姐,自己打电话给领养家庭表示愿意被领养……听到这些暖心又扎心的话,看到他做出的可爱可怜的举动,即使内心有坚冰,可能也会一层一层地融化,即使之前与弟弟从无情感瓜葛,就像她之前跟亲戚争吵时说的,“我跟他不熟”,但随着与弟弟在一天一天的事事的接触和磨合中,自然而然也会滋生内心的喜爱与羁绊。所以她后来才会对弟弟说:“我也不知道认识你早一点儿,会不会爱你多一点儿,爱自己少一点儿。”

其实对于姐姐来说,至少有三个理由可以拒绝认养这个弟弟。一是这个弟弟是父母未经她的意愿而生的,她甚至在父母出事之前从来没有见过这个弟弟,在车祸现场,倒车镜上挂着的是父母带着弟弟一家三口的合照,而不是一家四口,她当然有理由这样想:你们的幸福我没有参与,你们的痛苦和责任凭什么要我承担?二是她的父母,尤其是父亲,为了要这个弟弟,对她有太多的不公甚至虐待,为了生二胎,逼着她假装残疾,露馅之后遭到父亲的暴打,在她报考大学时,还偷偷地改了她的志愿,把她梦想的医生专业变成了后来给她带来太多困扰的护士,就是因为觉得女孩子应该更早地工作养家;还有就是她未来的人生,她一心想要考研去北京,离开这个地方,而且作为未婚女孩,要抚养这样一个“拖油瓶”的弟弟,对于未来情感和婚姻的影响都可想而知。

弟弟的很多言行,很天真,但其实也是有着小孩子的小心机的。他在医院里假装昏迷,其实是想博得姐姐的关心,在被姐姐带走的路上,又一下子趴在姐姐的背上,跟她说:“你跟妈妈一个味道!我想妈妈了!”还有,诸如“姐姐,我只有你了”,在安然最初做出拒绝抚养这个弟弟的决定时,她的亲戚们七嘴八舌地对她的声讨:“他可是你亲弟弟啊!”“你爸妈供你这么大,你对得起你爸妈吗?”“长姐如母,你现在首要的任务就是把你弟弟好好养

大。”“你要是敢送走你弟弟,我就去法院告你!”甚至他的大伯还要动手打她……而在安然与肇事司机发生冲突后,她要“卖弟弟”的事又被传到网上,遭遇网暴。这些人当然知道自己可以指责安然,因为他们不需要承担责任,他们只需要表现义愤就可以了。但就像王尔德说的:“过自己想要的生活不是自私,要求别人过自己的生活才是。”更何况,你没有身处别人的境遇,又不能替别人解决实际问题,凭什么对别人的人生指手画脚?

这里最耐人寻味的是安然的姑妈,她也曾经因为自己的弟弟,也就是安然的父亲,牺牲了自己的人生,本来可以上大学,却只好去工作,本来可以出国做生意,却又因为弟弟生了孩子,把自己再次“拽”回到琐碎繁杂的、为他人付出的平凡生活之中。

她虽然心有不甘,但却是认命的:“我是姐姐,从生下来那天就是,一直都是。”所以也希望安然能够像她一样,为自己的弟弟做出付出和牺牲。于她看来,这一切都是理所当然。

但在姑妈听安然说起自己“被表哥当沙包,被姑父看洗澡”的童年噩梦,对于她内心的冲击可以说是极大的,也让她终于认识到:“套娃也不是非要装在同一个套子里头”,认可了安然自己做出选择:“姑妈没把你带好,以后的路,你自己好好走。”

所以,即使安然最终做出的抚养弟弟的决定,与姑妈当年的性质也是不同的,因为这是她自由意愿的选择。

多年前,我曾在自己的一篇文章中说过:“家人和亲戚对于我们的的重要性不言而喻,他们是我们逃不掉的因果,走不远的宿命,是我们血缘关系上的万有引力。”

力,是我们社会关系上的量子纠缠。”这些关系,就是我们最无可选择的选择,在很大程度上,甚至左右了我们人生的走向和生活的质量。而最理想的状态就是,我们因为亲情和意愿凝聚在一起,而不是因为道德和伦理绑定一生。

影片中的安然,如果最终决定了抚养弟弟,也是因为他的可爱和懂事,但现实中,如果弟弟没有那么懂事可爱,甚至顽劣或者残疾,她又当如何?影片里,作为姐姐的安然也在试图为弟弟找到一个好的人家抚养,但现实中,如果弟弟被送去的人家并不好,又能怎样?影片都没有能力给出答案。

而据说是疑似《我的姐姐》原型故事是这样的:父母出车祸去世,2岁的弟弟被23岁的亲姐姐,送给了一个农村夫妇,并立下字据,永不分离。还有一个现实版的《我的姐姐》,就是最近20岁云南女孩因要出来打工养活三个弟弟,不堪压力在杭州跳河轻生的新闻。影片可以带给我们感动,但生活中却有着我们生命不能承受之重,影片可以戛然而止,生活却只能负重前行。

王尔德还有一句话:“爱自己,是一生浪漫的开始”,但对于人生被捆绑了太多东西的你我来说,尤其是在中国式的家庭关系之中,真能做到,谈何容易?



SHENGMINGRIJI
老文青的
生命日记

子后,一面是亲生骨肉,一面是一手带大的一奶同胞,你让女儿如何平衡自己的情感?如果是意外灾难,无奈之下,女儿只能选择承担。但是女儿好好的困惑。她有一个20岁的女儿,担心女儿将来孤单,想依据二胎政策再要个孩子。但是身体不好,担心没有能力将孩子带大。老公不同意要二胎,但是女儿不断地鼓励她,女儿对她说,你负责生,我负责把弟弟或妹妹养大。她想听听我的意见。

认真分析了粉丝的困惑,我收获了一种沟通方式,就是从对方最大的心病入手,这位粉丝最大的忧虑是女儿的未来,那么我就针对她女儿的未来进行解析,这让她瞬间明了并有了该有的决定。我不仅获得了巨大的愉悦、成就感,还训练了一项技能。

这个早晨不错,又想明白了一件事情。从今天开始,遇见任何一件事,要么认真对待,要么不去碰它。

修行的渐进:又想明白一件事

王伟宏

昨天晚上和朋友聊天,我说我以前做饭都是对付,前些天突然发现,原来认真地做一道菜是一件很享受的事情。以后,我会认真做好每一顿饭菜,好好享受这个过程。

修行的进度,不就是想明白一件事又想明白一件事吗?不就是修掉了一个坏习惯又修掉一个坏习惯吗?所以朋友说“你又想明白一件事”时,我窃喜。窃喜一下之后,我问自己,真的想明白了吗?认真做好每一顿饭菜的意义只是享受了一下吗?

修态度,就要把我们经常面对的事情一件件地想明白,想明白了态度就端正了,也就知道应该以什么样的行为方式来处理各种事物了。知道了,往往做不到。比如知道生气是拿别人的错误惩罚自己,但是遇到事情还会生气。因为我

们早已养成了生气的习惯,这习惯控制了我们。

修习惯,就是修掉我们几十年养成的坏习惯,用好习惯替代它们,把自己从坏习惯的控制下解救出来。

修行的进度,不就是想明白一件事又想明白一件事吗?不就是修掉了一个坏习惯又修掉一个坏习惯吗?所以朋友说“你又想明白一件事”时,我窃喜。窃喜一下之后,我问自己,真的想明白了吗?认真做好每一顿饭菜的意义只是享受了一下吗?

沉思,是非常好的修行方式之一。沉思之后,渐渐明白了。我可以认真做一顿饭菜开始,向认真对待生活中的每一件事情出发。

认真地炒一个菜,或者认真地完成一件日常琐事时,我

们的心是安静的,从容的。这时候,我们不知不觉地去除了所有的浮躁、急迫以及杂乱的欲念,这种状态下,我们是纯粹的。认真对待每一件日常琐事,很可能是一种很高的修行,一种返璞归真的修行。

认真对待,即是善待。从善待每一个人到善待每一件物品,再到善待每一件事、每一个活计。久而久之,就会去除掉草率应付的坏习惯。如果有能力善待每一寸匆匆逝去的时光,我们的生命就会精致、舒缓、滋润。

真的应该认真对待生命中遇见的一切事物,我们的生命是依附它们而存在的。回想60年的生命历程,如果把生命中遇见的事物全部剔除掉,那我的生命将无以依附,将会变成干尸,或者变成幽灵。认真对

我说姐姐替代不了母亲之类道理,我问她,当女儿结婚之后,一面是相伴终生的丈夫,一面是亲手带大的弟弟或妹妹,你让女儿如何平衡自己的情感?当女儿有了自己的孩