

# 这名上海医生在社交平台挖了个“树洞”……

## 与80后眼科医生舒秦蒙聊聊那些“治愈自己、治愈别人的故事”

### 医线故事

■本报记者 唐闻佳

“我想，这真的很孤独。她一个人住了两次院。”这并非小说的结尾，而是一名上海医生“日记版”的患者真实故事记录。

故事讲述了一名年轻女子“胸片结果不太好”，这名上海医生在她出院之际提醒：趁暑假有假，出院后要去综合医院看看肺上的情况。半年后，女子回到诊室，对医生的叮嘱千恩万谢——她后来在瑞金医院查出肺癌，已开刀。

“又是小炸鸡医生缝缝补补世界的一天。”这篇短文下，不少网友敲下这行字。这名医生是复旦大学附属耳鼻喉科医院（上海市五官科医院）180后眼科医生舒秦蒙，“小炸鸡”是他的网名，他时常在网上记录下从医的所遇所感，在网上，已有33万网友为他“点赞”，20多万网友在他的文章下诉说着治愈自己、治愈别人的故事。

为何会在社交平台上发文、如何看待“走红之后”、如何理解当医生这件事，记者与援滇一年期满返沪的“小炸鸡”聊了聊。

### 聊走红暖文

患者的信任和肯定很珍贵，“其实我也要谢谢他”

至今单篇点赞已突破24万，“小炸鸡”在社交平台上发布的《他走了二十公里来看病》，突然火了。这篇最初于今年5月在社交平台发布的短文记录了一名“几乎踩着门诊结束时间”来看病的患者故事。

50多岁的男子，黝黑的皮肤……患者眼内严重出血，而当日B超等门诊检查已基本结束，舒秦蒙忍不住问：“你不能早点出发吗？”



▲舒秦蒙（左二）下乡义诊。  
▲舒秦蒙（右二）与同事共赴云南省富宁县开展援滇医疗工作。（均受访者供图）  
制图：张继

男子说，很早就从山里出来了，花费了一上午，走了二十多公里到县医院，县里医生说不行，推荐他来上海看，随后他坐车到位于上海市中心的复旦大学附属耳鼻喉科医院，抵达门诊时就已接近医生下班时间。

“小炸鸡”惊讶于这名患者“走了二十多公里看病”，听到患者说“医生，我干活的时候汗流进眼睛里，辣得痛”，知道患者带的钱很有限，“小炸鸡”跑进一间诊室，凑了近10瓶检查用的硼酸洗眼液送他，“够你用很久了”。

又是一个快下班的门诊日，“小炸鸡”的诊室里进来一名眼内出血恢复得很好的男子，翻看病历记录，“小炸鸡”认出了自己的笔迹。“你找我看过？”“是啊，你送过我眼药水”“我想谢

谢你”。

质朴的文字，收获20多万网友评论，很多人在这个故事下留言“看哭了”。其实，这是舒秦蒙门诊记录的一则旧文。2012年进医院工作后，舒秦蒙喜欢在工作之余记下特别的人与事，《三年后，他带着妻儿来感谢医生》《说他儿子今天生日》……

为什么会在社交平台上发文？舒秦蒙笑言，总不能老在朋友圈“抒情”吧。对这名青年医生而言，在社交平台上发文字类似给自己挖一个“树洞”。“临床上要学的很多，能做的却不多。常常是挫败，偶尔有成就。能真正帮助到患者，得到患者的信任和肯定非常珍贵。我会深深记得。”谈及这名患者，他说，“他好了起来，对我信任、感激，也给了我成就感，我也要谢谢他。”

### 聊大山里当医生

#### “我们要更主动些，去改善基层病人的情况”

舒秦蒙的记录里，有许多医院前辈、同仁的身影。《三年后，他带着妻儿来感谢医生》讲述了徐格致教授的医行故事，《韩先生》里手术中“动作极轻”的医生是江睿主任医师，《一位没钱治病的中年人》中，支持为经济困难患者开展简易术式、节省医疗费用的上级医生名叫孙中萃……在舒秦蒙的眼里，医院的前辈大多“低调而有本事”，他们中有的年逾八旬仍耐心与年轻的进修医生探讨学术，有的会在手术笔记里写下“这个孩子的玻璃体液化的程度令我感到讶异”，有的在门诊或手术中手把手仔细带教后辈。

他说：“那些勤勉付出的前辈总在影响着我。”

2022年7月，舒秦蒙作为复旦大学附属耳鼻喉科医院第二批援滇医疗队队员，前往云南省文山壮族苗族自治州富宁县人民医院开展援滇医疗工作。富宁是一个边境县，也是全国有名的八角产地。不过，当地人的健康意识、当地的医疗资源都相对匮乏。舒秦蒙遇到过一名独居老人，做农活时被叶子划伤了角膜，植物和泥土中混杂的大量真菌导致老人出现真菌性角膜溃疡。找到舒秦蒙时，老人的角膜溃疡已经很严重，再不控制感染，眼球有可能保不住。

在当地，抗真菌药物比较匮乏。舒秦蒙赶紧联系了上海医院的同事，购买抗真菌药邮寄到山里，给老人用上，所幸，用药及时，角膜感染得到了有效控制。

“当地病人很淳朴，对医生天然地信任，而他们对病痛的忍耐力令人吃惊。”走进大山，令舒秦蒙直面基层百姓的看病路，“乡镇之间的距离很远，他们从山里走到县城就很不方便了，赶路几十公里来县里看病很常见。”  
交通不便、病人能忍、健康意识欠缺，舒秦蒙时常遇到令他遗憾的病例，“终末期的情况比在上海多得多。”在当地医院和政府的支持下，他和同事们常常下乡巡回医疗，去乡镇义诊，“在上海，我们往往是等着病人上门，但在这里，我们医生要更主动些，才能一点点去改善基层病人的情况。”

### 聊未来行医路

#### “我会在能力范围内更加温和、更有耐心”

回到上海，舒秦蒙依然会时不时发文，不过更新频率有所减慢，连他自己也说“越来越忙了”。这并不影响网友们持续在他的社交平台账号下留言。

有人因为他的记录而写下就医时身为患者的共鸣：“希望每个医生都能多点耐心。我自己去看过医生，小心翼翼，很卑微，希望医生们尽量体谅患者。”有医生写道：“今年要大一，希望可以做一个能帮助很多人的医生。”有人自言焦虑症已一年，经常觉得人生毫无意义，看了“小炸鸡”的文字，“此时此刻足以让我忘记明天可能出现的风浪”。有人说，在这里“看到了医者仁心，这世界还是有更多暖心的瞬间”。

更多人感谢“小炸鸡”，写下自己的从业故事、人生故事，一名医生的“树洞”没想到成为许多都市人的“树洞”。留言里，反复出现着一句话：“即使世界有时破破烂烂，总有人愿意缝缝补补。”

舒秦蒙至今还会翻看《他走了二十公里来看病》，看盖起高楼时的留言、评论。“起初有点慌，更多是受宠若惊。工作中很多时候是一念之差，如果那天因为急躁、任性拒绝了他，我应该会很自责吧。”

面对外界的关注和褒奖，舒秦蒙保持着清醒：“我只是一名普通医生，跟着前辈学看门诊，和同仁一起成长，对患者负责，关心是本来就应该做，且大家都在做的。记录的这些人与事更让我认识到，作为医生，我们往往并不知道患者克服了哪些困难来到门诊。今后的门诊中，我会在能力范围内更加温和、更有耐心。”

# 保护隐私，理性对待「最熟悉的陌生人」

### 「为什么好多人都消失在朋友圈了」引发热议

■本报记者 占悦

一杯酱香拿铁“承包”了昨天的微信朋友圈。许久没露面的朋友们也开始晒图评论，调侃茅台与咖啡的奇妙组合——这引来更多人感慨：朋友圈好像回来了。

这两天，“为什么好多人都消失在朋友圈了”成为社交平台上的热门话题，还曾冲上热搜榜首。“你发朋友圈的频率有多高”“发朋友圈会设置分组吗”等生活话题不断发酵。网友有网友的聚焦点，学者则关注到了另一面，采访中有专家认为：由于微信朋友圈属性不断演变，更多社交平台的兴起也给朋友圈带来了竞争与挑战，人们应更理性接受、对待这样的变化，“分享的同时，更要注意隐私保护，把握好如何对待‘最熟悉的陌生人’。”

### 朋友圈里不再住着“朋友”

关于朋友圈的讨论常伴着热点事件而兴起：近期，一位妈妈在朋友圈分享了孩子的大学录取通知书，点赞者寥寥，更多的是“冷嘲热讽”，甚至有朋友觉得这是在炫耀，对其他小孩不公平……

“为什么连点赞都要变得小心翼翼？”网友们的拷问引出如今朋友圈的尴尬：带有社交属性的“半生不熟”社交工具。

上海社会科学院社会学研究所研究员曾燕波剖析，一开始微信的出现是为了联系老友，也成为朋友间的一种纽带，而后，大家开始在朋友圈分享日常生活及感悟，也往往能获得“老朋友”的关注。

“但现在，微信作为在线即时通信工具的一种，其工作属性越来越强，因业缘关系等加上的好友不少，导致每个人的微信朋友特别多，而加上之后很少联系甚至从不联系的大有人在。”曾燕波说，每次外出讲课就会收获一堆好友，其中大部分后续对话框都没有更新，成为朋友圈“最熟悉的陌生人”。

朋友圈终究是个“圈”。有网友认为，当领导、同事、同行都成为微信好友，朋友圈反而成了一种立人设的“秀场”。比如，有人经常发布早出晚归的内容营造“辛勤工作”的人设；为了彰显与众不同，分享茶艺插花“高品质”人设……因此朋友圈不再具有“自主选择权”，也由此诞生了诸多“点赞顾虑”“评论顾虑”。

### 与其盯着手机，不如享受当下

有数据显示：每天有40%的人没打开微信朋友圈，90%的人只看不发。  
曾在腾讯工作、长期关注社交媒体发展的专家张孝荣认为，“不发朋友圈”这一话题时有讨论，其背后就是因为朋友圈内容变得无聊了。随着抖音、今日头条等社交平台的兴起，不少人也愿意在这些平台上做各类分享。  
朋友圈已不再具有“隐私性”，有网友抱怨这样的窘境：“要么流量不够，要么隐私不足。”所以，这给在朋友圈分享带来了考验与挑战，有时也会存有安全隐患。比如，出门旅游晒出飞机票——你的航班号、身份信息很容易被不法分子掌握。  
曾燕波提示，越来越多诈骗术潜入朋友圈，尤其是青少年很难辨别真假，更不用说“盗号”等情况出现。“分享，容易惹上不必要的麻烦。”  
“‘最熟悉的陌生人’变多了，与其天天盯着手机刷圈，不如享受当下生活。”一位网友这样说道。

# 青年金点子让非遗焕新走入寻常百姓家

## 沪上高校以科技赋能云南历史名茶十里香，相关美妆衍生品将面世

■本报记者 吴金娇

一种原本濒临绝种的云南古茶十里香，如今焕发出新的生机。在华东理工大学化学学院王利民教授指导下，师生用化学方法从中自然提取茶精油、茶香氛，制成“十里华香”淡香水。目前，王利民团队正携手上海百雀羚日用化学有限公司联合开发形成具有东方茶香的国潮美妆日化，蕴含茶香的面膜等洗护产品即将面世。

四年多来，王利民带领学生让这款非遗茶叶从云南、从小小的茶碗中走到更广阔的天地，而这个项目也让更多年轻人产生了对非遗等传统文化的兴趣，如今他带教的本科生里就有一名非遗传承人，还有一名博士生是撕纸非遗传承人。随着国潮风强势崛起，越来越多的年轻人正参与到非遗文化传承和推广的队伍中，让非遗文化走进大众生活。

### 让宝藏茶的香味飘到更远的地方

王利民与十里香的初次结缘，还是在2019年暑期。那时，他带领大学生实践队到访昆明茶厂，这种散发着桂花香的茶叶瞬间吸引了他。

十里香是云南高香型茶之一，种植历史最早可追溯至唐代，明清时曾作为贡品茶，《昆明市志》记载“吃水要吃吴井水，喝茶要喝十里香”，民间也有“一杯十里香，满屋皆飘香”等佳话流传。2018年，十里香茶入选昆明市非物质文化遗产名录。但近年来，受限于传播方式，十里香的知名度远低于大叶种普洱茶。

了解到这一情况，王利民和学生当即开始采摘茶叶原叶、茶籽、茶花、红茶、绿茶等原料寄回上海的实验室。检测发现，十里香茶叶的香气组分要高于普通茶叶，十里香红茶的香气成分和柠檬醛含量高于普通红茶，十里香绿茶的香叶醇、茉莉酮等一些特征香气组分含量也高于普通绿茶。  
“这是宝藏茶呀！”手握实验数据，王利民和学生兴奋难耐。纯天然的茶香，能否利用化学方法自然提取，在衍生产品



王利民团队从十里香茶中提取天然茶香，研发系列国潮美妆日化。（受访者供图）

中还原？当天小组便开始头脑风暴，大家一致同意研发一款茶香型香水。而后，“十里华香”淡香水问世，在校内广受好评。除了香水，王利民还试水洗护产品，研制出“华理香”洗手液。

历经4年不断合作研发，如今，十里香又有了新动向。师生正提取茶精油、茶香氛，用以开发下游产品。王利民团队成员介绍，下游产品不仅包括茶叶香水、茶籽油润唇膏、茶多酚护手霜、茶树精华护发素、高山茶花面膜、氨基酸洁面皂等化妆品，还有茶粉洗洁泡、茶基洗手液、茶功能牙膏等日化产品。

### 科学家精神鼓舞年轻一代做好非遗传承

“很多非遗文化流传至今都有着前辈的诸多心血，如果没有云南农业大学退休教授张芳赐的抢救，世间恐怕已无十里香。”王利民告诉记者，“但是，如今我们要继续传承、推广，说到底还是离不开年轻一代。”

今年暑假，王利民特意带学生拜访了张芳赐。这位老人是云南茶叶领域高等教育的创始人、茶树品种资源的发掘者与呵护者、昆明十里香茶的保护和研究者……“可以说，提起昆明传统名茶，便不得不提张芳赐。”王利民说，张芳赐拯救十里香的故事，不仅是科学家精神最好的体现，更体现了老一辈学者对中华文化的尊重。

原来，清同治年间，昆明的十里香茶园惨遭焚毁，损毁严重，曾列为皇家贡品的十里香一度难觅芳踪。上世纪50年代，毕业于安徽农学院茶学专业的张芳赐来云南支援边疆建设时，原产地只有几棵茶树，茶园一片荒芜。正是张芳赐开展了对十里香茶的保种、选育研究工作。2005年，终于从8个类型中培育出成熟的十里香1号种和3号种，并于2008年在当地农业局支持下，在石林建立了万亩十里香茶保护基地，十里香茶终于得到有效保护。

感动于老一辈学者的努力，华理的云南籍大学生收集补充了许多历史资料，还联系了著名连环画家罗希贤，合作将复活十里香的故事制作成卡通连环画。团队希

望通过特色民族包装以及连环画的宣传形式，带给消费者全新体验。

“以前，非遗多由老一辈手艺人掌握，他们文化程度有限，缺乏拓宽非遗传播的现代化视野和技术手段，这也很难让非遗进入年轻人‘生活圈’。”王利民介绍，他已连续5年面向全校师生开设通识课《艺术与化学》。在这节课上，学生需要从中草药以及各类非遗文化中汲取灵感，制作口红、香水等实体产品。如今，他带教的本科生和研究生中均有非遗传承人。

### 培养新一代非遗传承人，沪上高校在行动

保护非遗，从培养非遗传承人开始。如今沪上多所高校不仅鼓励大学生返乡用所学助力家乡非遗传承，还通过带教非遗传承人的形式，让年轻一代打开非遗传承的无限可能。

潘胜紫是上海对外经贸大学一名00后水族女大学生。在她的家乡三都水族自治县，不仅有被称为象形文字“活化石”的水书文字，还有首批国家级非物质文化遗产水族马尾绣。但在上海求学时，她发现，身边大部分人仍然对其民族文化知之甚少。在学校老师鼓励下，潘胜紫坚定地开启了以水族非遗文化为基础的非遗传承和创业之路。

今年暑期，潘胜紫在上海接受了创业培训。她还组织了一支大学生实践团在三都开展实地调研。调研期间，大学生们不仅帮助马尾绣国家级非遗传承人宋水仙开通电商直播，还提供了线下研学和线上直播销售相结合的新发展方案。“家乡的优秀文化遗产应该让更多人共享。我们正在以纪录片拍摄等方式持续助力三都非遗的传承和产业发展。”潘胜紫说，“只要改变非遗‘土里土气’的刻板印象，古老的技艺完全有可能在我们这代手中焕发新生。”

在东华大学，学校开设了非遗研修班，为非遗传承人提供深造计划。95后布依族非遗文化传承人王良洪正是通过研修，找到了非遗传承的新路：建立传统纹样数据库，借助互联网和大数据吸引更多人为全世界的设计师提供灵感。

# 科学大咖走进中小学传播高科技

## 徐汇区邀请11位院士、科学家开讲科普讲座、指导学生课题、培训科技教师

光鲜等都榜上有名。  
活动搭建了“线上+线下”连通的展示平台，通过“科普讲座+科学课程+科创课题”的阶梯式科学教育模式，提升教师专业素养和学生科学素养，提高学校科学教育质量。比如，科普活动进校园中，院士、科学家领

师团队将以科普讲座、与科学家对话等形式，讲解前沿科学话题，讲述科学家故事，传递科学家精神。徐汇区中小学还根据各校科技特色选择相应的科学教育资源包，结合“双减”课后服务、社团活动等开设科学课程。据悉，徐汇区青少年活动中心还将在全区开展科学

沙龙、科学家故事众创空间、云端见面会、梦幻联动——科学秀等活动，着重打造1—2项优秀品牌活动。

为提升全区科学教师团队的整体力量，徐汇区将开发科学教育资源包，组织院士、科学家导师团队对科学教师开展培训，让教师了解最新的科学技术、科学研究方法、科学理念，提升教师专业素养以及学校科学教育质量。对相关领域感兴趣的青少年群体，还能得到院士、科学家团队的全程指导。  
此次活动由徐汇区青少年活动中心（徐汇区学生发展中心）组织，面向所有徐汇区中小