

Overseas
Alumni

湘雅 | 海外校友简报 001



主编导读 3

编委寄语

追忆 4

校友动态

回国创业—挑战自我! 实现自我! 5

精彩海外

传播中国文化 10

冯武威副教授获奖纪实 11

校友会活动

大华府湘雅校友会换届聚会 12

湘雅匹兹堡校友 2016 迎新春聚会 13

南加州湘雅校友元宵节聚会 14

印城校友欢庆元宵 15

北加州旧金山美西湘雅校友会传统春宴 16

2016-01-02 - 新年爬山 Hiking Ramapo Torne 16

情系湘雅

蔡长景首届“湘雅海外校友会-雅礼协会奖学金”获得者 17

湘雅要闻

断足成功寄养大腿,“湘雅名医”保肢绝技救女童 19

塞拉利昂,我们来了 20

杏林随笔

好人一生平安 22

海外医学

美国全科医生 (Family Medicine) 申请简介 24

校友生活

早春 26

三月的雨 27

北京那个春 28

晚林归雁 29

浣溪沙 30

采桑子·雨叩西窗 30

春晓曲·农家乐 31

七律·立春感怀 32

清平乐 33

七律·立春有感 34

五绝·春阳去故乡 34

幸福飞翔 35

五律·春媚 35

一剪梅·春游 36

雪的暗示 37

七律·忆家乡春节 37

水调歌头·记故乡春雪 38

二月,看野花盛开 39

七绝·丙申春节 40

一剪梅·除夕 41

腊梅新春 41

长相思,母子情 42

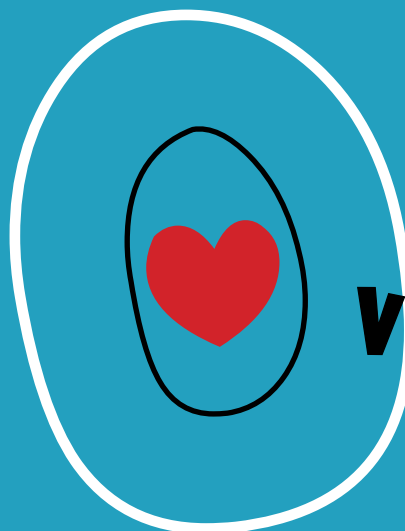
梅花引:猴年春节 43

摄影 44

美食交流

泡菜制作 47

编委会成员介绍 48



目录

verseas

版面设计和编排: 何华, 刘少龙

2016年3月第二卷第一期

“东风好作阳和使，逢草逢花报发生”。伴随着阳春三月，踏着新春的脚步，《湘雅海外校友简报》2016年第一期开始跟大家见面了！

承蒙各位海外校友的厚爱，湘雅各地校友分会和各湘雅海外业余社团的支持，特别是简报编委会成员的艰辛努力和付出，本期《简报》从新编委会成立到出刊，只用了不到两个月的时间。在此对各位校友们付出的心血表示由衷的感谢。新出版的简报对原简报的栏目作了部分调整，增设了“回国创业，杏林随笔，各行各业，湘雅要闻”等栏目，并将校友生活分为“文艺园地（摄影，赋诗，作画等）和多彩人生（旅游，户外活动，垦作，烹饪等）”两个亚栏目。

在本期回国创业栏目中，留英海归博士80级陈校园校友介绍了他回国创业的经历，艰辛，收获和教训。陈校园校友15年前从英回国，一切从零开始，创办了广州康盛生物科技有限公司，主要从事与血液透析有关产品的研发和生产。经过多年的努力，将公司打造成年营业收入上亿，上交税金超四五千万的民营高科技企业，在国内血液透析市场占有重要地位。陈校园校友也曾受到习近平主席的接见。杏林随笔，多见多闻，徐宇红校友于此栏向大家展示了一个真实的美国退伍老兵的故事，令人动容。文艺园地淡雅清新浅唱低吟，并配以美妙绝伦的摄影作品，着实令人陶醉。湘雅要闻栏目还由本刊特约编委刘少龙提供了湘雅名医保肢绝技救女童，和湘雅二医院援助塞拉利昂的新闻。情系湘雅可听到首届“湘雅海外校友会-雅礼协会奖学金”获得者蔡长景的获奖感言。最后，这期简报自然少不了各地海外校友丰富多彩的贺新年迎新春，享受大自然活动，以及校友们精彩人生报道。希望大家喜欢！

尊敬的海外校友们，曾几何时，大家漂流过海，远渡重洋来追求人生梦想。如今的您，不论是已经成就了一番叱咤风云的事业，还是固守平淡乐享简单生活，我们都曾相识牵手于湘雅，怀揣那挥之不去的炙热的湘雅情怀。我们《湘雅海外校友简报》是我们湘雅海外校友自己的刊物，我们热切期盼您的参与，分享您的精彩人生。

房祥

2016年3月20日于美国休斯敦



编委寄语

亲爱的校友,我们《湘雅海外校友简报》以崭新的面貌与您见面了。我倡议大家关爱她,写下您的方面点滴;支持她,为她的成长提供养料。在您高兴的时候,光顾简报分享您的喜悦;在您疲惫的时候,请到我们的园地里小憩。这里的气息是甜的,我们自己的刊物让您的生活更加甜蜜。

对于海外校友来说,我们有很多难以忘怀的经历。希望大家把您的记忆变成文字,与简报增辉。下面我以《追忆》的散文与您共勉。

追忆

其实人生如此简单,过去,现在和将来。对每个人来说,过去越来越长,现在瞬息即逝,将来却越来越短。因此,追忆过去,把握现在,筹划将来是人生永恒的话题。

追忆连接着过去和未来。拥有回忆,岁月得以丰泽;拥有回忆,人生得以圆满。追忆难忘,追忆感动,追忆温馨,追忆成功,追忆经验,追忆奋起……在我们的记忆里,忘不了湘水桃源,乡情乡恋;在我们的心底里,深烙着海外漂泊,昔日梦幻。让我们写下来,滤去渣滓,发到我们的刊物里,播散光明。

追忆偶衔着现实和梦想。拥有回忆,历史更加精彩;拥有回忆,社会更加辉煌。无论甘醇,无论荣耀,无论欣喜,无论苦涩,无论痛苦,无论无奈……在我们的社群里,牵挂着家繁琐碎,苦辣酸甜;在湘雅的历史里,记载着学子情怀,求切求真。让我们写下来,筛除糟粕,发到自己的刊物里,积蓄正能。

“日出江花红胜火,春来江水绿如蓝”。也许我们青春不再,但追忆闪光。从脑海中打捞历史,虽已陈年泛黄,但沉淀凝重,十分珍贵。想当年青春年少,胸怀大地,志高苍穹,整点行囊,掉头四海,听从迁变,顺识时宜。成败何挂齿,世道沧桑,自古如斯!湘雅儿女,敢为人先。道路条条通罗马,青山处处可结庐。

青山柔柔,绿水漾漾。闲暇之余,我常独邻小溪,回想过去。麓山古道,湘雅红楼,景山白塔,华府桃樱,勤耕苦作,黄石喷泉……还记得三十年前在湘雅上生理实验课的时候,因“跳皮”气哭了

实验室带教老师,被周衍椒教授请去训话的场景。周老前辈的教诲仍紧记在心,终生受益。想着这些,不禁释怀微笑……空气清新润湿,大地纤尘不染,望着欢快的流水,追忆过去难道不是一种享受吗?

追忆是美丽多姿的。回味过去,无论成败,启人思索,催人奋进。

追忆最美的部分是珍藏。让我们《湘雅海外校友简报》和您一起珍藏您的追忆吧!

易晓彬

Xiaobin Yi, MD, MBA

2016年3月12日于美中圣路易斯



回国创业

挑战自我！ 实现自我！

陈校园（湖医 80-4）

各位校友，大家好！受好同学所约，要我和大家聊聊回国创业的话题，实在有些为难。我尽管已回国创业十多年，但没有什么可圈可点的地方，更没有什么成功的经验可谈。无奈，那我就只得在这里和大家聊聊我这十多年在国内创业的一点体会吧，望能抛砖引玉，也望各位校友匡正。

首先还是自我介绍一下。我叫陈校园，衡阳乡下人。湖南医学院 80 级临床医疗系本科，湖南医科大学 85 级研究生，师从姚开泰院士。92 年去了英国，曾在德国 Merck 公司做基因工程新药研究，后又转战于德国费森尤斯公司(Fresenius Medical Care, FMC, 全球最大的血液净化领域集团，全球 500 强排名 200 名左右)，98 年底被 FMC 派回国内任中国首席代表，2001 年离开 FMC，开始在广州自己创业，现在从事血液净化领域产品的研发、生产和市场销售。总结为一句话就是，一个地地道道的不安分守己的人！

言归正传，我想借此机会和大家聊两个主要话题。一个是中国医药产业的机会与挑战，另一个是回国创

业需要思考的几个问题，望能对想回国创业的校友有点帮助。为什么选择这两个话题？一是我们大家都是学医的，要回来创业的话，可能大部分都会选择医药行业。二是大家可能都在国外呆了很多年了，对国内很多情况可能都不是很熟悉了。三是大家可能大部分现在都是从事医疗或医学研究或临床方面的工作，对做企业可能都不是很了解。

一、中国医药产业的机会与挑战

还是先聊聊中国医药行业的机会吧，给大家一点信心。

1、市场巨大发展快

大家都知道，当人的温饱得到基本满足后，第三件最关心的事就是健康。一个 13 亿多人口的中国，健康产业的市场有多大？根据相关报道，中国老百姓在医疗健康方面的开支约为 GDP 的 6% 左右。2015 年中国全国 GDP 为 63.6 万亿元人民币（约为 9.8 万亿

美元)，那么，2015年中国医疗健康产业的市场容量即为3.8万亿元，医疗产品市场（药品、器械、耗材）约占医疗健康产业的55%，即为2.1万亿元。其中药品约占医疗产品的60%，即为1.26万亿元；器械与耗材约占40%，即为0.84万亿元。

根据报道，欧美等发达国家在医疗健康方面的花费约占GDP的18%左右，中国目前只占6%左右，只有欧美发达国家的三分之一。随着中国经济的快速发展，国家在医疗健康方面的支出越来越大，人民对健康越来越重视，以及医疗技术的不断进步和普及，中国的医疗健康产业得到快速发展。目前，无论是药品还是器械与医疗耗材，年增长率都在20%左右（全球医药产业年增长率约为7.5%左右）。根据中国的现状，这种增长势头至少可以保持十年以上，可能是目前所有行业中，增长速度最快和最持久的行业（IT行业有这样的增长速度，但不可能这么持久）。巨大的市场加上快速增长的势头，吸引了全球医药巨头，目前，全球前50名的医药企业都已进入了中国市场。中国医药市场可谓是真正的全球化。

2、树民族品牌乃国家战略

目前，在中国市场上，新药和高端医疗器械与耗材几乎全部被欧美日本等发达国家所垄断，国外医药企业占领了中国新药和高端医疗器械市场的80%以上。不但市场垄断，而且价格非常昂贵。大家都知道，在中国，所有进口的药品、医疗器械和耗材都比原产国，以及世界上大部分国家高得多。更有甚者，国外医药企业不但在中国争取了巨大的利润，而且还非常的arrogant（老牌帝国的思维还是根深蒂固！）。你说中国的老百姓和领导能感到舒服吗？不舒服怎么办？那就要靠自己努力，要自力更生，艰苦奋斗！自强不息！所以，加大在医药产业的研发投入，鼓励创新，创建民族品牌，鼓励使用民族品牌产品已是国家战略。国家在医药产业的投入越来越大，市场上将会越来越倾斜于民族品牌产品，这对我们国内企业来说（留学人员企业视同民族企业），将是难得的机会。对准备回国在医药领域创业的来说，将是难得的机会。

3、对高端技术和精英人才需求如饥似渴

医药产业，特别是新药和高端医疗器械与耗材的

研发与产业化，是一个技术非常密集、高端人才非常密集、要求特别高的高精尖技术产业。中国目前在这方面的人才非常缺乏，经验非常欠缺，急需从国外引进尖端留学人员。

目前，国家对归国人才回国创业的支持力度越来越大，在我附近，就有两个朋友，还没做出任何产品，回来创业也只有2~3年时间，就从国家获得了一个多亿的项目经费（国家是病急乱投医啊！）。国家在医药领域，对高端技术和精英人才的迫切需求，已经到了如饥似渴的地步。这对我们准备回国创业的留学人员来说，是个难得的机会。

自然规律中有作用力和反作用力，以达到维持平衡。社会规律也是如此，任何事情有好的一面，也会有不好的一面。上面简单地讲了几点医药产业的机会，下面也和大家讲讲医药产业的几个主要挑战。

✳ 医药产业是所有产业中，政府监管最严的产业

在所有产业中，没有那个产业，政府会如此严格的监管。医药产业从研发、生产到市场销售，每个环节，国家都是严加监管。在研发方面，每一级临床试验都要经过严格的专家评审和审批。在产品生产方面，需要GMP资质，监管部门要经常突击检查。在市场销售方面，市场宣传广告需要审批，销售价格由国家制定，要有医药产品销售资质的企业才能销售，产品的储存和运输也有严格要求等。由于政府严格监管，在这个产业的创业难度就会相对大较多，需要更多的资金投入、更多的高端人才、更长的时间才能见成效，管理要求更高等。特别是现在，在中国医药产品注册方面，比欧美的要求都高，难度都大（冤枉过正啊！）。

✳ 新产品研发投入大、周期长、风险高

大家都知道，医药产品研发的三大突出特点是：投资大、周期长、风险高。如果计划在医药产业创业，你是否做好了充分准备，面对这三大挑战？你是否能融到足够的资金，你及你的投资者是否能耐得住3-5年或更长时间不能投产和没有利润？如果失败了，你及你的投资者是否能承受的了？你的投资人中途撤资怎么办（这种情况很常见）等。

✳ 市场竞争激烈而无序

中国巨大的医药市场和快速而持久的增长势头，吸引了各方豪杰。国外医药巨头早已捷足先登，并正在加大马力，凭借其产品、技术与品牌优势，奋力抢占中国医药市场。国内土豪，特别是前些年挣得腰满盆满的房地产老板、煤老板、上市圈到了巨额资金的上市企业老板等蜂拥而至。各路神仙各显神通，各种手段使尽。你有政策，我有对策。你拼技术和品牌，我拼价格和资金等等。所以，中国医药市场是竞争越来越激烈，而更重要的是无序竞争，乱象众生。我把中国医药产业的现状比作春秋战国时期，今天你称王，明天还不知道谁称霸呢！因此，这既是挑战，又是机会。我认为，明日的霸主一定是哪些目前正在加大研发投入，有长远的战略眼光，正在进行战略布局，并能保持战略定力，稳步向前发展的人。



二、创业需要思考的几个主要问题

1、你是否适合创业

现在国家不是提倡“大众创业”，鼓励大家都去创业吗？我认为，我们不能单纯从字面上理解“大众创业”这几个字，要从文学的角度来理解。国家提出大众创业，只是说明国家鼓励大家去创业的迫切心情，并不是要大家每个人都去创业。所以，大众创业不等于人人创业。如果我们每个人都去创业，都去做老板，那谁来做你的员工呢？没有员工的企业能成功吗（可能互联网企业例外）？再说，你以为每个人都具备企业家的素质吗？每个人都适合创业吗？据有关数据统计，中国小、微型企业平均存活时间为1.5年。我所在的广州开发区，归国留学人员创业企业好几百家，可以称得上成功的可能不到10%。因此，你在准备创业前，要认真分析一下，你是否适合创业。我认为创业者应具备以下几点基本素质（个人观点，仅供参考！）。

✦ 要能吃得了苦、承得了压力、受得了委屈

如果说你现在的工作就已经很苦了，那我想告诉你，与你自己创业比较，可以忽略不计。要想白手起家打拼出一个称得上成功的企业，你可能要吃得比常人吃不了的苦，要能承受得了一般人承受不了的压力，

要能承受得了一般人受不了的委屈（要想得开一点，脸皮要厚一点）。如果有点苦你就叫苦连天；有点压力，你就觉得天都要垮下来了，饭也吃不好，觉也睡不着；有点委屈就受不了了，那你最好不要选择创业这条路。而且，再苦再累，压力再大，委屈再多，也无处申诉。创业做企业就是没有抱怨！不能抱怨！你能和你的员工抱怨吗，不能！你能和你的朋友抱怨吗？不能！他们不但帮不了你，如果你经常在朋友面前抱怨的话，可能朋友都不愿意意见你了。你能在你家人面前抱怨吗，不能！他们不但帮不了你，反而还会起反作用。所以，这一点是你必须要想好的，你是否具备这样的心理素质。

✦ 执着、坚持与信心

任何事情，坚持才能取胜！做企业更是如此。没有注定成功或失败的事情，一个企业能否成功，关键因素之一就是企业领头人是否具备执着的精神和坚定的信心，能否不被任何困难所阻拦，坚持到底。如果你对你自己没信心，你老是怀疑自己，没有一种必胜的信念，遇到困难和阻力时，你就会想退路，想回撤，你可能会去尝试其他你认为更容易的事情（每条蛇都是咬手的！没有什么更容易的事情，即使有，也轮不到你我了！），到头来可能会一事无成。所以，成功企业家都是一些具有十足的信心，坚定的信念，执着的精神，坚持到底的人。

✦ 冒险精神

常言道，舍不得孩子套不住狼。风险与回报成正比的道理人人该知。做企业就是要有回报，所以，就一定要冒风险。如果你不具备冒险精神，最好不要选择做企业。做企业就是要一种敢于拼搏，不怕失去的精神（爱拼才能赢！）。如果你不怕失去，你就会什么都不怕，就会达到无恐无畏的地步。到了这个地步，回报将会是必然而巨大的。

2、要入乡随俗，但不能太俗

我们很多校友可能都出国很多年了，对国内的环境可能都不太适用了。但如果你要回来创业的话，你就不得不去适用，因为你改变不了环境（我们的力量太渺小了）。所以，要入乡随俗。不能总是抱怨这里抱怨那里，抱怨只会影响你自己和别人的心情，会什么事情都办不成，那就更不用谈创业了。

但是，入乡随俗并不是什么都要随俗（磨掉了锋利爪牙的老虎就不是老虎了），我们自身已有的气质、优点或优势一定要保留的，绝对不能太俗。例如，学者的气质、科学认真的态度、守纪守法的意识、诚实正直的为人、坚守原则的精神、对环境及公共卫生的爱护等优点，或者说是我们归国留学人员的标签，一定要保留。Differentiation 是一个很好的市场技巧，我们一定要 differentiate ourselves from others（很自然地而不是刻意的 differentiation），才能很好地把我们自己推广出去，销售出去。什么叫做做销售，做销售就是在把你的产品销售出去之前，一定要先把你自己的销售出去。因此，我们要入乡随俗，但不能太俗。

3、市场是核心

做企业一定要挣钱（不要那么虚伪，说什么做企业不是为了挣钱，不挣钱的企业绝对不是好企业！），那么，钱从哪里来，只有从市场来，从你的用户那里来。在这方面，我

们一定要注意以下几点。

✦ 技术不是产品，产品不是商品，只有商品才有价值，才能创造利润

我们大部分可能都是从事医疗或科技领域方面工作的，可能都会认为我有多好多好的先进技术，我拿这些技术去创业一定能成功。错也！你的技术再先进都是没有价值的，要把它变成产品，产品到市场上去流通才能变成商品，商品才具有价值，才能创造利润。如果你直接转让你的技术，也要到产权交易市场上去，把你的技术变成商品后才具有价值。把技术变成产品，再把产品变成商品是一个非常复杂的过程，特别是医药产品，绝对不能小看。在这个问题上吃亏的人太多了，我周围就有很多案例，很多也很优秀的归国留学人员（也有我们的校友），的确有很好技术，都认为凭借他这些好的先进技术，创业一定能成功，但很遗憾的是，基本上都失败了。

✦ 不能好高骛远，从 Niche Market 做起

创业之初，绝不能好高骛远，要遵循从小到大、由简到繁的原则。在选择创业产品时，最好选择 Existing market 的产品（new market, new product, new



enter 风险是非常高的)，技术相对简单的产品。当你积累了一定的实力和经验后，再去挑战高精尖技术的新产品。

Niche Market 是指那些小而专业的市场，非常适合我们归国留学人员创业的选择。市场小，竞争相对不激烈，也没有很大的难易对付的竞争对手。很专业而又相对较小的市场，小的企业做不好，大的企业没兴趣，如果你能凭借你的技术优势做好，你就是这个细分市场的老大。此乃宁做鸡头不做凤尾！

4、其他需要考虑的问题

✿ 家庭问题

家庭问题是个不可忽视的问题，在决定回国创业前，一定要处理好。一是你的太太或者先生是否支持你回国创业。二是如果你 2-3 年都没有经济来源，你是否有足够的经济来源养活全家，不至于降低家庭生活水平。三是全家和你一起回来还是不回来，如果回来的话，小孩是否愿意回来，家人回来后是否能使用国内环境等。“钱没看到钱！人没看到人！你是不是在外面有了别人了……”这是我们很多回国创业留学人员回家时经常听到的话。

✿ 合作伙伴的选择

回国创业是否要选择合作伙伴，如何选择合作伙伴，是一个很关键的问题，是一个决定创业成败与长远发展的问题。我的建议是，第一、选择合作伙伴一定要志同道合，志不同道不合不以为谋。第二、合作伙伴不宜太多，特别是参与公司日常工作和管理的股东不宜太多。第三、一定要有一个为主的股东，即有一个占股权比较多的股东。第四、要记住“合久必分”这句话，企业发展到一定地步时，大部分创始股东都会分家的，能一起走到底的不多。第五、主权不能轻易放弃，即企业的实际控制权和长期发展的主导权不要轻易放弃（除非你不想要）。

✿ 资金问题

在资金方面，我觉得要量力而行，有多少钱做多大的事。不要因为资金把自己逼上绝路，不要因为资金影响企业的长远发展，不要因为资金而失去主权。

先把事情做好，企业做好了，资金自然会找上门来的，中国现在是钱多，值得买的好企业不多。在融资时，要首选相对较大的纯财务投资人，次选非本行业的实业企业投资者，最后才能选择本行业的实业企业投资者，因为，本行业的实业企业投资者不管他说的多好听，他的真实目的是想要吃掉你，他也很容易就把你吃掉。当然，除非你想被并购，那就把选择投资人的顺序倒过来。

✿ 创业地点的选择

在选择创业地点时，要更多地考虑软件因素，如政府办事理念与效率、当地的人才科技环境、工业水平等，不要太过分地看重那些有形的吸引条件，如政府补贴啊什么的。无形条件是相对无限的，而有形条件是很有限的，而且，往往会被不利的无形因素所消耗。

一个最简单的选择办法就是，像去一个不太熟悉的地方选择吃饭的餐馆一样，你看到哪家餐馆吃饭的人多，你就选择哪家吃饭。你看到那个地方归国留学人员创业企业多，创业成功的多就选择哪里。

5、怎样处理与政府的关系

企业与政府的关系就如病人与医师的关系，不能太近，也不能太远。回国创业不能太多地参与政府和社会活动，也不能不参与政府和社会活动。现在政府对高科技企业的项目支持经费越来越多，我们不能不去适当地申请一些项目经费，但绝不能把太多的时间和精力放在这方面，不能太过分地依赖政府的项目经费而生存。

由于篇幅有限，不能细述，也不知这些信息是否是大家感兴趣的。如有想回国创业的校友，如有需要，今后望能人别详聊。感谢您阅读本文，如浪费您的时间了，也在此表示歉意！



传播中国文化

77级王艳玲校友义务为华夏中文学校孩子教授舞蹈十五年



这张照片是王艳玲和她的舞蹈队被美国国家广播电影台邀请去参加他们的多民族节表演 NBC 电台在 NYC



第二张是王艳玲校友教的小孩舞蹈班上的彩带舞表演庆祝中国新年。
王艳玲在新泽西州中部中文学校教小孩舞蹈，已经十五年了，有大班和小班，
第三张是小班幼儿从 4 岁到 8 岁，大班 9 岁到 10 岁



91 级校友南卡罗莱纳医科大学神经内科冯武威副教授最近在美国东南部抗血压联盟获 Arthur Guyton New Investigator Award. 此奖是奖励在高血压和心血管研究领域内的 Promising New Independent Investigator.



大华府湘雅校友会换届聚会

大华府湘雅校友会于二月六日（星期六）晚上在校友廖伟家中举行新旧会长交接暨校友联谊聚步活动。三十余位校友及家属共聚一堂。

参加聚会活动的校友于晚上六时先后到达，每位校友都带来了自己拿手的美味佳肴，大家端茶把酒，分享着重逢的喜悦。新旧会长交接在步前进行，卸任会长李铁罗校友首先致辞，感谢全体大华府校友在过去两年里对他工作的信任和支持，并分享了自己这两年工作的心路历程。他希望广大校友在新会长的带领下，继续努力，开创校友会工作的新局面。接着新会长廖伟发表了热情洋溢的就职感言，她期待着在将来的两年工作任期内，本着民主办会、服务校友的创会宗旨，与全体理事及校友一道为服务大华府湘雅校友而共同努力。

整个聚餐充满节日欢乐，故旧新朋，把酒欢言，谈天说地，热烈活泼。因各种原因不能到场的校友也借微信互动，期间红包往返，不亦乐乎。步毕，玩牌、打球、唱歌、聊天，气氛热烈温馨，不知不觉就时近十一时。校友们在依依不舍中道别，期盼着下一次再相聚。

新一届校友会由廖伟（会长）、李珍生（副会长）、刘安国（理事）、徐磊（理事）、杨丹（理事）、李莉（理事）等人组成，并聘请刘建湘、罗盛源、李铁罗校友为本届名誉会长，刘振启校友为顾问。（老湘供稿）



湘雅匹兹堡校友 2016 迎新春聚会

1月23日，匹兹堡的天空飘舞着第一场大雪，气温低但是气氛不低，在湘雅海外校友会匹兹堡分会的组织下，匹兹堡的六十多名湘雅校友共聚一堂，度过了一个温馨热闹的迎新春聚会。

这次聚会中，有在匹兹堡生活了一二十年的老湘雅人，也有赴匹兹堡交流访问学习的湘雅学生学者。其中22名同学来自湘雅08、09级八年制，他们通过湘雅-匹兹堡医学院交流项目，来到匹兹堡大学进行为期两年的科研临床培训。考虑到大雪出行不便，匹兹堡湘雅海外校友会的王银娜，赵学军，陶虹等老师组织了多位校友接送同学们，校友们无微不至的关心让同学们在异乡感受到家人般的



温暖。

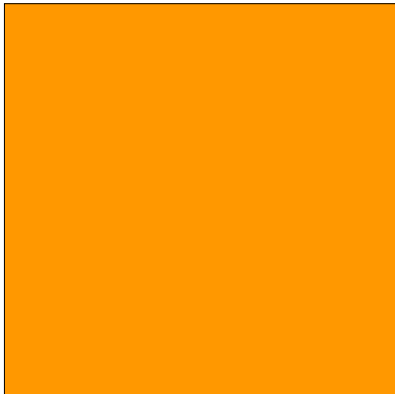
首先是湘雅海外校友会会长章利铭老师做了简短的新春致辞，他对我们八年制医学生寄予了殷切期望，勉励同学们多学本领多长见识，为未来中



国医学事业做贡献。随后，拉开了新春聚会的帷幕，聚会上大家一边享受着美味的晚餐，一边进行着精彩纷呈的节目表演。先是每位聚会的湘雅人进行了简短的自我介绍；

随后的“知识竞答”中大家你争我抢，现场的热烈程度不断升温，主持人提出具有湖南特色的抢答题，台下的校友们纷纷竞答，答对问题的校友与周围人喜笑颜开，分享着拆红包的喜悦，答错题目的校友为大家带来即兴表演，让气氛更加热烈，掌声不断。之后几位校友为大家带来了才艺表演，演唱的经典老歌获得了雷鸣般的掌声，将聚会的气氛推向高潮。

互动环节中的“抢椅子”游戏将聚会的气氛推向了新的高度，增进了大家的感情，也为单身的同学们提供了相互了解和相互认识的机会。聚会在一片欢声笑语之中圆满的落下帷幕，大家合影留念，纪念远在匹兹堡的海外湘雅人度过的一个温暖而又难忘的新春聚会。（湘雅09级学生 郝蓉供稿）



南加州湘雅校友元宵节聚会

2016年2月21日元宵节前夕，南加州湘雅校友第四次聚会，庆祝校友会成立一周年及欢庆元宵节。感谢王亮、龚晖两任会长的号召以及86级校友温红远的热心组织及提供场地，78级蒋筱霞校友的热情帮助，新老校友及家属近30人在圣地亚哥郡San Marcos市欢聚一堂，品尝美食、思念故乡、回忆母校，其乐融融！最难得的是恰逢中南大学张灼华副校长出差路过圣地亚哥，也特意来到聚会现场看望大家，给大家拜年并讲话，为聚会带来了惊喜和高潮！张校长谈到了学校近几年的发展成果和未来前景，特别指出了人才培养和引进的重要性。

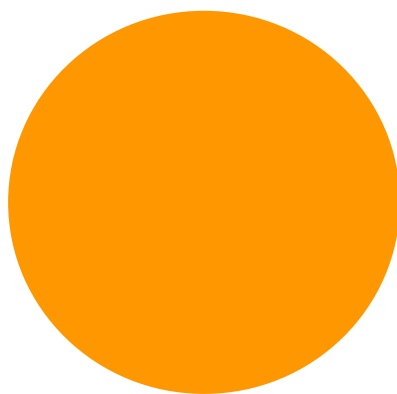
希望校友们为学校的发展献策献力。聚餐过后，校友们齐登附近海拔500米高的Double Peak山峰观日落、赏明月，既健身又怡情，更增进了校友间的感情与了解。欢乐的聚会让大家度过了开心愉快的一天。对漂泊在异国他乡的游子来说，校友会就是校友们的主心骨和精神支柱。大家都期待着下一次的聚会来临……

龚辉会长，王亮老会长，温红远校友会后商量了总会今年年底到南加来办二年一次的总会活动的事宜。（温红远供稿）

印城校友欢庆元宵

2016 新年伊始，印地安那州湘雅海外校友们先后分别参加了由不同华人社团举办的四场春节联欢晚会。2月21日，校友们及其家人又借元宵佳节来临之际，经会长李玲璘（79级）提议及校友组委会员的精心筹备，在李玲璘和王绪善（80级）家欢聚一堂，共庆佳节。

今年的元宵聚会，南起Indy, 北至Purdue的校友共计十三家近五十人参加。各家带上祝福，带上最拿手的特色美食，难怪人说去最好的中餐馆不如参加湖南人的聚会。此次聚会与以往不同的一个亮点是红包添喜庆。在品尝各种香辣特色美食、享受甜糯元宵的同时，校友会用大伙捐赠款给老人及还未入学的孩子们每人都准备了一个真正的现金红包，以感谢慰问老人们的辛勤劳动，鼓励期盼小朋友们快乐健康成长！红包虽小，却传承着尊老幼中华文化。校友们则凝聚在抢发网络红包的喜悦里，欢声笑语，此起彼伏。（80级陈鲜明供稿，77级刘建英摄影）





2016-01-02 - 新年爬山 Hiking Ramapo Torne

尽管天气阴冷，我们老少二十人依然一大早就来到集合地，开始了新年的第一次爬山。走过了相当一段的平路后开始攀登一座又一座的山头，山头之间还须跨过多条潺潺流淌的溪水，这是一条颇具挑战性的路线，一路上队友们的相互帮助以及弟兄姐妹预备的姜茶/人参茶，“使这次的登山在寒冷中充满了无限的暖意”和感人的爱心传递。当我们登上一座座山头时，看到了天边如“海市蜃楼”般的曼哈顿高楼，同时也感受到天父的世界之伟大，希望人人都有一颗博大、善良和宽容的心，祝愿新的一年世界和平，家人和朋友幸福安康。（78级郭敏供稿）

北加州旧金山美西湘雅校友会传统春宴

今年三月十二号，王京会长，张宝玲和姚小明副会长召集北加校友，老中青欢聚于香满楼。宴会中，校友们共述情谊，互道珍重，许多校友不顾路途遥远和倾盆大雨，来参加这每年一次的传统春宴，算起来已有三十多年了，多年坚持下来很不容易。宴会大家共举湘雅大旗，留下难忘合影。（80级王超嵩供稿）



蔡长景

首届“湘雅海外校友会 - 雅礼协会奖学金”获得者

作为医学生我在湘雅的生活很快就要结束了，能够获得首届“湘雅海外校友会 - 雅礼协会奖学金”是我一生中的荣幸。其实在我的身边很多同学都有困难、需要帮助，我今天的幸运是我进一步努力的鞭策，也是将来我回馈社会的动力。

我是中南大学湘雅医学院 2011 级临床医学五年制的学生，来自福建省泉州市安溪县的一个小山村，父亲是一位木工，母亲务农，我是独生子。我还在上小学时，父亲因为风心病心脏瓣膜手术后大脑功能受影响，加上手外伤断指而成为三级残疾人，一直未能恢复正常工作。尽管医疗花费和劳动力丧失导致家庭长期经济拮据，父母全力支持我的学习，我也尽力帮助父母维持生活。父亲的病磨、生活的艰辛不仅驱使我勤奋努力，更让我懂得珍惜生活和生命，同时也坚定了我学医的信念。

2011 年我以优异的成绩被提前录取进入湘雅医学院，然而考上大学对我们家是悲喜交织的事情。我很清楚，父母以不到一万元的年收入，即使不吃不喝也无法资助我的学费和生活费。为了不给父母任何负担，我办理了最大限度的助学贷款用以交纳大部分的学费。同时，我充分利用自己的闲暇时间参加学校的勤工俭学，并且每周担任三次家教工作，由此补充学费并维持生活和住宿。以后由于努力学习，我又先后申请到包括国家励志奖学金在内的多项奖学金和助学金。虽然我还不能帮助父母或者回馈社会，但我已经学会了独立生活。

入学初，在学校的十佳优秀大学生报告会上，一位学姐在校期间取得的科研成果激发了我对科研的兴趣和热情。因此大学的第一个暑假，我就申请进入了细胞生物学的实验室，在项荣教授指导下学习



实验室基础知识和技术。一年后项老师将我推荐到生理学实验室，在秦晓群教授和刘持副教授的指导下继续参与科研工作。此后，解剖学的一个病例将我引上了独立进行科研探索的道路。

那是在一次解剖实习时，我们的病例是一位死于纵膈肿瘤的患者。当我打开胸腔时，整个纵膈填满了肿瘤和结缔组织，但令我感到奇怪的是，邻近胸壁的肌肉并未受到侵犯。请教老师、查阅文献，我仍然不明白 -- 骨骼肌作为人体最大的器官，又有丰富的血供和淋巴系统，为什么很少有癌症向骨骼肌转移？我将这一好奇告诉了秦、刘二位老师，在他们的指导下，我主持了一个课题小组，试图探索骨骼肌转移癌发生率低的原因。

进一步的文献分析使我们对骨骼肌分化中的一个关键蛋白 -- MyoD 产生了兴趣。在骨骼肌损伤或者癌变时，MyoD 蛋白的分泌显著增多，因此我们想知道 MyoD 是否可能影响转移癌细胞在骨骼肌内增殖。我们将这一设想写成课题并申请到了国家大学生课题基金的资助。经过几个寒暑假和无数个周末和晚上的努力，我们通过实验首次发现 MyoD 在体外具有抑制乳腺癌细胞增殖的作用 (Oncology Letters, original article, accepted for publication; Journal of Molecular Neuroscience IFSA abstract, 2014, 53:S179)。作为课题第一作者，我先后三次参加国内外会议交流，取得了第三届全国大学生基础医学实验设计大赛二等奖、湖南省挑战杯一等奖，并作为中南大学唯一的本科生代表队参加全国大学挑战杯终审决赛并获得三等奖。除此以外，我还主持了另一项国家大学生科研课题和二项学校资助的课题，以第一作者发表 SCI 论文 1 篇，国际会议论文摘要 (SCI 收录) 1 篇，中文核心期刊论文 3 篇。

在湘雅我并不只是生活在教室和实验室。各种文娱活动和志愿者工作让我体验到生活的丰富多彩。我也很喜欢带动我们实验小组和全班同学一起努力并由此而锻炼和学习组织能力。在学生会组织的“湘雅讲坛”活动中，我们定期邀请校内外专家学者为同学们开展访谈式讲座，由我负责主持团队的选拔和培训、嘉宾联系，并带领主持人进行预采访、讨论访谈讲稿。开始进入临床学习之后，我担任实习基地负责人，协调和组织教学活动。

经过四年实验室的探索以及初步临床实习之后，我已经对肿瘤学产生很大的兴趣。我希望能到湘雅医院肿瘤科完成住院医师培训和研究生学习，并继续肿瘤的研究、追求我的梦想。大学以来，我已经获得国家级奖励 10 项，省级奖励 2 项，校级奖 20 余项。但我清楚地知道，要走的路还很长；而且这些成绩与众多人的帮助和支持、以及各项奖学金的资助都分不开。湘雅海外校友会 - 雅礼协会奖学金使我更能亲身感触到校友情谊和湘雅传承，衷心感谢海外校友和雅礼协会对我们的支持和关爱！

(本文由湘雅海外校友会周星光修改、推荐)

断足成功寄养大腿，“湘雅名医”保肢绝技救女童

在成功创造了3例断手寄养小腿和腹部保肢的“奇迹”后，中南大学“湘雅名医”、湘雅医院手显微外科主任唐举玉教授率领科室全体医务人员，为车祸导致左小腿完全离断的2岁女童成功将断足寄养在大腿上，攻下了保肢第一关。据悉，唐举玉教授团队接下来还将为小姑娘进行寄养断足回植和小腿牵伸再生延长等两次大型手术。

车祸致女童左小腿离断 保肢手术难度超过以往

2月28日，2岁9个月的小慧不慎被运煤卡车撞倒，左下肢被车轮严重碾压，从腹股沟到足踝部整段皮肤套脱损伤、小腿毁损性离断，伤后发生创伤失血性休克，病情危重。小姑娘随即被送往湘雅医院救治。

“如果按照传统治疗方法，为了保命只能舍弃保肢，可以从髌关节处离断进行高位截肢。”手显微外科主任唐举玉教授接诊小慧后，对小慧的病情进行了精准判断。截肢手术虽然相对简单、手术风险小，但这也意味着两岁的小慧要一辈子依靠假肢行走，而且一生要多次更换假肢，同时还可能因为高位截肢带来巨大的心理创伤。

与此同时，唐教授发现虽然小慧的小腿严重损毁，但足踝比较完整，膝关节虽有部分开放，但大腿的肌群尚在、神经没有撕脱缺损。于是，在反复权衡评估后，唐举玉教授决定再施保肢绝技，通过将断足寄养到对侧大腿上，也许可以为她觅得一线保肢生机。

“此次寄养足部与前三次寄养手部原理相同，但由于患者只有两岁多，是其中年龄最小的一位，使得血管吻合的难度系数增大，因此对术者的要求也更高。”唐举玉教授介绍道。

在为小慧制定手术方案时，唐举玉教授也是煞费苦心。根据患者的病情，专家们需





要将血管吻合和组织覆盖两大问题综合考量，最终决定将断足寄养到右侧大腿，将右侧大腿的血管与左足吻合，用大腿的皮瓣覆盖血管足背皮肤缺损，等断足成活后，再将它回植到小腿残端。

全科医生“兵分三路” 成功攻下保肢第一关

2月28日，湘雅医院手显微外科医务人员倾巢出动，在唐举玉教授的带领下，分为三组为小慧进行断足寄养手术。由于小慧伤情极重，因失血过多、创伤严重发生了休克，因此首先为小慧进行了抗休克处理。之后，第一组进行断足的清创处理，第二组进行残肢的清创处理，第三组将撕脱的皮肤反取皮回植。

通过全体医护人员的分工合作，小慧的断足成功寄养到右侧大腿，以最快的速度重建了断足血运，

目前生命体征平稳，已经转入ICU进行为期一周的密切监护。

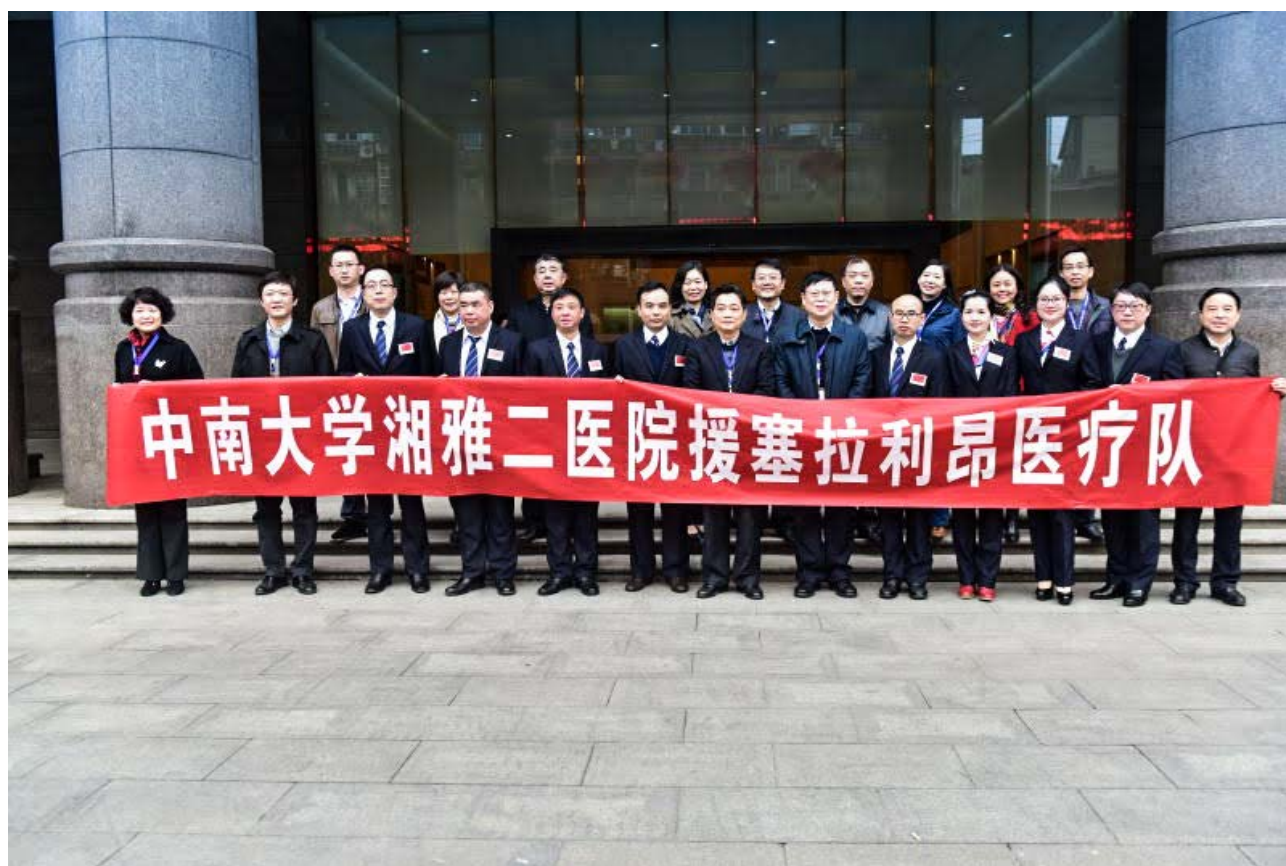
然而，断足寄养成活还只是保肢的第一步，小慧接下来还需要经历两次大型手术，包括寄养断足回植，同时要结合皮瓣移植重建组织缺损，这将是整个手术中最难的一步。

唐举玉教授表示，即使小慧最终能顺利度过这最难关，她的小腿还是会比正常小腿短很多。如果左足能顺利成活，足部神经功能恢复好，后续又一关键将是通过Ilizarov技术将小腿牵伸再生延长，造出一条小腿，以恢复正常肢体长度和行走功能。

“小姑娘才两岁，未来还有很长的路要走。我们将动用最好的技术、尽我们最大的努力再一次创造奇迹，让她避免截肢的厄运。”对于小姑娘接下来的治疗，唐举玉教授充满了信心。（刘少龙供稿）

塞拉利昂，我们来了

中南大学湘雅二医院援塞拉利昂医疗队出征



本报讯（刘祥）2月19日，湘雅二医院援塞拉利昂医疗队正式出征，在接下来一年的时间内，8位队员将在中塞友好医院开展医疗援助工作。

上午，医院为队员们举行了欢送仪式，医院党委书记周智广、院长周胜华、党委副书记薛志敏、副院长陈晋东、徐军美、黎志宏、袁运长以及相关职能部门负责人、党支部书记参加了欢送仪式。下午，湖南省卫生计生委副主任、党组成员张义昌，国际合作处处长蔡冬华以及院领导周胜华、薛志敏、陈晋东到机场为医疗队员们送行。

据悉，塞拉利昂埃博拉疫情接近尾声，中塞友好医院改造基本完成。为了进一步充实该院的医疗资源和更好服务当地百姓，帮助塞拉利昂建立一家医疗条件最好、诊疗水平最高的综合性医院，湖南省卫生计生委响应国家号召加派队员，其中湘雅二医院选派8名，湘雅三医援选派1名医务人员，他

们将与后续派出的11位队员共同组建为第18批中国（湖南）援塞拉利昂医疗队进入中塞友好医院工作。

出征仪式上，医疗队队长、血液净化中心高级工程师滕朝宇代表队员们向领导、同事和亲友们表示衷心感谢。他说，队员们将带着祖国忠诚、对亲友的思念、承载湘雅精神，克服重重困难，用饱满的热情、精湛的医疗技术，服务好塞拉利昂人民，为增进中塞友谊，传播中华文化，让百年湘雅品牌在异国他乡扎根发芽，作出新的奉献。

院长周胜华代表医院对医疗队员和家属致以诚挚的谢意！党委书记周智广代表全院职工为医疗队员和家属送上了衷心的祝福！当天下午3时许，医疗队员们与前来送行的领导、家属、同事们依依惜别，带上对亲友的思念，肩负着神圣光荣的使命，踏上了前往塞拉利昂的征程。

好人一生平安

徐宇红

乔是我的病人，一位九十多岁的二战老兵，一个退了休的电工。因为他身体一直比较健康，在我做他家庭医生的前二年的时间里，我对他一直没有什么印象，直到后来有一次我的护士跟我说起了他。

那段时间，我的护士自己在家做装修，重建浴室和厨房。因为一个电路的问题，他的装修给卡住了，他又不愿意花大价钱请专业电工来做，所以房屋装修的事就耽搁了下来。

那天乔来诊所做例行的体检。护士一边帮他量体温，血压，一边唠家常，谈到了他装修遇到的电路问题。乔一听，马上自告奋勇地要帮忙。我的护士先是婉拒，可乔执意要帮忙，于是护士只好下班后把乔带回了家。

第二天，护士兴奋地告诉我，乔一到他家就解决了问题，而且只肯象征性地收取了二十五块钱的劳务费。

护士接着说：“我看他走路颤巍巍地，本来真不敢让他去，可他提上工具包，二话不说开车就跟上了我。我只好慢慢地开车领着他，到我家以后，他还嫌我开车慢呢。”

从这以后我记住了乔。他是一个典型的意大利后裔，个子不高，但短小精悍，开朗活泼，一张脸永远带着笑容。看得出乔年轻时一定是个帅哥，就是现在，他的身材仍很 fit，腰板挺得直直的，笑起来的蓝眼睛透着真诚与善良，仍然很迷人。全诊所，从前台的秘书到后面的护士都喜欢他。

乔再次来诊所看我的时候，却是真病了。

护士给我的主诉是“呼吸不畅”。

看到乔的时候，他皱着眉头，一幅很难受的样子，往日的招牌笑容没有了。虽然他的生命指征完全正常，心电图，胸透都无大问题，因考虑到他的年龄，我不敢掉以轻心。心肺系统都认真地查了，还是没有发现大的问题，于是我心里踏实了许多，便问他近来生活中有没有什么变故，结果他的眼泪一下子就涌出来了，溢流满面。

原来与他一起生活了大半个世纪的老伴几个月前已离他而去。他们也没有孩子，他这些天越过越觉得难受，连带着就感觉呼吸也出现了不畅。听到这里，我大概明白了他可能是患了焦虑性呼吸困难，也就是医学上的恐慌症。



于是我把诊所里有心理学硕士背景的社工叫来，给乔做心理咨询，同时也准备把他转诊给心理 / 精神科医生，以防社工的心理咨询失败（社工会有电话随访及诊所随访）。为了保证乔在正式看到心理医生前有主管医生的监督，我让乔两周后再来随访，并把救助热线的电话也给了乔，以备急需。

没想到，乔下次再来看我的时候，他居然又恢复到了往常的开朗活泼。迷人的笑容又挂在了他的脸上。他告诉我他住进了老人公寓，在那里他结交了一帮朋友，有了友情的灌溉，他又活得滋润起来了。

这次他从贴身口袋里拿出了一张泛黄的照片。照片上是一位年轻的女性，穿着五六十年代的泳装，坐在泳池边，对着镜头，笑得健康又妩媚。头发也烫得很漂亮，乍一眼，我还以为是玛丽莲梦露。

“她是我的女神”，乔说，一边充满着爱意与不舍地看着照片。“我和她一见钟情，就在游乐场的水上乐园里，我碰巧与她在泳池边坐到了一起”。

我笑着打趣着说他，“你不是故意坐在她旁吧？”。他笑着不搭我的话，眼睛仍盯着照片自言自语：“我约她第二天去看电影，想不到她一下子就答应了，那段日子里，我天天带她开车去兜风，我们过得好快活。”

那次随访后，诊所里所有的人都看到了穿着泳装的乔的美丽妻子的照片。

有了上次呼吸不畅就诊的经历，乔对我无比信任，从此以后，他身体稍有点不适，就来找我。虽然仍没有查出他什么大病，我们的友谊却建立起来了。

他每次来看我，都会有一位中年男性陪伴着他。来的次数多了，我也与这位陪护熟悉了。他叫丹，与乔夫妇以前是邻居，乔夫妇俩一直是热心人，和丹的一家结成了好朋友，两家人过得像一家人一样。

后来我因更喜欢处理急症重症病人，就把工作换到了急诊室，告别了乔和丹。可有一天，当我正在急诊室里工作时，丹却突然出现在了面前，原来乔这回又是呼吸困难，不过这次他得了肺炎。所幸的是，热情的丹在几个星期前因为乔越来越精力不济，就把他接到了他们家去住。当丹一发现乔呼吸有了问题，就把乔送进了急诊室。

我的同事已决定把他收住了医院。

当我走进急诊室乔呆的单间时，虚弱的他见到我，脸上马上就堆起了灿烂的笑容。他转头对我的同事说“徐医生是我见过的最好的医生”。虽然我知道他其实一直很健康，可能根本就没看过什么医生，但我的心还是热了一下，为他的信任与感恩。

第二天，下班后，我又去病房看他。衰老的乔躺在不大的病床上，显得瘦小而虚弱。他银白的头发在微弱的风中颤微微地摇摆着。看见我进了房间，他马上又笑了起来，絮絮叨叨地跟我

说着感激丹一家的话。慢慢地他的谈话又转向了他过世的老妻。他穿着病服，示意我拿过他的放在一边的叠得整整齐齐的粉色衬衣。然后他从口袋里掏出爱妻的照片。

还是那张象玛丽莲梦露的泳装照，但这次他衣服的口袋里还多了一张老太太去世前与乔一起的照片。这张照片里的女士是个有些虚胖的老妇人，却也笑得很慈祥。乔凝视着照片，问我：“如果她不吸烟，她是不是会活得长些呢？”。

望着乔含泪的眼睛，我一时也语塞了。人在病中的时候，最怀念的可能就是自己亲爱的人了，而偏偏此人却再也回不来了，此时此刻乔的心该是一种怎样的痛？

说了半天话，到了该告别的时候，我拥抱了乔，祝他早日康复。

离开了乔，走到走廊的半路上，我忍不住地又回头去看他，住在走廊尽头的乔，仍开着房间的门，一直巴巴地望着我离去的背影，见我回头，他眼睛亮了一下，笑着向我招了招手，我也笑着挥手回应，心里隐隐作痛，情不自禁默默地念着：

好人一生平安！

临床住院医规培

美国全科医生 (Family Medicine) 申请简介

罗军 湖医 80 级

全科医生与内科医生、小儿科医生共同组成了美国的 PCP (Primary Care Physician)。美国的全科医生主要从事预防保健、各种急、慢性病的诊断与治疗。为患者提供基本的、综合的和连续性的医疗服务。外国医学毕业生要想在美国成为一名全科医生，首先要通过 Step 1, Step 2 CK 和 Step 2 CS 考试，然后拿到 ECFMG 的认证证书。通常每年 7 月份在网上通过 ERAS (Electronic Residency Application Service) 申请，一般来说需要 3 封推荐信和一封医学院院长的推荐信。全科住院医师招收的单位多，但每个单位招收的名额少，所以需要多申请几个单位以增加面试的机会。通常在 9 月份左右完成申请，用人单位在 9 月和 10 月份开始遴选住院医师。面试通常在 11 月份到 2 月份之间，3 月中旬通过 NRMP (National Resident Matching Program) match 上住院医师。全科住院医师的训练通常从 7 月 1 号开始，历时 3 年，第一年把所有的临床科室例如内、外、妇、儿、传、精神、神经等临床科室轮转一遍，第二年住院医师轮转开始之前，还需要通过 step 3 考试。第二年或第三年住院医师训练可根据自己的兴趣选择重点科室进行轮转。每个科室轮转结束，主治医师会给你评分，评估合格才能顺利进入下一个科室轮转。如未通过，则需继续在该科室进行轮转，直到通过为止。每年训练结束后，需要参加美国全科医生委员会组织的考试。考试通过后才可进入下一年轮转。3 年训练结束后还需通过美国全科医生专业委员会的考试才能申请到正式的医生执照。每年大约有 2 万多名美国和外国医学院毕业生进入到美国的住院医师训练，其中全科住院医师约占 12%。2014 年美国医学院毕业生大约 1900 人进入到全科住院医师的训练中，外国医学院毕业生也有大概 1900 名进入到全科住院医师训练，外国医学院毕业生占美国全科住院医师名额的一半左右。在住院医师训练结束之前，就可以开始找工作。如

果你在某个州申请到了工作，就向该州医学委员会申请该州的行医执照。每隔 2 年医生执照需要再续，一般需要完成一定课时的网上学习与测试，通过后才可以再续你的执照。每隔 10 年还需参加美国全科医生委员会组织的资格再认证考试，才能继续行医。

做全科医生有以下几个优点：

1. 能进入全科住院医生的机会多。美国医学院毕业生因种种原因更愿选择做专科医生，全科医生相对比较冷门。这就给外国医学院毕业生一个很好的机会，目前在美行医的全科医生中，外国医学院毕业生占 40% 左右。

2. 工作机会多。随着奥巴马医疗的推出，越来越多的人有了保险，这样全科医生的需求也在增加，更容易找到一份满意的工作。目前全科医生在美国是非常短缺的，相关组织研究发现，该缺口到 2025 年可达到 3 万人 □

3. 生活有规律。上班时间朝九晚五，无需加班，压力较小。这对于有家庭的女医生尤其适合，既能照顾到家庭又能兼顾事业。

4. 全科医生的病人，下至刚出生的婴儿，上至百岁老人，没有年龄限制。而同时作为 PCP 的内科医生和儿科医生，在患者的选择上则有年龄的限制，如儿科医生只诊治 18 岁以下的患者，而内科医生只看 18 岁以上的病人。

5. 选择的亚专业多。全科医生可主做产科方面的工作，也可主做儿科方面的工作。例如我所知道的几个全科医生，他们主要在做外科和整形方面的工作。

6. 收入也不错。全科医生的薪水通常在 20- ~ 25 万左右，在美国也算 Top 5% 的收入水平。

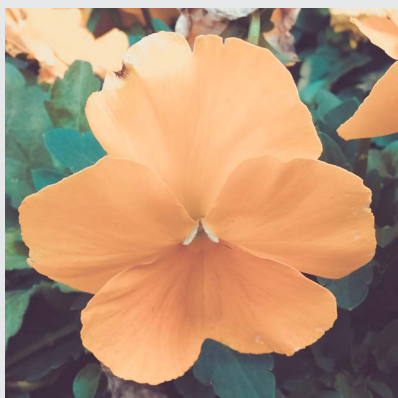
海阔凭鱼跃，天空任鸟飞。越来越多的中国医学院毕业生来到美国去实现自己的美国梦。



Poetry

早春

天竹



阳光
挽着温润的春风
到了后院
雪，黯然离去
只留下曾经洁白的幻影
和印在泥土上的
点点泪痕

门前的枸杞发芽了
细枝在暖风里伸展
做起一个个鲜红欲滴的梦
并把所有的甜蜜
都装进梦中

园子里的一小片菠菜
熬过了冰雪的劫难
正得意地扬着笑脸
用满身的翠绿
对着太阳宣告
生命的不可侵犯

推开久闭的窗门
迎来一声声
欢快的鸟鸣
飘来一阵阵
野草的香馨

八十岁的老妈妈
也换上了春装
搬一把小凳
坐在后院晒太阳

三月大的儿子会笑了
咯咯的笑声
是春天里起舞的风铃
清脆得
象泉水叮噙
快活得
象蝉儿高唱
把我的心浸泡成
一团甜蜜蜜的
棉花糖

阳光
挽着温润的春风
到了后院
一朵朵矫情的花蕾
正以忐忑的心情
企盼春的深情一吻
满心期待
一个爱情孕育的
万紫千红

三月的雨

天竹



云
被擦肩而过的风
撩乱了心思
鼻子一酸
眼泪就止不住落下来
一滴一滴
清清冷冷
淅淅沥沥
透明,却不让人看懂
单纯,却现万缕风情

总喜欢在这样的雨天
想起你
闲逛在清凉的记忆里
拾起一片落叶
拂去上面的泪痕
然后藏进写你的日记

总期待在这样的雨天
遇见你
撑开一把小伞
和你走进雨里
让雨丝将我们
模糊成一个黑点

你成为我全部的视线

总希望在这样的雨天
拥有你
想着把自己变成
一行雨滴
框在你的眼里
挂在你的唇边
滑落进你的思念
再屏住呼吸
悄悄钻到你的心底

Poetry

北京那个春

殷杰

北京的春，
有玉渊潭的樱。
满山的花儿欢笑，
轻唱着歌。
跳进眼里，
飘进嘴，
是甜，是咸，
薄薄的，
又象什么也没有。

心漫漫，
湖光摇动，
花影围来，
是妈妈的怀抱。
身沉沉，
干草微暖，
黄土坚实，
是爸爸的手臂。
不想离开，
玉渊潭湖畔。

晚林归雁

殷杰

冬去铜林晚，
雪雁列队归。
只因啄旧拓，
翎羽蘸墨微。



(金捷 摄影)

Poetry

浣溪沙

海音

春意醉如粉面桃，
昨天狂雨涨池高。
日晴鹁脆响云霄。

携手佳人杨柳岸，
微风拂面上花桥。
红英几朵水中摇。

采桑子·雨叩西窗

橡山闲人

寒风半夜行余虐，
黑幕冰凉。
雨叩西窗，
岂愿还形变冻霜？

满园梨树镶莹白，
玫枝芽妆。
满地兴昌，
云散春回寄晓阳。

2016年2月4日
于美国伯明罕



春晓曲·农家乐

海音

之一

油酥雨过滋青草，
晓燕泥巢筑早。
水牛酣饮雾溪间，
万点菜花风里笑。

之二

禾苗嫩绿田蛙跳，
日拨香椿渐好。
碧塘烟柳剪裁成，
处处脆鹧春意闹。

2016年2月28日

Poetry

七律·立春感怀

海音

面向江东驻久看，
朝霞如血草微寒。
大山渐醒消冰去，
海日初升照雁还。
春降神州雷震远，
暖流南处雨催欢。
花根蠢动芬芳梦，
开遍河川秀世间。

2016年2月4日





清平乐

海音

之一

春来春去，
几载人生度？
美景良辰难留住，
旧梦更和谁诉？

赏桃樱踏将来，
柳絮飘坠徘徊。
瓣瓣落英时节，
多少骚客伤怀？

之二

春来如旧，
风剪鹅黄柳。
堤外桃花红萝秀，
潋滟澄湖吹皱。

忆昔共饮兰舟，
千杯难叙离愁。
一世飘如柳絮，
劝卿进酒酣游。

2016年3月2日

Poetry

七律·立春有感

李家贤

冰霜悄寂去无踪，
梅朵嫣香笑脸彤。
暖日催情萌蘖醒，
春风难渡远山峰。

2016年2月4日
于美国伯明罕

之二

五绝·春阳去故乡

天水彩霞装，
春阳去故乡。
遥呈安福语，
对岸候晨光。

于2016年3月19日

幸福飞翔

张灵



风和景媚
日落霞飞春水染
鹤唳云端
雁叫草塘雪乱沾

路途漫漫
但有家人朋友伴
何惧艰难
北返南回需尽欢

五律·春媚

杨兰

平湖烟泛水，
绿意漾琼浆。
秀靥桃红染，
柔眉浅黛扬。
依依鸣翠鸟，
冉冉舞新妆。
莫道春光缓，
禅心自暗香。

Poetry

一剪梅·春游

孙新来

几夜春风细雨调
杨树轻摇
柳絮轻飘
星沙日暖百花娇
桃李妖妖
绿草烧烧
周末携朋上曲桥
游客声嘈
汽笛声嘹
麓山远眺橘洲潮
江水滔滔
心事撩撩

雪的暗示

陈联松

一辈子经历很多
从天而降的东西
它们不经商量，
落在头上、肩上、脚面上
引发莫名的怀想
三月的桃花
五月的紫丁香
中秋倾泻而来的月光
抑或春节流窜的烟花炮响
唯有十二月的雪花
冷冷清清
清清淡淡
淡淡雅雅，
且喜欢挂在睫毛上
或跌落在嘴旁
以最鲜嫩的温柔
最纯粹的白
最无声的静谧
让我想着你
想着你
舍不得将它融化

七律·忆家乡春节

梅中泉

旭日嫣红白雪消，
江南碧水涌春潮。
米花双蛋甜心底，
炮竹千枚响玉霄。
燕子雕梁寻古意，
龙灯沃野展新骄。
相逢作揖衣妆换，
笑语炊烟伴柳飘。

之二

七绝·立春即兴

百草含羞露笑迟，
梅花映雪两相奇。
寒风今日逢春暖
催熟桃红第一枝。

Poetry

水调歌头·记故乡春雪

海音

琼雪不知节，漫漫降天垂。
腊梅香蕊重展，冬意再徘徊。
楚水绵绵东去，浪卷冰晶白羽，融汇入洋归。远寨霰烟起，
江鹭舞纷霏。

大鸿梦，羞燕雀，几时追？
象移斗转，难料尘世兴和衰。
飞尽桑田沧海，饮尽人间无奈，碧血献高台。愿做鲲鹏鸟，
云里化春雷！

2016年3月10日





二月，看野花盛开

陈联松

二月最短
和一月相比
短去的时光让二月捉襟见肘

二月又最尴尬
见三月之面的时候
早晚还免不了打个寒颤

二月有一个节日
像满山满谷盛开的野花
天地为之动容

只是心底的三个字
依然找不到借口
在三月到来之前成为声音

短促微寒的二月
被困在冬和春的酒窖里
酿成了一个四季

2016年3月19日

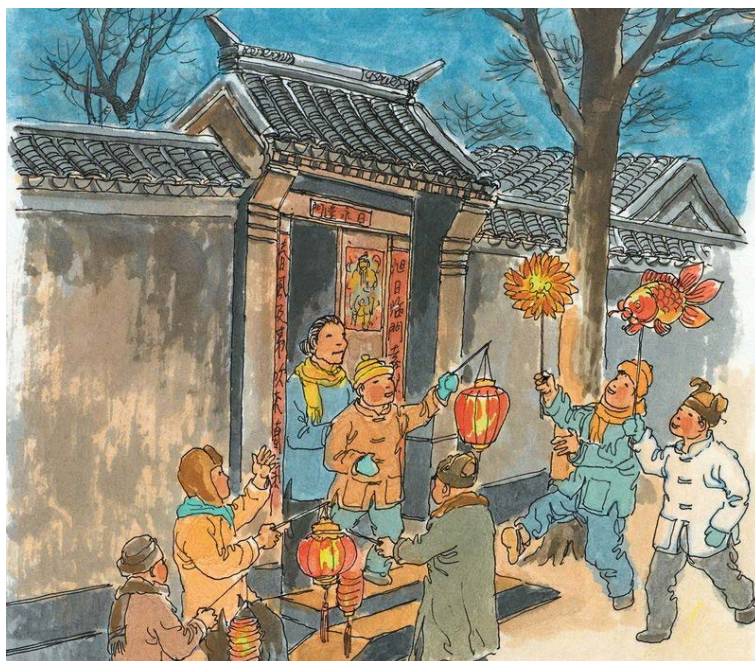
Poetry

七绝·丙申春节

孙新来

岁首晴明气转新，
轻风拂柳喜迎春。
桃花正待潇潇雨，
润泽青枝洗旧尘。

2016年2月8日



一剪梅·除夕

杨兰

忆旧除夕围炭拥，
欢入觞中，
笑沁觞中。
今宵酣醉玉尊同，
思漫纱窗，
念想由衷。

凭寄诗笺托宿鸿，
千里冰封，
何日归踪。
莺歌燕语话桑榆，
绿意红情，
岁月峥嵘。

2016年2月8日

腊梅新春

李玲璘

腊月红梅风姿艳，
潇潇才俊携友缘。
赋诗唱吟惊明月，
岁走春敲梦逝年。

Poetry

长相思，母子情

北极光

天也青，地也青。
桃李飞花春雨晴，难言游子情。

我泪盈，母泪盈。
不舍儿郎征远程，江南长望亭。

之二

七绝·元宵

元宵洁月又相逢，
解冻冰河水逝东。
剪剪春风微细雨，
千红万绿故园中。

2016年2月22日

梅花引：猴年春节

陈孝光

冰雪厚，梅花瘦，素色乾坤独枝秀。
淡香幽，侵门楼，不辞酷寒，来伴声光柔。

炉膛碳炙羹汤热，老幼欢欣宴妆洁。
书楹联，挂楹联，梅烛增辉，礼炮庆猴年。

2016年2月6日

之二

减字木兰花：梨花

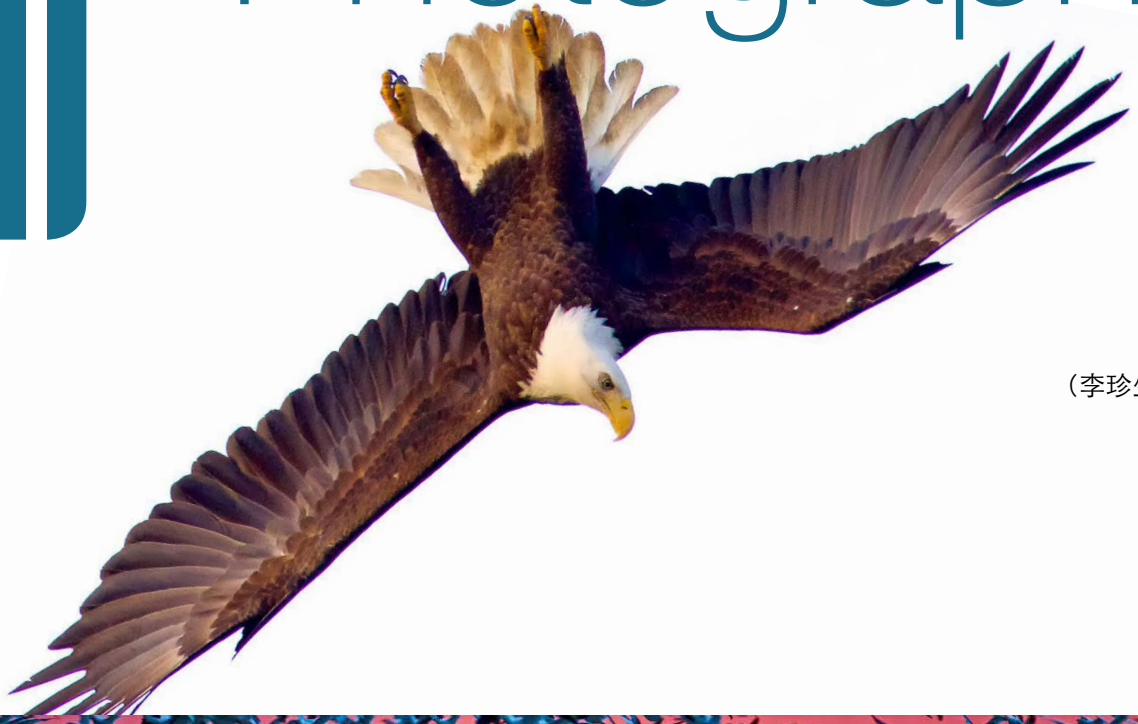
春风化雨 唤醒梨花枝上舞
晓镜临妆 粉面丹心淡淡香

芳华灿烂 砌下明朝如雪乱
莫要伤怀 此刻明年还再来

2016年3月16日



Photography



(李珍生 摄影)

■ 鸟海





■ 鹰击长空



李珍生 · 山村雾色

泡菜制作

80 级黄燕

1. 首先在冷水里放入盐，花椒，冰糖，然后把水烧开，水量在泡菜坛容量的 20% ~ 30% 左右，不要太多，盐比平时做菜时多放一点，感觉很咸即可。

2. 待水完全冷却后，灌入泡菜坛内，然后加一两白酒。

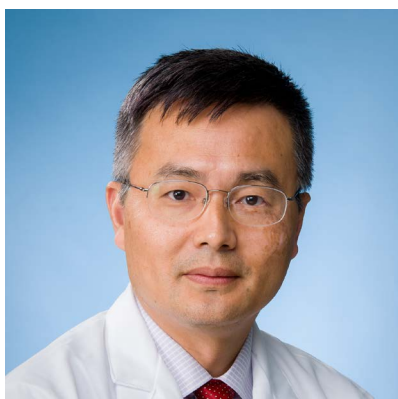
3. 放红椒，姜，蒜

4. 2 ~ 3 后注意仔细观察，看辣椒周围是否有汽泡形成，如果形成气泡，证明泡菜的原汁做好了。

5. 把想吃的菜泡进去就可以了。（菜洗干净一定要晾干，不能带一点生水进去，还有一点油也不能有）



主编

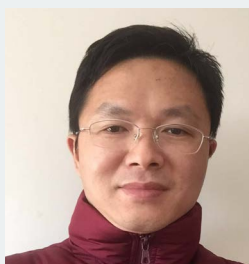


房祥

湘雅

海外校友简报

编委 (按姓氏笔划为序)



王成



文曙



刘少龙



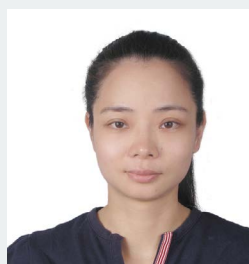
刘娜



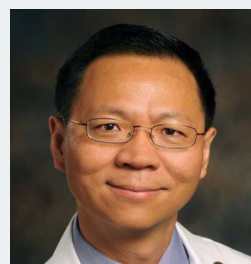
李笑虹



李珍生



何华



易晓彬



徐宇红



章利铭



温红远