

麻醉医生与健康管理,看似领域交叉,实则是两条截然不同的赛道。走过职业转型的迷茫,房臻把“治病救人”的初心,换成了“防患未然”的坚守——

转身之后

于银花 张素军 葛春云/文 于艳莉/图

从寡言到碎碎念

从内蒙古乌拉特中旗出发,到中原油田内蒙古采油厂,需要横穿我国八大沙漠之一的乌兰布和沙漠。

2023年5月,房臻跟着中原油田安环部的队伍,一同前往采油厂检查工作。汽车沿沙漠公路缓缓行驶,从车窗外望去,视线所及皆是荒芜。骆驼草刚冒出一丝淡淡的青绿,红柳尚未吐露新芽,风滚草攒成一个个小小的圆球,在风里漫无目的地滚动着……

车子晃了四五个小时,前方终于出现了一个小小的“点”。房臻坐在车上,眉头紧锁,一路忧心忡忡:太远了!这麼偏远的地方,万一突发疾病,这可怎么办?

这份忧虑,让房臻迫切地想为一线员工做点什么。在内蒙古的那些日子里,她手把手地教员工操作除颤仪等急救医疗设备,一遍教不会就再来一遍,连手上的力道、按下去的角度,都反复比画给大家看。她还总在一旁念叨,生怕有人记不住:“这些自救、互救的法子,一定要练熟了、记牢了,关键时候真能救命,能多撑一分钟,就多一分等到救护车的希望!”

离开内蒙古后,她又先后去了上海、广东、四川等多个油田外部项目部。无一例外,这些项目部都远离城镇。偏远程度越高,医疗救助的难度就越大,员工的健康管理也就越显关键。

原先不爱说话的房臻,慢慢变了样,成了大家嘴里那个“爱碎碎念”的人。看见新来的大学毕业生总抱着饮料喝个不停,她会上前,语气软软地劝一劝:“少喝点含糖的饮料,天天这么喝,日子久了,对身子可不好。”有时候遇见谁熬夜熬得脸色差,她也会念叨两句,絮絮叨叨的,全是些不起眼的叮嘱……

在广东汕尾项目部,员工老张满心困惑:自己平常吃得不多,油腻的东西更是一口不碰,可血糖、血压偏偏一直降不下来。房臻耐心地给他做了个全面检查,又拉着他坐在一块儿聊了许久,总算找到了病根儿:由于长年守在项目部,远离家人,他心里难免空落落的。一孤单就睡不着觉,第二天起得晚了,慌慌张张去上班,连早饭都顾不上吃。日子久了,作息乱了,吃饭也没个准点儿,毛病自然就找上门来了。

房臻握着老张的手,语重心长地叮嘱:“千万别再熬夜了,慢慢培养运动习



惯,一日三餐按时吃,降压降糖药也得坚持按规律服用,不能偷懒!”

后来,油田组织员工健康管理专项培训,房臻和老张又遇上了。房臻一见到老张,就快步走上前问道:“张师傅,身体好点没?”老张笑着挥了挥手,眉眼间透着轻松:“可多亏了您的叮嘱,我天天早睡早起,想家了就打视频电话,还跟着大伙儿一起运动,现在血糖、血压都降下来了!”

一定要讲“大白话”

50岁的房臻,曾经是一名麻醉医生,还曾担任油田前线医院院长。2022年,油田机构改革,她的岗位被调整,告别了坚守多年的诊室和手术台,抱着白大褂离开医院那天,她哭了。

这场职业转型,对房臻来说,并不容易。

作为一名医生,她早已习惯了被患者信任、被同事敬重,可一夜之间,所有的光环都烟消云散,一切回归原点。失落、迷茫、焦虑像潮水般袭来,让房臻第一次尝到了辗转难眠的滋味。

也正是从那时起,房臻转型投身健康管理。一开始,她心里总有些落差,觉得自己“矮了半截”。在她看来,医生需要精湛的专业医术,而健康管理,似乎只要懂点健康常识就够了,这分明是大材小用。

可真正上手后才发现,这份工作远比想象中更有挑战性。麻醉医生与健康管理,看似领域交叉,实则是两条截然不同的赛道。医生的职责是“治病救人”,直面病痛、对症下药;而健康管理

的核心是“防患未然”,要把专业的健康知识讲给普通人听,必须用“大白话”讲明白。

这种“专业转通俗”的“翻译”工作,本身就是一场不小的挑战。

做麻醉医生时,她大多时间都在手术室里,专注于手术操作,很少与人过多交流;可做健康管理,每天都要面对不同年龄段、不同岗位的听众,不仅要口齿伶俐、娓娓道来,还要风趣幽默、调动氛围,这对不善言辞的她来说,无疑是“难上加难”。

每次讲课前,房臻都会格外紧张,为了把课讲好,她常常很早就起床备课,把课件反复打磨多遍,还细心地在重点内容上做好标记,对着镜子一遍遍练习表情和语气,努力让自己显得更亲切、更有亲和力。

即便如此,她还是遭遇过冷场。

一次,她在台上讲课,台下各种状况:有人低头刷手机,有人凑在一起窃窃私语,有的干脆睡起了大觉。看来课是讲砸了!咋办?重新打磨课件!

后来,房臻把“我讲啥你听啥”变成“你想听啥我讲啥”,就选大家感兴趣的话题,然后把知识点串起来,再糅进一些案例,增加趣味性。

慢慢地,听课的员工越来越投入,下课了也不愿走,纷纷围上来问这问那……

办公室里的小零食

在房臻办公室,会看到很多小零食,方便面、梅子、葡萄干……但她自己不吃,只拿来作教具。

有一次,她拿起一袋方便面,指着包装上的配料表,直白地讲解:“看,这一包方便面,仅含盐量就有6克,而我们一天的摄入量,建议不超过5克,要是你连汤带面都吃完,一天的盐就彻底超标了。”

有人追问5克盐到底有多少?“一啤酒瓶盖的量!”她回答干脆。

如此讲解深入浅出,大家都爱听。眼下AI技术普及,房臻也学着用AI制作视频动画课件,课件里有对话、有讲解、有动作示范,直观鲜活,员工一看就懂、一学就会。

海外员工回国休假时,偶遇房臻,会主动上前同她打招呼:“房老师,我们在国外,也能看您做的健康课件,太实用了!”有一次,房臻刷手机时,偶然刷到一个安全类公众号,里面关于脑卒中急救的内容,竟然和她的课件几乎一模一样。“咦?这不是我的课件吗?”一开始,房臻很生气,可转念一想,被人盗用,恰恰说明自己的课件有价值,能帮助到更多人,这何乐而不为?念头一转,她立马释然了。

心肌梗死、脑梗,都是危及生命的突发性疾病,发病后每一分钟都至关重要,要及时有效地救护,是挽救生命的关键。为此,房臻和同事专门实施“靶向培训”,每次去一线,都会带上急救橡皮人,现场教大家精准掌握急救动作,确保每一位参训员工都能学以致用。

抖音上曾有一段视频,在油田内部走红。视频中,一名油田员工突发心肌梗死,身边同事反应迅速,立即紧急施救,成功帮助患者化险为夷。事后,施救的员工坦言,自己不久前刚接受过健康管理急救培训,正是学到的东西,救了同事一命。

房臻看到这段视频后,满是欣慰。她特意把这段视频纳入自己的课件,作为真实案例,一遍遍地告诉大家:“急救培训从来都不是走形式,多掌握一项急救技能,就多一份生命保障,这就是我们培训的意义。”

2025年10月,油田举办健康管理业务竞赛,参赛选手用除颤仪抢救心肌梗死患者,用担架及三角带处理骨折伤员,来自三甲医院的评委看呆了:没想到油田员工素质这么高!房臻特别高兴:“说明我们的培训没白做!”

曾几何时,因为一次职业转身,房臻辗转反侧、夜不能寐;如今,她早已走去迷茫,全心全意热爱着这份工作。

房臻依旧会带着她的“教具”,奔赴一个又一个偏远的项目部,把健康的种子,播撒在每一片她走过的土地上。转身之后,皆是新生;坚守之中,自有光芒。

师傅夸他钻劲足,同事笑他油味浓,十年伴岩屑、逐油气,他用青春深耕井场,初心未改——

闻着油味走路的年轻人

王鹏 张翔霞

啃原理,遇到不懂的就连线专家请教,加上原有积累的地质基础,几口井后他就从“门外汉”变成了独当一面的地质导向师。

“不仅要钻准,而且要钻快。”

西南工区是非常规油气勘探的主要战场,地层复杂、倾角多变,张天成把每口井都认真当成硬仗打。在焦页82号平台施工时,地层轨迹面临偏离储层风险。现场众人意见不一,有人建议按原设计继续钻进,有人主张往上调整轨迹。张天成蹲在振动筛旁,抓起一把岩屑,放在鼻尖闻了闻,又对着屏幕反复比对数据:“我建议把轨迹往下拉1米!”

甲方代表看着眼前这个年轻的工程师,有些犹豫:“小张,这可不能靠拍脑袋决定。”“您看,我是这样计算的……”张天成指着自己做的实钻地层三维立体模型,向甲方详细阐述依据。

最终,甲方采纳了他的建议,不仅实现水平段“一趟钻”,优质率100%,钻井周期更是缩短20%。在西南工区,他先后圆满完成100多口非常规水平井的地质导向任务,其中铁北侧HF页岩气井刷新了普光海相页岩气水平段垂深最深、用时最短等多项纪录。

中原油区首口煤层气风险探井OMX井的钻探,则是他直面的最大挑战。没有任何经验可借鉴,煤层薄、夹层多,卡准位非常困难。

钻进到关键段时,数据突然异常,现场气氛紧张起来。张天成盯着屏幕上的曲线,在图纸上反复演算。“不行,原轨迹已经偏离煤层了。”他猛地抬手,对着众人说,“必须调整轨迹,调整2度就能精准卡入煤层!”

有人摇头,有人质疑,可张天成始终坚持自己的判断。他拿着详细的数据分析报告,一次次与甲方、钻井方沟通论证,耐心阐述调整依据。最终,甲方被他的专业和执着说服,同意他的方案。当钻头顺利进入目标煤层,水平段一路精准钻进1500米时,油田领导拍着张天成的肩膀称赞道:“小张,你这孩子真棒,真是个大功臣!”

同事们都说,他是“闻着油味走路的人”。“干一行,爱一行,专一行,自己选择的石油路,就要一步一步走踏实。”张天成的话很朴实。

《中国石化》杂志2026年第2期(月刊)

目录

■特稿

04 全面开启二次创业新征程,奋力谱写新时代振兴石化新篇章
——中国石化集团召开2026年工作会议

本刊记者

48 全球供应链重塑背景下亚洲迈向全面价值链之路
孙彦寅

52 量子计算在油气勘探中应用前景广阔
林正良

55 新经济领域为轻烃芳烃产业链发展打开下游空间
任卓

何磊

78 积极探索符合企业实际的大监督实践
陈兰霞

质增效

79 打造具有石化特色的EAP心理健康全链条服务体系
王丽

81 全媒体时代纸媒评论重塑话语优势的实践路径
高国雪

■文化

83 国际·国内

■人物

88 帕米尔高原的石化雄鹰

——第九届“感动石化”人物刘祥奇

■党建

71 “七彩党建”品牌赋能企业高质量发展
周麟

74 运用系统思维构建廉洁风险防控体系
陈凯

76 以党建深度融合驱动新型能源业务提

质
何磊

79 打造具有石化特色的EAP心理健康全链条服务体系
王丽

81 全媒体时代纸媒评论重塑话语优势的实践路径
高国雪

■资讯

83 国际·国内

■人物

88 帕米尔高原的石化雄鹰

——第九届“感动石化”人物刘祥奇



新
石化

新刊速达

尽享石化权威资讯

1月26日至27日,中国石化集团公司2026年工作会议在京召开。集团公司党组书记、董事长侯军作题为《全面开启二次创业新征程,奋力谱写新时代振兴石化新篇章》的主题报告。本期杂志刊发特稿,帮助读者及时了解本次会议精神。会议提出,公司“十五五”时期将大力实施创新驱动、转型升级、资源保障、市场开拓、成本领先、开放合作六大战略。本刊自本期起,连续推出封面主题策划,围绕六大战略进行深入探讨。本期聚焦“实施创新驱动战略”主题,推出7篇主题约稿。邀约北方工业大学副校长李全明,北京清华工业开发研究院产业生态研究中心副主任、前橙智库高级研究员吴坤,中国社会科学院研究员、中国社会科学院大学教授李晓华,国务院国资委研究中心党委副书记杜国功,新华社经济研究中心学术委员会秘书长王树强,中国石化经济技术研究院公司管理研究所所长刘晓斌,中共中央党校(国家行政学院)教授、博士生导师汪玉凯等权威专家,深入阐述企业实施创新驱动战略的重大意义、深刻内涵、内在要求和具体路径。

《中国石化》杂志是由中国石油化工集团有限公司主管、中国石化报社主办的公开发行刊物,具有党组机关刊和行业管理刊的双重定位,设《特稿》《关注》《前沿》《管理》《党建》《文化》《人物》《资讯》等栏目,注重内容的思想性、学术性,致力于为关心中国石化和能源化工行业发展的广大读者提供启迪思想、开阔视野、交流经验的平台。



■关注·实施创新驱动战略

13 实施创新驱动战略是中央企业的使命担当
李全明

17 实施创新驱动战略是一项复杂的系统工程
吴坤

22 行业领先企业实施颠覆性创新的对策建议
李晓华

26 对国资央企加快实施创新驱动战略的思考
杜国功

30 科技创新和产业创新深度融合的特征及发展趋势
王树强

33 国际石油石化公司以创新战略管理为

核心的能力重构
刘晓斌

37 数智化赋能企业实施创新驱动战略的路径
汪玉凯

41 油气勘探开发科技创新向“五化”方向发展
郭旭升

44 从欧盟“资源复兴行动计划”看全球资源竞争新动向
李显冬 周郅坚

46 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

50 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

54 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

58 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

62 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

66 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

70 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

74 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功

78 中国石化在“双碳”目标下如何实现绿色低碳发展
王树功