

气带着释然，仿佛放下了一个沉重的包袱。

这段视频再次引发轩然大波，有关“张水华离职”的词条很快又登上各平台热搜。事实上，张水华的辞职申请早在2025年12月便已提交。彼时，铺天盖地的投诉电话与邮件让她不堪重负，医院频繁的谈话让她整夜失眠，头发大把脱落。王崑说，选择在赛后宣布辞职，只是希望用一场干净的比赛，给持续数月的争议画上句号。

张水华从未想过会以这样的方

式告别14年的护士生涯。时间回到2012年12月，从初出茅庐的普通护士到独当一面的主管护师，张水华深知作为医护工作者肩上的责任。14年间，她零医疗事故，2020年主动请缨赴宜昌抗疫，与同事在方舱医院睡行军床、互相剪短头发的战友情，成为她最珍贵的记忆。

往年有几次大年三十、大年初一，张水华都是主动值班，只为让外地同事能回家团圆；同事有事找她调班，她从未拒绝过，是科室里公认“最好说话的人”。

选择“不辞而别”，张水华有自己的顾虑：既怕提前告知引发更多议论，也怕自己在同事的挽留中动摇。后来，一位休产假归来的同事通过微信问她“怎么休个假就见不到你了”，让她难受了很久。“有很多次，我都想抱一抱她们，对她们说实话，这可能是最后一次在饭堂吃饭了。”张水华眼眶微红地说。

事实上，离职前她已将所有分管病人的护理要点详细记录在本子上，郑重交给了接手的同事，用自己的方式完成了最后的交接。

2026年1月18日，张水华现身重庆马拉松赛场，这是她从医院辞职后参加的首场马拉松比赛，夺得女子组第六名，国内女子组第四名。

