

■关注

# 斗不过死亡,就与它和解

肿瘤内科大夫林德树主治的患者,平均每个月都有2名去世。死亡对他来说再熟悉不过,可真正和死亡近距离接触时,他依旧不知道该如何面对。

那是位因罹患食管癌去世的老人,开朗、乐观,还见义勇为救过落水者,“特别配合治疗,说自己不想死”。老爷子去世当晚,其女儿发来信息,说人不在了,林德树随即陷入自责。整整一晚,他不停问自己,“如果医疗条件再好一点,医术再高一点,老爷子能不能多活”。抱着这样的愧疚,他出现在老人葬礼上。

林德树第一次真正把患者送到生命的终点。此前,这位大夫的最大使命,就是拽着患者,向死亡相反的方向跑,在那之后的4年时间里,他参加了40多场葬礼,祭奠的对象全是他主治的患者。

林德树所在的浙江省温州乐清市第三人民医院是一家二甲医院。大部分在肿瘤内科住院的患者,都被更高级别的医院认定只能保守治疗、尽可能延长生命。在这里,死亡的阴影很难逃避。林德树曾经觉得,用尽了医疗手段,患者“也只能拖延一段时间”。有的晚期病人每次咳血,都在病房里大喊大叫,打电话唤来所有亲友,一一告别。有的患者癌

细胞转移,压迫神经造成疼痛,吗啡都无法缓解,家属急得拦着林德树不让走,叫嚷着“再想想办法”。

绝望的氛围里,林德树跟着他们一起着急、无奈,甚至怀念急诊科的见习生活,“看着患者能躺着进来,走着出去,充满成就感”。

在肿瘤内科找到意义的过程缓慢而悠长。林德树主治的一位小细胞型肺癌患者,原本只有2个月的预计生存期,但化疗效果出乎意料,癌细胞缩小到看不见,咳嗽停止,出了院。林德树去家里随访,老人就在树下和孙子下棋,坐在厅堂里和家人大笑吃饭。老人还兴奋地拉着林德树去自己的院子里,参观自己新种的西红柿和青菜。第10个月,老人对化疗药物的敏感性下降,继而离世。但在葬礼上,林德树惊讶地发现,家人们的脸上没有遗憾。后来,老人的家人和他说,在“争取来的8个月”里,和老人度过了很好的日子。

他渐渐明白,当医疗手段有限时,医生的责任,就是帮助患者尽可能享受剩余的时光,让他们有尊严的生活。他开始鼓励身体稍好的患者走出去,爬山、看电影、和家人一起聚餐,“把自己当成糖尿病、高血压一样的慢性病人”。

这些努力往往在医术之外。林

德树开始在接待患者前,先和家属沟通,问清患者的心理承受能力。如果面对的是一颗紧张又敏感的心,林德树和同事就在他的档案上黏一枚苹果的贴纸,意味着告知病情需要尽可能委婉。他也开始学着聊天,和患者聊,也和家属聊。他聊天时不再像主管医师那样冷冰冰地问话,而是朋友一样闲聊。他会问患者水果甜不甜,和家属聊工作、生活,听他们回忆和患者珍惜的过往。

林德树说,大多时候,自己只是陪他们走过生命的最后一段旅程。他能做的事情依旧不多,最多再为贫穷的患者配尽可能便宜的药,开着车去那些身体不好的患者家里随访。

死亡依旧会如期而至,但林德树不再只是伤感。他说如今参加患者葬礼的理由是“尊重”。在见证了患者和家属为生做出了那么多的努力,他觉得他们值得敬意。

在他参加的40多场葬礼里,大部分逝者“都没有遗憾”,家属也平静地接受现实。他可以悄悄到场,鞠躬,默默离去。总穿着白外套、黑西裤的他来到葬礼的现场,掀不起任何波澜。家属见到他,也不会有任何吃惊。用林德树的话说,“我们早就是朋友”,“送朋友最后一程,再正常不过了”。

(中国青年报,8.2,程盟超/文)

■给您提个醒

## 高温令心脏负荷陡增 勿把心梗当中暑

合肥青年小张晨跑后感觉身体不适,他自以为是中暑,只要休息一下就好,不料却休克晕厥,送医后被诊断为突发性心肌梗,差点丢了性命!专家提醒,心梗的一些症状与中暑相似,但抢救稍不及时就有生命危险。因此一些有心血管疾病的患者和运动后年轻人更要警惕,切勿将心梗当成中暑,以免延误治疗。

安徽省立医院心内科主任医师马礼坤说,中暑出的汗是因为天热,出汗部位常在前胸后背、额头、脖子、腋下等。且出汗时,皮肤的温度也随之升高。而心肌梗塞发作时,出汗多在脖子、额头、手心、脚心等部位,出汗时皮肤温度相对较低,即俗称的“冷汗直冒”。

“眼下天气十分炎热,一旦出现过劳累等情况,就容易诱发心梗。”马礼坤提醒,特别是有冠心病、高血脂、高血压及糖尿病的患者更加需要注意;常熬夜、心理压力大,过量吸烟喝酒的也是心梗高危人群。

除此之外,该院近日还收治了多名运动后发生心梗的年轻患者。马礼坤称,最近高温炎热,人体体表血管明显扩张,令心脏、大脑血液供应量相对不足,大量运动后心脏负荷增加,需血量增多,供需失衡,容易诱发心绞痛,甚至心肌梗死。所以一旦出现持续性胸痛、胸闷、冷汗等,都应及时去医院就诊。

(新华社,8.2,鲍晓菁/文)

■医改动态

## 广州试点 长期护理保险

为积极应对人口老龄化,《广州市长期护理保险试行办法》近日正式公布,广州市自8月1日起试点实施长期护理保险制度。

广州是我国首批15个长期护理保险制度试点城市之一。试行期间,长期护理保险基金纳入社保基金预算管理,每年按照130元每人的筹资标准和本办法所规定的待遇标准,测算次年的长期护理保险收支需求,列入职工社会医疗保险基金收支预算,并由职工社会医疗保险基金专户划入长期护理保险基金专户。

《广州市长期护理保险试行办法》规定,广州实施的长期护理保险制度设有机构护理和居家护理2种待遇类别,该2种类别中又分设基本生活照料和医疗护理2种服务项目。具体待遇标准方面,机构护理个人自付25%,基金支付75%;居家护理个人自付10%,基金支付90%。医疗护理的支付标准按医疗护理服务项目价格确定,基金最高支付限额为每人每月1000元人民币。

试点阶段,广州市长期护理保险参保人群为该市职工社会医疗保险参保人员,今后再逐步扩大到城乡居民社会医疗保险参保人员和其他人员,直至实现全覆盖。

(综合中新网、广州日报)



健身气功比赛

■健康故事

## 坚持夜跑十五载 关节磨损行路难

天气一热,夜跑也跟着火爆起来,你加入其中了吗?千万别以为跑步是件简单的事情,跑对了可以强身健体,可要是跑错了则会有损健康,最常见的就要数运动过量所致的骨损伤,严重的甚至需要进行关节置换。

浙江省的陈先生是夜跑的忠实粉丝,他坚持夜跑15年,虽然身材练得好,却差点连路都走不了。陈先生说,15年来,他每周保证夜跑3次以上,每

次至少跑5公里,经常是一口气跑10公里也觉得不在话下……今年,他本想尝试全程马拉松,可腿出了毛病,跑1公里就痛得吃不消。经检查,浙江省中医院骨伤科主任童培建表示,陈先生的髌关节先天发育不好,比正常人缺一小块,动起来时关节的磨损会比常人更厉害,更何况他又长年累月的长跑。如今,陈先生髌关节这块骨头被硬生生磨得一塌糊涂,以后若再不注意,继续任

性跑步可能连走路都会变得很困难。到时候唯一的出路就是进行人工关节置换。陈先生听后懊悔不已。

童培建称,运动损伤所致的关节退化加速的情况变得越来越多见,且以年轻人为主。童培建第一推荐的运动项目是游泳,当然跑步也很不错,但需注意科学合理,以跑完第二天不感到疲劳为宜,当然有点肌肉酸痛是正常的,只要不感到关节疼痛就好。

(钱江晚报,7.26,何丽娜、于伟/文)