

# 多给患者一些阳光和正能量

“尊敬的胡教授，您好！我们是四川安岳县李生陈氏姐妹，都患有肺动脉高压。我们患病12年之久，全国看过10多家大医院，结果没任何好转，反而越治越重！今年8月份找到您，诊断正确，吃药后大有好转，我们现在在成都读大学，三楼都能上去。我们全家谢谢您！并祝您身体健康，永远快乐！”收到这条短信后，我回复：“你们好了，我很高兴，祝你们成功幸福！”

随后，我又收到了这对姐妹的爷爷的短信：“您给她两姐妹治好了病，现在她们能读书住校，什么都能自己做，不再需要人去照顾她们。谢谢您！”我短信回复：“知道孩子们好多了，我和你一样高兴，有事随时找我。”

看到这组短信，我不禁回想起爷爷领着两个孙女来人民医院找我看病的情景。19岁的李生姐妹同坐在我对面，双眉紧锁，叙述她们肺动脉高压的漫长求医经历。爷爷坐在我身后的诊查床上，一言不发。

我猜测，他是在看我如何回答两孙女的困惑。

两姐妹一五一十地跟我讲她们所做的那些有创、无创的检查，并说她们现在不仅二楼都上不去，甚至走十多步就气短。住院期间，她们从医生不经意的话语中听到的信息是，肺动脉高压为不治之症，即使有了一些新药，但价格太贵，患者吃不起。而且，对于治疗回家后能不能上学，能不能运动，医生并没有解释。

从北京回去后，小妹妹情绪很低落，不敢去上学了，也不敢运动。她们的爷爷也感到无助，又不甘心，于是下决心再次上北京，特地挂了我的号。我仔细查看了两姐妹的病史和诊治经过，疾病诊断明确，诊疗过程也规范。评估结果表明，患者的心肺功能并不太差，而且住院用药后，心肺功能是明显改善的，但患者出院后的运动能力反而显著下降。我给两姐妹看病，主要的不同点是“双心”服务：就是实事求是地说

明病情，并告知她们可以在医生指导下遵循运动处方进行适当的运动，能逐渐康复，并恢复上学，生活也能自理。由于患者家在四川，在北京做系统康复很困难，我们根据心肺运动试验结果为患者量身定制了家庭康复方案。3个月，得到的反馈是：病情改善出乎两姐妹及其家人的意料。而这结果，对于我和我的康复团队而言，其实是预料之中的。

之前两姐妹历经12年的治疗却疗效不佳，反映的是单纯的生物医学模式的局限与困局。殊不知，我们医生面对的是生病的人，而不是坏了的机器，我们不能只用生物技术做检查和治疗，不能只重视药片、支架和手术刀，还要关心患者的痛苦，重视心理疏导，懂得时时去关爱患者，尽量多给受疾病折磨的患者一些阳光和正能量，医生的“话疗”是患者生活质量提高的动力和源泉。

作者：胡大一  
来源：“文化与健康”公众号



你是这样的“男丁格尔”③

“男”有地位，哪里站位最合适呢？武汉普仁医院护士合影。拍摄者：徐大勇  
来源：“医影汇”公众号

## 做个好医生

北京和睦家医院的董事长李碧菁是个犹太人，她曾告诉我之所以犹太人聪明、成功者不少，其实是因为他们有神圣观念。犹太人认为他们是上帝的子民，所以他们比其他人更努力、更勤奋，也就更易成功。而医生也应该有神圣观念才能成为一个有医术的好医生。

而谈到医德，我不想讲让大家如何去学雷锋，学白求恩，我只需要给老专家和当老师的医生们讲：你们一定要想到自己老了会落到什么样的医生手里。

你先做好医生，你的学生才能是好医生，等你老的时候，这个老医生就会照顾你，你现在不好好做医生，等你老了你的学生就会按你的方法“收拾”你。我们不能让学生学雷锋而自己在学和神。

做个好医生，是为孩子做个好人。很多事情，中国人只有为了孩子才会做，才会改变。我经常讲戒烟的问题，如果我们学老外，在烟盒上印上骷髅和黑肺，但很多人根本不会戒烟。我们什么情况下才会戒烟？只要在香烟包装上

写下“抽烟会让你的孙子变为畸形”，我想他一定戒烟。

人这一辈子干嘛来了？如果沙漠里有一摊水，就一定要有草，有草就有牛羊，有牛羊就有人。草的价值就是让牛羊活得好，牛羊的价值就是让人活得好，人的价值就是让其他生物活得好，这个社会有了你多一份美好，千万不要让这个社会因为有了你而多了一份痛苦。

作者：袁钟  
来源：《做与文化相适应的医生》

**编前语：**《最好的告别》是一本关于衰老与死亡的书，它告诉你当你面对与世界告别时必须知道的常识。

该书作者阿图·葛文德是白宫最年轻的健康政策顾问，是影响奥巴马医改政策的关键人物，受到金融大鳄查理·芒格大奖褒奖的医学工作者。

该书选择了常人往往不愿面对的话题——衰老与死亡，梳理了美国社会养老的方方面面和发展历程，以及医学界对末期病人的不当处置。“我们一直在为‘生’做准备，却没有准备好‘死’。”本报从本期起将节选该书部分章节，相信会给老龄化日益加剧的中国社会以启迪。



## 活到100岁的代价

在我的早年生活中，从来没有目睹过严重疾病或者老年生活的种种难处。我的双亲都是医生，身体健康、强壮。他们从印度移民到美国，住在俄亥俄州的雅典（一个面积不大的大学城），在那里养育了我和妹妹。我的祖父母还在印度，并不与我们在一起生活。因此，老年生活的境遇完全不在我的感知范围以内。

在大学期间，我开始和凯瑟琳约会，她成了我的女友。1985年的圣诞节，我受邀去她家玩。她家住在弗吉尼亚州的亚历山大市。我认识了她的祖母爱丽丝·霍布森。老太太当时77岁。印象中，她热情、思想独立，从不刻意掩饰她的年龄。她一头自然的白发，梳向头的一侧。她的手上缀满了老年斑，皮肤皱皱巴巴的。她穿着简约但熨烫得整整齐齐的衬衫和裙子，嘴唇上抹了一点点口红，鞋跟远远超过了旁人想象的高度。

我后来和凯瑟琳结婚了。我了解到，凯瑟琳的祖父里奇在一次去西雅图出差的途中，突发心脏病。他原本有心绞痛的病史，胸痛偶尔发作时，他会服用硝酸甘油片应急，但这一次没有奏效——1965年的时候，医生们没多少绝招对付心脏病。在爱丽丝赶到医院之前里奇就死了，只有60岁。当时爱丽丝56岁。

我认识爱丽丝的时候，她已经一个人在格林城堡街的那所房子里生活了20年。我的岳父母吉姆和娜恩就住在附近，但是，爱丽丝完全独立生活。她自己修剪草坪，还会修理水管。她和她的朋友波莉一起上健身房。她喜欢缝纫和针织，为每位家人缝衣服、织围巾，还制作红红绿绿的圣诞袜子，袜筒上绣着有纽扣鼻子的圣诞老人和家人们各自的名字。她组织了一群人，认购了肯尼迪表演艺术中心全年度表演的票。她的座驾是体积庞大的雪佛兰羚羊。为便于查看仪表盘，她在座椅上放了一块垫子。她做些跑腿打杂的事，探望家人，开车接送朋友，给那些比她病痛更多的人送饭。

随着时光流逝，我不免会猜想，这样的生活她还能维持多久。她身材娇小，身高一米五几。虽然每次有人提起身高的问题，她都会发怒，但是，她一年比一年矮，体力也一年不如一年。我同她的孙女结婚的时候，爱丽丝喜笑颜开，把我拉到身边，告诉我婚礼让她多快乐，可惜严重的关节炎害得她不能与我共舞。但她仍然住在家里，独自打理生活。

当我父亲见到她，了解到她一个人生活的境况时，吃惊不小。父亲是泌尿外科医生，见过很多老年病人，发现他们大多独自生活，为此，他总是感到不安。老人随着身体功能的逐渐退化，许多基本生活需求都需要旁人的帮助，这一天总会到来，他为此深感担忧。1976年的7月4日，是美国建国200周年的纪念日，这一天，在几百个欢呼雀跃的人的注视下，我父亲宣誓成为美国公民。但是，有一个美国人的习俗他没有接纳，那就是对待老人和病弱者的方式——让他们独自生活，或者把他们丢给一系列无名的设备，让他们在生命的最后日子同几乎只知道他们名字的医生、护士一起度过。这是同他的祖国印度最不相同的一点。