

“医学是人学，医道重温度”

读韩启德《医学的温度》有感

在图书阅览室的书架上，“医学的温度”几个字引起了我的注意，往下看，原来是著名的病理生理学家，中国科学院院士韩启德教授的著作。

医学还有温度？什么是医学的温度？带着这两个疑问，我取下书翻阅。在自序中，韩教授谈到自己从小得病受到的关怀，到自己成为医生关怀病人；从临床看病到医学科学研究，再到担任领导体察民情；从医学的发展过程到对医学的展望；这些医学行为都付诸人的真实情感，每个过程都体现着医学的温度。最后一句话：“医学是人学，医道重温度。”总结出“医”的真谛。

这本书有意思，我便借回家细读。

书的第一章“医学是什么”，篇幅最大，是这本书的精华，根据韩启德教授2017年在北京大学人文科学研究院的演讲进行的整理。韩教授在书中深度诠释了医学的概念，讲述了医学的发展与展望，以及医学的科学性、人文性和社会性三个属性。医生是一个高尚的职业，医生具有美德。医学是人类情感和人性的表达，它的目的在于维系人类自身的价值，保护自身的生产能力。

韩教授通过中西对照讲解医学发展。中西基本同时产生了医学，但西方在基督教统治的1000多年时间里，人们大多相信通过宗教信仰和仪式来解决病痛，西方的传统医学在这段时期发生了停滞。而中国的传统医学是在儒释道文化的基础上的持续传承、发展和创新。在2003年的“非典”、2019年开始流行的“新冠”等，中医药同样取得了良好的疗效。儒家重视礼乐制度和人本思想，以“人”为核心的人格修养，对中医伦理学和优秀医德的形成产生了重要影响。

随着人类文明的高速发展，人们生活条件不断改善，总体上改善了人



作者：病理生理学家、中国科学院院士

韩启德

推荐指数：*****

关键词：医学人文 人文关怀 叙事医学

推荐人：本报读者、高级工程师 王海军

类的健康，延长了寿命。与此同时，也带来了包括慢性病在内的一系列健康问题。在“对控制疾病危险因素的考量”一文中，韩教授指出，控制慢性病危险因素时，应首选安全、低成本的有效干预方式方法。例如，在控制心脑血管疾病的危险因素中，应首先强调建立健康的生活方式，包括低盐低脂饮食、戒烟、多运动、减少精神压力等，然后才考虑给予药物治疗。

现在有的医生看病头都不抬，问病人一句哪里不舒服，就开出一大堆化验单、检查单，让查完再来看，完全忽略病人的心理感受。韩教授在“始于医者仁心的叙事医学”一文中提到，中医在传统上就是叙事的，中医采用医患一对一的诊疗方式，讲究医生的说话艺术，善于取得病人信任。中医特别重视心理因素，善于因势利导，取得疗效。这是中医医学的温度。

很多疾病是由心理因素造成的，如癌症等功能性疾病，完全归因于心理因素。另据统计，50%的癌症病人有抑郁性心理障碍。韩教授也举例说，他几位亲戚、朋友，婚后多年没有孩子，非常着急。但经北医三院乔杰院士检查后没发现有什么不正常，并进行了安慰，结果不久都怀孕生了孩子。韩教授以前在农

村基层当医生时条件很差，但效果不错，这与他对病人的安慰有很大的关系。由此，韩教授得出，病人最需要的永远是关爱和照顾。他在“我们中国医生”一文中写到，医者，必须拒绝冷漠。实际上患者是渴望从医生那里得到精神上的慰藉的，他们渴望听到医生耐心地解释病情，他们在意医生的一个动作、一句话、一个触摸、一句提醒。如果医生轻慢了这些看似“随意”的东西，无形中对患者将造成巨大的伤害。医生的这种“随意”也是医学的温度。

韩教授在“感悟死亡”一文中写道，人体是一个复杂的系统，生命是各部件动态平衡的过程。平衡是相对的，失衡是绝对的，医学不可能消灭疾病，它能做的只是帮助建立新的平衡，避免过度的损害，减轻病人的痛苦，所以医学是有限度的。韩教授在“对现代医学的几点反思”一文中写道，疾病、衰老和死亡仍是人类自然的“健康”组成部分，我们应该树立豁达的生死观。韩教授认为，对生命到底是怎么回事了解得比较深入、对生死想得比较开的人，也就是有更多人文情怀的人，对现代医学不至于产生不符合实际的过高要求，也因而会活得潇洒一点。

治愈疾病 首先要懂得给予信任

和身边的医生同事闲暇时聊天，说起比较害怕和比较喜欢的情况，基本都有共识。

比较害怕的情况，就是患者或者家属，轻者一把鼻涕一把泪告诉你，他们是从很远的地方来的，特别困难，家里人都指着把病人救好，要不然一家人都没法活了；重者甚至下跪不肯起来，除非你答应给他治好。生命不可承受之重，谁都害怕。

比较喜欢的情况，就是患者或者家属，自己都不把病当回事，和没事人一样，轻描淡写。这和爱心、善良无关。恻隐之心，人皆有之。但害怕惹上麻烦，也是人之常情。谁不是有家有口的呢？

疾病和困难一样，当事人的态度，很大程度上影响着帮助者的态度。对医生来说，需要考虑各种可能的后果，疾病并不是“可以被商量的对象”，如同特鲁多医生所说，“有时是治愈，常常是帮助，总是去安慰。”

医生不能只想着让疾病到病除，也要考虑到疾病不能被有效控制，甚至恶化后患者的反应。如果患者和家属从一开始就表现出对治疗结果的强烈预期，期望能够彻底治好，那么医生就得面临这种预期落空之后的强烈反差——失望，甚至是报复。

就算医生被胁迫答应下来处理这个难题，在医治过程中，强大的心理压力也可能会导致过程失误，影响医生对手术或用药的正常判断。

例如，因为不敢肯定结果百分之百会更好，医生也许宁可只开更便宜的药，或者做小手术，让患者少花钱，这样医生需要背负的道德罪名会少一些。

如果患者或家属表现出来的是很放松的状态，会给医生一种感觉：“他自己都不当回事，我怕什么？”“有可能出现不好的结果，既然患者和家属都没有反应过激，那我也没必要神经过敏，过分紧张，放手干吧。”

在三甲医院，尤其如此。因为疑难重症主要就是在三甲医院治疗，而这类疾病谁都没有太大把握，成败关键常常就在于能否鼓起医生的勇气。

走出医院，我们在工作和生活中，会遇到一些讨厌的麻烦事，需要求助他人的时候，何尝不是类似的情况。如果过于紧张和焦虑，是有可能吓退那些本来可以为我们提供帮助的人的。

作者：陶勇 来源：《自造》



病房里有个好孙女

我所在的科室是医院的神经内科老年病科，作为一名护士，看到护理同行与老年患者相处的点滴，让我不仅深受启发和感动，更懂得了护理工作那份独特的人生意义。

“金金，我的孙女，在忙什么呢……”听声音就知道，63床的陈奶奶又在找谭金芝老师了。

陈奶奶因脑梗死后遗症入住科室，她除了一些老年基础疾病外，还患有重度的焦虑、抑郁和失眠症。记得陈奶奶刚来我们科室时，总是唉声叹气、郁郁寡欢、彻夜难眠，总说要走了还给我们添麻烦。

为了解决问题，谭金芝耐心仔细倾听了奶奶的“不适”，并告诉奶奶，有什么事随时找她，

她叫金金。奶奶听到后，眼睛里面有光了。

谭金芝了解到，奶奶有一个特别喜欢的孙女也叫晶晶，因为工作在外地，没有很多时间来看她，但奶奶总会念叨她的孙女。于是金芝告诉奶奶：“我就像您的孙女一样，有任何事您都可以找我。”

为了让奶奶减轻焦虑和抑郁，金芝与管床医生沟通，利用中医知识和护理技术为奶奶解决困扰，给奶奶进行经络推刮、头部按摩、耳尖放血、刮痧，中午陪同奶奶去花园里晒太阳。

为了让陈奶奶有一个好的睡眠，金芝守着奶奶，给她一点点调整失眠治疗仪的能量，并耐心讲解失眠穴位贴敷的作用和使用方法；

为保证疗效，她还每天为陈奶奶进行头部按摩。每天上班第一件事情就是到床旁询问奶奶的感受和前一天的睡眠情况，并给予奶奶爱的拥抱。看着陈奶奶慢慢从一晚只能睡一两个小时，到现在睡五六个小时，精神劲头明显好多了，脸上还总挂着笑容，金芝也感到由衷的高兴。

金芝和奶奶经常聊天，那时候奶奶总是笑得很温柔：“你呀，真是和我家那个乖孙一模一样，精怪得很！”

在日复一日的陪伴下，在一个个午后的阳光里，在微风吹散的声声笑语里，微风终于也推开了陈奶奶尘封的心窗。后来奶奶逢人就会夸，说病房有一个她的好孙女。

长沙市中医医院

芙蓉院区神经内科老年病科 刘虹邑