

医者·感悟

中医治疗核心在于“心”

▲ 北京中医药大学 王文远



扫一扫
关联阅读全文

近期，中医题材影视剧《后浪》引发了公众对于中医的关注，但也有不少观众对剧中的中医疗法产生质疑。那么，身处这个自然科学占统治地位的时代，该如何认识传统中医呢？

清除“雾霾心理”

中医治疗的核心在于给患者带来重生的希望和康复的光明，为患者的生理修复创造条件。中医是一门科学，定位脑科学，她是集哲学、养生学、心理学等为一体的自然医学。人是有思想的高级动物，内心的七情六欲导致心理波动，从而导致了我们的原始脑生理的不正常，因此，人们才会生病。中医治的是人，西医治的是病。中医通过治人调心从根本上清除患者的雾霾心理，清除不良信息在遗传基因片段上的储存，既治身体也治心理。

在我 50 多年的从医经历中，被西医判为“绝症”的患者通过中医实现“奇迹”的不在少数。中医帮助患者顺利摆脱疾病，最根本核心就是在于“心”，中医讲的“心”就是现代医学所谓的大脑，就是我们的思维和对生命、社会、大自然的认知。作为中医的职责就是扶正固本，激发患者求生欲，重新焕发对抗疾病的基因程序，当其有



了向上而生的想法后再积极配合治疗，才能更快更好地恢复健康。

“治疗的核心在你，不在我”

多年前，我接诊过一名 30 岁的西藏公安特警，由于特殊的地理环境和高强度的工作压力，导致他因多发性肌炎，神经系统功能失调而瘫痪。三年来辗转多家医院，效果均不佳。患者内心变得沮丧，家属着急不已，多次与医生交流后，得到结果均是：“西医治疗目前没有更好的方式，不行你去试试中医，说不定有不一样的效果。”就这样，患者父亲辗转找到我：“王

教授，您看看我的孩子还有救吗？”

第一次见到患者时，他整个人非常消瘦，屁股和肩关节凹陷，肌肉萎缩，生活不能自理。通过查体和患者及其父亲的交流，我深思熟虑后回道“只能试试平衡针灸干预，时间为三个月。”这句话一出，父亲激动地流下眼泪说道：“终于有救了，儿，爸会想办法让你站起来的。”就这样，患者转到了我们医院进行治疗。

“治疗的核心在你，不在我，只要你有强大的意念想要活下去，我们就能让你重新站起来。”我通过针刺患者外周神经靶点，在生物电激发下，促进大脑应激性升级，针刺后患者感到头脑清醒，眼睛也感到明亮，全身有了轻松的感觉。在医生和家人的鼓励下，这名患者病情逐渐好转，体重增加了 18 斤，三个月后顺利站了起来，扔掉了轮椅。回到西藏公安边防第一线。在后来与其父亲的电话询问中获悉，孩子已经完全恢复健康，至今身体无异常。

中医博大精深，但中医的发展必须要创新，要与现代科学相结合，形成现代中医，才能更好地为人民服务。

（融媒体记者胡海燕根据王文远教授口述整理）

医者·故事

医生的朋友

▲ 重庆市 陶诗秀

最近，一个即将退休的医生朋友感叹地对我说：“当了几十年的医生，在即将退休的时候才惊讶地发现，我身边除了医生竟然没有其他朋友！而我除了医学之外，仿佛对很多东西都是一窍不通！”

朋友这番感言不禁也让我反省自己的行医生涯。无可否认，繁忙的工作占据了我大多数的时间。剩余的时间我要分配给家人及一点自己的兴趣爱好，能留给朋友的时间就所剩无几了。

当医生时，我觉得自己每天都在与时间赛跑。每次有朋友要聚餐，我都很难抽空出席，经常要等到假日方能安排出时间。但即使是假日，遇到紧急救治也要半途赶回医院，很扫大家的兴致，所以我总是推搪，尽量不参加，久而久之朋友就渐渐远离了。这就是当医生的一个遗憾吧！友谊是医生在繁忙行医生涯中最容易被丢掉的东西。

一个医学网站在《医生：友谊的欢乐与挑战》报告中调查了约 1600 多名医生。

这项研究目的是了解医生如何在平衡工作和家庭需求的同时建立和保持友谊。调查报告显示虽然大约一半的医生至少有 11 个朋友，但近四分之三的人表示他们发现保持友谊是件难事，缺乏时间是最大的障碍。除了工作之外，绝大多数的医生将家庭视为他们时间分配的第一优先级。“家庭胜过友谊”是大多数医生的看法。许多受访的医生也感到，在工作与家庭生活之余，几乎没有与朋友保持联系所需的体力和情感能量，他们需要时间休息。

友谊是需要时间与精力去经营的，而这两样东西都是医生在忙碌的行医生涯中最容易失去的。

除了工作的满足感及家庭的温暖，医生其实也需要友谊的滋润，所以，如果你有一个医生朋友，不妨给他们一点点的体谅。在他们忙碌的时候传给他们一个鼓励的短讯，在他们空档的时段一起喝喝茶、谈谈心。一个医生能有如此的朋友也就夫复何求了吧！



来源//千库网

医学·诗歌

“我得去医院了”

▲ 江西省儿童医院 魏美娟

“我得去医院了。”
父母做好了饭菜，
把窝在心里的爱，
想含蓄向你表达；

“我得去医院了。”
爱人等你谈心，
把藏在心里的思念，
想慢慢向你倾诉；

“我得去医院了。”
孩子拿好了玩具，
把刚学会的游戏，
想开心和你分享；

“我得去医院了。”
朋友难得相聚言欢，
把往昔如数忆起，
想和你侃侃而谈；

我到了医院，我要忙了。
24 小时待命，
用行动践行医者初心。

是的，你要忙了。
大家知道你忙，理解你忙，
坚实的后盾，让你义无反顾。



凡人微光 照亮安宁之路

▲ 北京协和安宁志愿团队 许哲 李全玉 傅南飞

闫静大夫与安宁缓和医疗的第一次接触是在 2021 年南宁市老年医学会年会上。当时，武汉首家安宁疗护中心负责人纪光伟老师的分享让她对安宁缓和医疗的温暖和力量大为震撼，也促使她在 2021 年 9 月走进北京协和医院老年医学科进行系统的进修和学习。

门诊、病房，在跟随宁晓红主任进行了大量实践工作后，闫静越来越深刻地体会到了安宁缓和医疗的重要意义和推广的必要性。她在想，如何把所学和感悟带回自己工作的南宁市第一人民医院，让南宁的患者也获得安宁缓和医疗的服务？

5 个月后，在闫静的积极推动之下，南宁市第一人民医院于 2022 年 8 月开设了安宁缓和医疗门诊，成为广西壮族自治区第一家开设安宁缓和医疗门诊的医院。

在快速推进论坛、课程，落实培训内容之余，知性而温暖的闫静也在照护患者的过程中，潜移默化地影响和改变着同事们对“孝”的看法，加深安宁缓和医疗的认识。

“孝”未必是倾尽全力让父母活着，“孝”更应该是尊重父母的意愿。无论这个意愿是“我要回家”“我不想这么疼”，还是“我要开开心心体体面面地离开人世”……

80 多岁的住院患者杨奶奶，三个多月时间内瘦了许多、感觉乏力、整体状态非常不好。一次夜班时，奶奶急切地来到办公室想看一下自己的检查结果。查阅完检查结果，闫静看到老奶奶的状态，就和她聊起了天。

原来，奶奶的老伴三个月前刚刚去世。老奶奶夫妻二人一辈子特别努力，在 80 岁的时候还买了新房，计划今年装修好搬进去住。没想到，新房还没装修好，老伴就先走了，一天都没去住过。虽然儿女们都很孝顺，却也无法弥补这个遗憾。而且，在老伴人生的最后阶段，一直在重症监护室，自从老伴进了医院，夫妻二人就再也没有见过面……一番敞开心扉的对话，奶奶的情绪得以宣泄。

基于在安宁缓和医疗学到的支持和实践经验，闫静一直握着奶奶的手安静地倾听，最后建议奶奶在思念爷爷的时候，就拿着爷爷的照片，把所有的遗憾统统说出来……

奶奶听了以后一边点头一边哭，最后拉着闫静的手说，“我今天跟你把这些话说出来，我觉得我今天晚上睡觉也会好一点。”

后来，奶奶的状态越来越好。出院后，她还经常会来门诊找闫静。在闫静的鼓励下，这位奶奶上了老年大学、社交逐渐广泛，消瘦、乏力的症状都消失了。

有一次，奶奶穿着漂亮时尚的长裙，戴着搭配好的帽子来见闫静。奶奶由衷地说：“闫医生你知道吗？我的病，就是那天你跟我唠嗑让我好起来的。”

通过安宁缓和医疗，帮助患者和家人找到生命的意义。闫静虽然只是一位平凡的全科医学主治医师，但她却不断执着奋进，凝聚同行。以凡人微光，照亮更多患者及家属人生最后的一段旅程。