

在病房 满满的感动

▲ 北京大学人民医院肾内科 赵新菊

医学是神秘的殿堂，小时候，每当我看到身着白衣步履匆匆的人们，我都会是满脸的羡慕。长大后，我坚定地报考了医学类院校。从接触临床伊始，反复被教导“患者是最好的老师”，“前人所有的积累都是从患者学习来的”。

因此，尽管各种任务都非常繁重，但我的工作重心一直放在临床中。在病房，就多到患者床边，观察患者病情，体恤患者的心情，与此同时，也收获一份份细小的感动。

四双绣花拖鞋

5年前，我是病房主治医师，收治了一位老太太，65岁，起病已经7年了。初始怀疑自身免疫病，但她既往病史有脾大、淋巴结肿大、糖尿病、甲状腺功能减退症，同时伴有乏力、体重下降、下肢麻木等症状，查体可见皮肤色素沉着，我怀疑患者可能是POEMS综合征。

为了明确病因，我冥思苦想，进行了多种尝试，做了一系列相关检查，最终证实了POEMS综合征的判断。至此，困扰了患者多年的疾病终于得到确诊，并得到了针对性治疗。

对于我们为了弄清病因所做的各种努力，患者及家属非常感激。老人利用住院闲暇时间，手工缝制了四双红色喜庆的绣花拖鞋送给我，这对我来说是弥足珍贵的礼物，我珍藏至今。

两块烤红薯

血液透析是我的主攻方向，透析室中的工作需要非常个性化，患者表现出同样的高血压、高磷血症、高钾血症等症状，但背后原因却各不相同。

有一位透析的高血压患者非常棘手，她有残肾功能，每次透析到3h时，收缩压便升到180 mmHg以上。我们想了各种办法，经过几个月摸索，终于为患者制定了一套治疗计划，患者血压大部分时间比较稳定，患者也将我们的努力记在心里。

有一次周二下午我出门诊，她透析结束走到医院门口，看到烤红薯想着我可能饿了，便买了两块烤红薯专门送到门

诊五层的诊室。看着热气腾腾的烤红薯，我真的非常感动。

名副其实的医院

出门诊每天需要接诊大量患者，在高强度工作中，如何不漏掉需要进一步诊治的患者，需要扎实的基本功和敏锐的判断能力。

1年多前，一位老爷子来到门诊，既往有肾结石，此次发现少量血尿、蛋白尿，这样的患者在门诊非常常见，很多时候看起来用肾结石也能解释。

但我认为，他不同于寻常的肾结石患者，是变形红细胞尿，血肌酐刚刚超过正常高限，但患者并没有其他主观不适。经过排查，发现患者ANCA-MPO高滴度阳性，经过住院肾活检提示是血管炎肾损害，刚刚出现少量新月体。

ANCA相关血管炎是非常凶险的疾病，一旦活动起来患者可能出现新月体肾炎甚至肾出血。所以早期识别出这种疾病给予正规治疗就可以避免患者后续发生危险情况。

目前随访一年余，患者肾功能稳定在100~120 $\mu\text{mol/L}$ ，血管炎无明显活动。老爷子给医院院长办公室写了一封感谢信，“我和赵大夫非亲非故，但赵大夫急患者所急，不是亲人胜似亲人……人民医院是名副其实的人民医院”。

这么多年的工作，我不仅收获了宝贵的医学知识和经验，更收获了满满的感动。我热爱医生这个职业，将继续与患者并肩作战，一起成长！



赵新菊医生（前排左二）与同事迎新年

老太太送我的绣花拖鞋

责任



我与患者共成长



运动会上郭晓蕙教授（左一）与患者在一起

来自患者的小窍门

▲ 北京大学第一医院内分泌科 郭晓蕙

糖尿病是与生活方式息息相关的疾病，坚持合理的饮食和运动有益于血糖的控制。在临床中，患者时常会有一些小窍门、小方法，能够给我启发，也为其他患者提供借鉴和参考。

多年临床中，给我深刻体会的是，医生要有责任感，重视与患者的沟通，重视患者的反馈。看门诊时，仔细地询问病史，与患者有好的交流，认真写病历，不随便给患者换药，患者自然会对医生产生信任。其实，在认真写病历的过程，也是建立临床思维的过程。

一位吃完饭就拖地的患者

在糖尿病治疗中，血糖管理非常重要，很多患者常常不重视血糖的记录，记录本乱七八糟，医生很难根据这些记录找到想要的信息。

在我的患者中，有一位是老工程师，他的血糖记录本就与众不同。在他的记录本上打满小格，详细地记录着自测的血糖值，一目了然。这位老患者每月回诊一次，每次来时，都会带着写满记录的几页纸。我把小本展示给其他患者，对他们也很有启发。

运动是控制血糖的重要方式，但坚持下来并不容易。有一位患者和我分享了一个好方法。

有段时间，这位患者的老伴出现骨折，他便没有办法出门运动。有一次来看门诊，他对我说：“大夫，我都瘦了。”我问他怎么瘦的，他说每天晚上吃完饭后擦地，把地擦得特别干净。其实，运动的方式有多种，不局限于户外的运动。打扫卫生也是很大的运动量，也是一种运动方式。坚持下来，血糖也能得到很好的控制。

一位用药后手脚发麻的患者

二甲双胍是2型糖尿病的一线用药，几乎所有2型糖尿病患者都会使用。我的一位患者用了后说手脚麻木，停用后便不麻了，再用上又会发麻。这便证实患者手脚麻木与药物相关。

后来，就有文献报道，二甲双胍长期使用非常安全，但是对B族维生素的吸收有一定

影响，对患者手脚发麻给予了解释。有些患者饮食里可能缺乏B族维生素，对二甲双胍的反应便突出了。

患者对治疗的反馈，对某种药物的反应，能丰富我们的临床知识，改进医疗。比如，药物说明书可能提到多种不良反应，医生可能只对常见的不良反应有所了解，而容易忽略少见的不良反应。

当患者向医生反应不良反应时，一定不能轻易地回绝：

“我们从来没见过这样的并发症。”要用心去思考，去观察。这种不良反应可能几千例中才有1例。但1例1例地累积起来，就能说明药物的使用可能存在一些问题。

其实，再好的药物也会有不良反应。因此，医生要重视患者的主诉，重视患者对治疗效果、用药的反馈。

用责任心使患者放心

临床中，药物使用不当、生活方式不规律、紧张焦虑的情绪、注射方式不当等都会影响患者的血糖，都需要医生的管理。因此，医生要有责任感，多与患者接触，细心观察，长期随访。如果仅看一次门诊就放患者走，医生本身的经验也很难积累。

在我的患者中，很多是跟随我5年以上的。看完一次门诊后，我会把他们下次的门诊预约好，控制得好的间隔时间长一些，控制不好的间隔时间短一些，患者对我非常信心，自身血糖也得到很好的管理。

（整理 董杰）