

● 名医·养生

“九零后”张金哲院士：

不工作 长寿也没有意义

▲ 医师报记者 宗俊琳

我有一个美国朋友 Swinsen（音译：斯文森），是著名的小儿外科大夫，如今已 103 岁。在他 100 岁的庆祝会上，他任教的大学邀请他介绍长寿的秘诀。他说：“劳动可以创造长寿，不劳动长寿也没有意义。”那年过年，他给我寄来贺年卡，并写信告诉我在庆祝会上提及的这句话——labor makes long-life, without labor long-life means nothing. 我很赞成。

Swinsen 擅长木工活儿，曾在英国皇家学会展览还获过相关奖项，所以他用

“labor”一词。我将“labor”改成了“working”——working makes long-life, without working long-life means nothing. 工作就能长寿，不工作，长寿也没有意义。

有人曾问我，每天都做一样的医生工作，您不觉得烦吗？其实，我是一个兴趣广泛的人，喜欢尝试各种各样的新鲜事物，不仅仅是医学。我喜欢看京剧，从北大医院到北京儿童医院期间，曾做过 10 年京剧团团长，带领京剧团参加各类演出等活动。京剧团里缺什么角色，我就演什么角色。

另外，大伙儿都要努力唱好自己的角色，整台戏才能唱得好！这对于外科医生的团队工作来说，还能培养大家的团结协作精神。我一直坚持发展诸如此类的业余活动，体育比赛、文艺比赛……我们代表儿童医院外科拿到了名誉，精神面貌也不一样了。

此外，书法、绘画……我都非常感兴趣。作为儿科医生，我们需要接触各种各样的人，孩子的家长来自各行各业，我们就得和各行各业的人交流沟通。如果兴趣广泛，交流起来就不会有为难

之情。业余爱好是我生活的调剂元素，否则总是看病问诊、总是忧心于治疗效果，或是被愁眉苦脸的病患影响自己的情绪，都不利于自己的寿命。

如今，我年岁大了，眼睛花了，小字体的书法练不了了，尤其是毛笔，耳朵聋了，胡琴拉不了了，歌也唱不了了。但我每天坚持来医院工作半天，周一、四上午看门诊，周二、周三、周五查房。除此之外，我就在家蹬自行车，每次 20 分钟计数 5 公里，还设置成“自带一个人的重量”，继续锻炼身体！

● 医学·历史

Epley 医生：
发明耳石症“手法复位”的曲折之路

▲ 陈勇

“手法复位”简单得令人震惊！“我对浪费我的宝贵时间来听这个狗屁理论感到愤怒！”1980 年 10 月，Epley 医生正在美国加利福尼亚州介绍治疗耳石症的新方法——“手法复位”，一位医生走到 Epley 面前，拿出一张评论卡片，潦草地写下了上面那句话。

耳石症又称为良性阵发性位置性眩晕，是指头部迅速运动至某一特定头位时出现的短暂阵发性发作的眩晕和眼震。1921 年，一位维也纳的内科医生首先描述了这类疾病，此后几十年，没人知道它的病因，更没有令人满意的治疗。

Epley 是一位医生，更是位革新者，直到他发明了“手法复位”，越来越多的患者得到了缓解。然而，当年的同行们难以相信一个曾要开颅手术治疗的疾病，被左右搬几下脑袋就能治好，不用手术、不用药物、不用设备，如此的简单令人震惊！

受尽侮辱和嘲笑 成果初步被认可 1965 年，Epley 离开了大学，但他发明的手术方式、手术设备经常发表在杂志上。他常常会因为脑子里突然冒出

的科研想法而忘掉候诊室的患者。听力专家休斯和 Epely 一样，对眩晕的研究痴迷。他们决定一起向这个医学难题发起挑战。

平常，他们每周利用两到三次的午餐机会讨论最新的研究进展，直到发现了眩晕患者内耳的半规管里白色颗粒，他们模拟松散粒子的运动，摸索出一套动作，尝试缓解患者的眩晕，终于他们治愈了一位严重眩晕、呕吐、平躺了 3 个多月的空军飞行员，乃至越来越多的患者，令 Epley 意识到一个伟大的发现诞生了，他为疾病取了个名字——良性阵发性位置性眩晕（简称 BPPV，俗称耳石症）。

没有杂志社接受他们的论文，没有同行鼎力支持，Epley 只能不断地在各种会议上推广他的治疗。他受尽了侮辱和嘲笑，但他没有退缩，设计出一种更便于复位治疗的电动转椅。10 年后，1992 年，Epley 的论文终于被美国科学院耳鼻喉学会发表，但这种认可仍然不能改变偏见和阻挠。

如今“Epley 手法”惠及世界 1996 年，很多医生对 Epley 的敌意演变成

一场危机。俄勒冈州医师协会通知 Epley，将对他涉嫌使用未经批准的医疗技术展开调查，直接威胁了 Epley 的医师执照和生计。与此同时，两位波特兰的内科医生指控 Epley 使用未经批准的药物。直到 2001 年夏天，来自哈佛医学院的专家利增伯格成功驳回了所有指控。

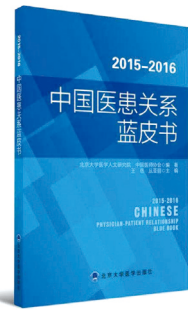
也就在同时，著名的“新英格兰医学杂志”对 Epley 发表了一篇综述，最终认可了 Epley 是位置性眩晕治疗方法的发明者，在临床试验中，90% 的患者因此方法得到了治愈。如今，全世界的医生都在使用这种方法来治疗耳石症，为了表示对 Epley 的敬意，这种方法被称为“Epley 手法”。

他说，“回头看医学院课本里的知识，很多都是错误的。医生应该按常规、按原则做事，但真的不能故步自封，否则会与真理擦肩而过！”



扫一扫，关联阅读全文

● 2017·我与好书有个约会



《2015—2016 中国医患关系蓝皮书》

编著：北京大学医学人文研究院

中国医师协会

主编：王岳 丛亚丽

出版社：北京大学医学出版社

推荐理由：当健康成为人们所关心的民生大事时，自然地，医患关系也是社会关注的重要议题。要想对医患关系有更透彻的理解，采取多学科视角是必不可少的。《2015—2016 中国医患关系蓝皮书》主要侧重于从法律的角度对医患关系进行研究。其中，既有国内外不同国家的医患关系发展历史，也有某个法律制度出台的背景分析。另外，也有学者从人类学的视角解读医患关系，也有学者从医院文化建设的角度探索医患关系建设。同时，本书也提供了对医患关系大事记的历史梳理。

主办：医师报

协办：中国医学人文杂志、健康报社、中国医学论坛报、腾讯健康、新浪健康、中国医院院长杂志、中国社区医师杂志、卓信视媒

“2017 我与好书有个约会·医界好书”活动已启动，《医师报》将联手合作媒体继续为大家推荐医界好书，欢迎参与、荐书。由此延伸出的“医界好书读书会”活动每月举行，关注医师报微信公众平台（DAYI2006），及时了解读书会活动最新动态！Email: ysbzongjunlin@163.com

● 逝者

陶其敏：我国第一支乙肝疫苗在自己身上试验

▲ 北京大学医学部 汪铁铮 潘效本



中国病毒性肝炎防治事业的先驱，中国病毒性肝炎免疫学检验的奠基人，北京大学肝病研究所（原北京医学院肝病研究所）的创始人，中国第一支血源性乙肝疫苗的研制者，北京大学肝病研究所首任所长、名誉所长陶其敏教授于 2017 年 11 月 15 日 15 点 27 分因病在北京逝世，享年 86 岁。

她是打响中国乙肝阻击战的第一人，她在自己身上试验了中国第一支乙肝疫苗，她为中国检验医学事业、特别是肝病的实验诊断作了突出的贡献。

1931 年 10 月，陶其敏出生于江南名城苏州市。1951 年，20 岁的陶其敏考取了山东医学院，其前身是新四军创建的白求恩医学院。在这里，陶其敏立志献身医学，研究肝病，一做就是一辈子。

早在 70 年代，陶其敏开启了我我国预防乙肝的先河。1975 年 7 月 1 日，我国第一代血源性“乙肝疫苗”研制成功。但当时的中国不具备疫苗敏感性和安全性试验的条件。为了“疫苗”早日应用于人体，陶其敏毅然伸出手臂，接种了第一支乙肝疫苗进行试验。

随后，她带领团队书写了多项中国肝病研究的第一，在病毒性肝炎研究领域作出了卓越的贡献——明确首例中国乙型肝炎病毒携带者、自行研制出中国第一套乙肝检测试剂盒、研制出中国第一支血源性乙肝疫苗、研制出第一套丙型肝炎检测试剂盒、率先建立达到国际先进水平的丙肝病毒基因检测方法……

一系列成绩没有让陶其敏停滞不前，她创建和发展了北京大学肝病研究所、临床药理基地，并将肝病的攻坚战从防御转向治疗，先后获得国家级科技进步一等奖，国家级、省部级科技成果奖 31 项，全国劳动模范和女医师杰出贡献奖等多项荣誉。乙肝疫苗的研制项目入选《健康首都辉煌 60 年 100 件大事》，同时与载人航天和杂交水稻一同被评为改革开放 30 年中国科技十大进步。

