

复旦大学附属中山医院呼吸与危重症医学科 宋元林
做一个走心的医生

宋元林 教授

宋元林说，做个好医生是一定要走心的。一个肯定的眼神、一个阳光笑脸，慢慢地说，认真地听，温暖的目光，拍拍肩，握握手，举手投足，实在是太小的事情，而这些细微到不能细微的地方，你都想不到，怎么就成了驱散患者内心寒冬的一杯热茶、一缕阳光。



李玲与故事一中的老人交流

郑州市第九人民医院安宁疗护中心 李玲
安宁疗护 与患者同心

2018年，距离李玲从美国学习归来，创建河南省首家姑息（缓和）治疗暨安宁疗护医学中心，已过去了整整7年。从刚开始的艰难创业，到2018年全年为来自中国各省份超过1000余名各种严重疾病终末期患者和衰老导致的终末期患者提供了以“改善临床症状、给予人文关怀，提高生活质量”为临床目标的安宁疗护专业服务。有两个患者故事在她心中留下了很深的印记，让她内心充满了自豪与欣慰之情。

安宁疗护的姑息医疗 “戎马一生 活力重现”

一位参加过解放战争和抗美援朝战争的老军人被诊断出罹患了胃癌并多发转移。儿女经过商讨后决定，不再给高龄体弱的父亲进行抗肿瘤治疗，迫切想找到一家能够解决父亲疼痛、腹胀、呕吐等症状的医院或专科。机缘巧合来到安宁疗护中心，癌痛已经折磨的他很久没有睡好了，经过治疗，住院的第一个夜晚，他破天荒的没有被疼痛惊醒，享受到了发病半年来第一个香甜而完整的睡眠。

严重困扰老人的第二

个问题是“饥饿”。他生前最大的梦想是完成个人回忆录，但是按照他自己的叙述“饿的连笔都拿不动了”。按照安宁疗护专业中症状控制的治疗原则，有效改善了患者恶心、呕吐、腹胀等不适症状，同时给与肠内营养支持并佐以体能恢复的游戏和运动干预。老人的体能得到了较好的恢复并如愿以偿的完成了回忆录《岁月的痕迹》。

他和子女在送给我李玲的回忆录扉页上写了这么一句话：安宁疗护——与患者同心，与社会同频，与文明同步。

安宁疗护的临终关怀 “以无痛告别 以尊严谢幕”

一个16岁的花季女孩，从一家医院的ICU转入安宁疗护中心。女孩被抬上救护车时双手被约束带绑在担架两侧，不停地哭泣、尖叫和呼痛。她的父母亲情绪也已经接近崩溃的边缘。在中心，李玲团队先为她进行了镇痛和镇静处理，女孩安静的睡着了。与其父母和共同制定诊疗决策。鉴于孩子的病情已经进入了临终关怀阶段，接下来的临床目标是确保患者的舒适和尊严。女孩在中心度过了她人生的最后2周，改善了之前的疼痛和恐惧，在家人的陪伴下平静安详的辞世。孩子的父母事后专门快递给中心的鲜花卡片上写道：天堂无痛，感谢有你。

安宁疗护，温暖无限。安宁疗护，在中国大陆尚属一个崭新的临床学科。在老龄化社会浪潮悄然而至的时候，在医学技术越来越发达的今天，包括恶性肿瘤患者在内的，现代医学无法治愈的各种严重疾病终末期患者和老年“一体共病”患者的数量越来越多，安宁疗护专业正是为这些患者提供规范诊疗、护理和人文关怀服务的最好选择。这是一个我们每个人终将离开的世界，但是很多人还没有学会如何好好的道别。当现代医学无法治愈的疾病和衰老来临的时候，安宁疗护让每个人生命的最后一程都能够无痛苦、有尊严。

万米高空 虚惊一场

2018年，宋元林出差比往年多了很多，经常在路上碰到一些意外的情况。在一次国内飞行中，邻座一位乘客，闻到花生味道后很快出现喉咙发紧，呼吸困难……

宋元林判定是典型的速发型过敏反应，而且患者既往也对花生过敏。查看航班上的急救箱，没有肾上腺素、没有糖皮质激素、没有短效支气管舒张剂，只有晕海宁片。当时正在万米高空，也没有办法降落。只能先给患者吃了一片，然后拍拍她的肩膀告诉她不要紧张。后来直到降落前，也没有明显的缺氧症状，算是虚惊一场。

倾听患者的真实需求

2018年对于宋元林来说，有成就，也有无奈：有位患者从外地来就诊，轻微的支气管扩张症，因有较大的心理负担，诉说永久性扩张不能痊愈。经过解释后终于放下思想负担，并愉快地接受一般性的治疗和随访；也有次去外地会诊，一家人的希望寄托在能否顺利拔管撤机并顺利康复，经过仔细排查后发现气囊漏气，纠正后二氧化碳分压很快下降，过了3天就拔管并康复至今；也碰到过疑难危重患者，想尽各种方法，不能明确肺损伤病因及纠正严重的低氧血症，再行ECMO治疗，患者最后也没有挽救回来……

没有两例患者是一模一样的

医生的个人经验获取可从多中心观察、病例总结、参加疑难疾病讨论，参加各种会议等各种渠道吸收疾病诊治的经验和新知识，新技术，并整合到自己的临床思维中。没有两例患者是完全一模一样的，对待每位患者都需要分析其疾病，掌握其心理，考虑其治疗的能力和顾虑等。希望每个患者诊治后不仅解决了现在的问题，还能掌握未来预防的一些基本方法。

“每天看到不同的患者总有一些新的东西值得我们去总结和思考，是我们成就了我们，我们定当去‘反哺’，一切从患者的利益出发。”

中国医学科学院肿瘤医院结直肠科 刘正
世界这么大 我想去看看

回眸2018，很多的瞬间和感动值得回眸。2018年，刘正有幸近距离感受不同民族的文化以及外科领域的学术差异，在学术领域收获颇丰，他说，只有不断地思考和反思不足，才能有机会做到求同存异、融合互补。



刘正（左一）在俄罗斯学习

俄罗斯 尊医是传统

莫斯科国立谢切诺夫第一医科大学在欧洲享有盛誉，其附属医院是俄罗斯及东欧最好的医院之一。俄罗斯经济虽然一直遇到寒流但近年增速趋势良好。国内具有良好的医疗体制和强大的医学科研机构，俄罗斯结直肠年会期间中国医学科学院肿瘤医院王锡山主任曾受邀进行手术演示。抵达后，发现该院结直肠外科具有单独的3个手术间，虽然俄美关系并不“融洽”，但手术室大多是美式装备，甚至还配备达芬奇机器人，在耗材的使用上，并没有美国医院那样“奢侈”。

在手术操作技巧方面，

Tsarkov教授与西方教授有着明显的区别，手法细腻精准，他说这与他早年在亚洲访问学习的经历有关。

在观摩期间，正好是有位医生的生日，我们也受邀参加了他们在科室举办的迷你生日聚会，所有的医生、护士和学生围坐在一起享用点心和蛋糕，每个人都起身献给他送上生日祝福，也让人感受到俄罗斯民族尊医重教的文化传统。

美国 治疗“不计成本”

霍普金斯医院是美国乃至全世界最知名的医学中心之一，由于医疗和保险体系的差别，在治疗患者的过程中，几乎是“不计成本”地应用各类最新的设备和药物。但更值得我们学习和借鉴

的是全方位的人文关怀和规范的培训体系，比如在手术患者的家属在大楼最宽敞舒适的休息区等待手术患者，信息显示屏幕提供患者手术进展情况，用十多种颜色标注了手术进程等，不断更新手术进程，使患者家属了解手术情况，缓解等待的压力。

回眸这些学习经历，最需要我们思考的还是国外一百多年来建立的医疗人才培养体系，在培训结束后，能够成为一名真正合格的医师。而我国住院医师具有独立工作和思考的能力？只有源源不断地输出大量合格的同质化医生，才能从根本上助力医改和健康中国战略。

生命里的某些时刻当时充满怨怼的曲折，在后来好像都成了一种能量和养分，若非这些曲折，好像就不会遇见在人生的岔路上遇见别人可能求之亦不得见的人与事；而这些人、那些事在经过时间的筛选过滤之后，都只剩下笑与泪与感动和温暖，曾经的怨与恨与屈辱与不满仿佛都已烟消云散。——吴念真