

河北医科大学第四医院疼痛康复科主任兼宁养院主任 张静

一名“好医生”的成长记

好医生的三次“拷问”

一问：祛除病痛是好医生？

性格恬静温和的张静从小的志向就是当一名“好医生”。在那时，单纯善良的她所理解的“好医生”就是可以为患者祛除疾病，解除痛苦的人。所以高考时，她没有给自己留任何“退路”，将所有填报的志愿清一色是医学院校。功夫不负有心人，她如愿考上了河北医科大学，顺利成为了一名医学生。

二问：过硬技能是好医生？

毕业后成为河北医科大学第四医院（河北省肿瘤医院）的一名内科医生。工作之后，张静觉得一名“好医生”必须要具备过硬的专业知识和临床技术，因此，她脚踏实地刻苦钻研业务，努力提升自己临床技能和丰富自己的知识储备。在工作中她收获了很多患者和家属的好评，她也获得了满满的

成就感，张静认为自己的选择和努力的方向是正确的，换来了患者人人口中称赞的“好医生”，这给了她很大的鼓舞和欣慰。

三问：究竟何为好医生？

可是事情并不是她想象中的简单，随着从事临床工作的时间越长和接触的各个阶段的患者越多，张静不得不承认，肿瘤患者不同于其他疾病，它常常在患者接受治疗后病情稳定一段时间后，也许是短短几个月或长则几年会出现疾病进展，导致病情加重，逐渐发展至晚期，面对这种情况让人束手无策，每每面对这样的晚期患者，张静常常恨自己无能为力，因为无论她怎样努力，无论使用多么先进的治疗方法，也不能阻止肿瘤的进展，眼看着一个个鲜活的生命逝去，让张静倍感无助。

“每当此时，我感觉很沮丧，找不到作为医生的成就感，甚至问自己还是不是一名‘好医生’？我常常扪心自问，当医疗手段局限于此时，作为一名医生，我还能为患者做些什么？我该如何帮助他们？”

姑息医学发展正当时

癌症姑息治疗事业，在我国起始于20世纪80年代初，在孙燕院士、李同度教授、刘淑俊教授、于世英教授、王杰军教授、秦叔逵教授等几代人的带领下，癌症姑息治疗经历了几十年的发展，取得了巨大的进步。1990年，WHO癌症三阶梯止痛治疗推向了全国。1994年8月，中国抗癌协会癌症康复与姑息治疗专业委员会正式成立。WHO癌症三阶梯止痛在我国已经推行整整30年过去了，如今，姑息医学发展正当时。

不能一味追求治愈

张静认为，想要真正

帮助癌症患者，首先要明白医疗手段是有限的，作为医生不能一味的追求“治愈”，而忽视了肿瘤患者的生命质量。帮助患者减轻癌症所致的疼痛、疲乏、营养不良等方面的困境，是未来的姑息医学医师所担负的首要责任。

吗啡仍是金标准用药

张静告诉记者，抗击肿瘤不仅包含抗肿瘤治疗和晚期患者的临终关怀，还应该包括早期肿瘤相关症状的控制、肿瘤合并症的处理、整体治疗结束后的康复治疗等。

身为疼痛康复科主任，张静告诉记者：“吗啡作

为国际公认的癌痛治疗金标准药物，是癌痛治疗经典和首选药物。随着中国癌痛与姑息治疗水平不断发展，药物应用与研究的不断进步，吗啡口服溶液

等新剂型研发成功和广泛应用，象征着中国癌痛治疗的未来发展将更加趋于个体化和规范化。”



张静教授为患者查体



张静教授去家中看望晚期居家患者

寻找答案

1998年，汕头大学医学院附属第一医院在李嘉诚基金会的捐助下建立了全国首家宁养院，从而开始了国内宁养服务的推动工作。2011年，张静成为河北医科大学第四医院宁养院的负责人，并由此结下了她与“安宁疗护”的不解之缘。医学中“安宁疗护”的内涵十分丰富，主要宗旨是提高患者和家属的生命质量，以期患者能够安宁、平静、无痛苦、有尊严地走完人生的最后阶段。可见这是一份离死亡如此之近的职业。

初遇安宁疗护

张静告诉《医师报》记者，宁养院的主要工作说起来很简单但做起来却很难，工作职责主要是为家庭贫困的晚期癌症患者提供医疗救助。我们要前往肿瘤患者家中提供安宁缓和医疗服务。初次接触这份工作，张静也曾有过动摇和迷茫。

因为面对这样一个特殊的群体，面对这些在痛苦中绝望和无助的眼神，张静深深的感受

到这些患者需要的不仅仅是减轻躯体的病痛，更需要专业的医学人文的关怀。身为内科医生，并没有系统性接受缓和医疗和安宁疗护的培训，于是，张静用现有的专业知识为患者缓解痛苦的同时，业余时间系统性的学习了《姑息医学》（缓和医学）《心理学》《生死学》等相关知识，完善自己知识结构，去真正理解安宁缓和医疗的内涵。

找到真正意义

在学习过程中，张静博览群书，无意间被某本书中的一句话击中“天为生命定寿元，人为生命赋意义”，这句话引发了她长久而深刻的思考。对于这些晚期的、目前尚无法治愈的患者，如何为他们“缓解痛苦，提高生命质量”具有非常现实的意义。当陪伴这些患者少痛苦、有尊严地走完人生最后一段路，看到他们安详离世的时候，我也重新找到了自己所从事专业的价值和意义。

这件事情也让张静再次陷入思考：“什么样的医生才能成为是一名‘好医生’？”行医多年后，张静终于找到了这个答案，仅仅有精湛的医术是远远不够的，还应该是具有人文情怀。做一名有温度的医生不是单纯的技术精湛，还有对患者时刻保有人文的情怀。所幸，张静体悟到了其中的一点真谛。从医24年来，在为患者解除痛苦的同时，自己也得到了成长，不仅是丰富了专业知识，更是收获了对生命的尊重、敬畏和感悟。