



“有没有想过，假如当初没有选择现在的工作，如今你会在哪里，会做什么？如果儿时的梦想实现了，那个职业会比现在做得更好吗？我不知道这些问题的答案，但我知道到达理想彼岸的人一定都是耐得住寂寞、坚韧不拔、不论做什么都要做到最好的人。中国科学院院士、南方医院肾内科主任侯凡凡就是这样的人。近日，《医师报》记者有幸在第四个中国医师节前夕采访到这位初中毕业当兵、40岁读博士、45岁留学哈佛、59岁当院士、71岁还坚持临床和科研的肾内科“传奇”院士，聆听她的故事。

从养猪女兵变身院士 从来没有开挂的人生

“在青少年的时候有过很多梦想，我想成为科学家，也曾经想过成为新闻记者，甚至想成为文艺导演，还想过会成为一位受人尊敬的医生。”爱好写诗的侯凡凡年轻时有很多梦想，做感染科医生的母亲却不希望她再当医生，吃她自己吃过的苦，但若干年后，侯凡凡恰恰成了像母亲一样的医生。她把自己的一切给了患者，做到了肾内科20年无投诉，却唯独没有时间留给亲人，母亲理解地说：“她已经是国家的人了。”

“成为医生不是我自己的选择，但是不断努力学习，成为为国家做出更多贡献的人才，这是我要选择的人生道路。”说起侯凡凡的经历，有一段不能抹掉，就是那段在部队养猪的经历。没有这段经历就没有后面的考取大学、就读哈佛大学医学院。而“成为对国家有用的人”是激励着她在那段时间不断努力、不肯懈怠的最大理由。

侯凡凡初中毕业后就开始了十年的文化大革命，大学停止招生，让整整一代人失去了选择职业的机会。侯凡凡由此开始了当兵的生涯，在部队里遇到了人生的第一职业——养猪场的饲养员。照料这些围着她团团转的猪是特别辛苦和忙碌的一件事，从来没有干过这些的侯凡凡每天打猪草、清猪圈，甚至帮猪做节育手术。

每天重复的劳动让侯凡凡觉得

所有的梦想似乎都定格在小小的猪圈里面。但是，她心里梦想的种子没有破灭，她一直都相信：无法选择职业的年代，不代表无法选择人生。她始终相信社会的发展，绝不会不需要文化和科学。所以，在养猪间隙学习，她把在学校里没有学完的高中所有课程都在小小的养猪场补完了。

带着养猪场磨炼的精神财富和打下的坚实的知识基础，侯凡凡开启了“学霸逆袭之路”。恢复高考之后她考取大学、40岁攻读博士学位。她用学位论文实验结果平息了国际上的一项学术争论，证实间质性肾炎是一类由单核、巨噬细胞介导的免疫性炎症反应，并于1995年获得国家教委科技进步一等奖；45岁去美国哈佛大学医学院深造，3年半的研究，她对慢性肾脏病致残性骨关节并发症——透析相关性淀粉样病变的发病机制提出了新观点，揭示了淀粉样蛋白质在关节部位选择性沉积的机制，她提出的“β2微球蛋白原位修饰”学说被载入了国外教科书。



扫一扫
关联阅读全文

侯凡凡

胸怀报国之心

常存济世之心

本期嘉宾：中国科学院院士 南方医院肾内科主任 侯凡凡
《医师报》融媒体记者 王丽娜

国外提出的治疗方法不一定适合中国 要拿出自己的方案

“尽管肾脏病防治领域有一些共识，但中国现在还是没有发布全面系统的肾脏病防治指南。这是因为中国人自己的临床研究的数量还不是很多。”侯凡凡进一步解释，因为中国人的遗传背景和疾病发展规律和西方人不大一样，不能照搬国外指南。

西方国家由于实行在面粉中添加叶酸的强制补充措施，所以，他们的研究显示，补充叶酸不能延缓慢性肾脏病进展。而侯凡凡通过流行病学研究发现，我国人群叶酸缺乏比较常见，而叶酸缺乏是导致肾功能减退的危险因素。这就提出了一个问题：补充叶酸能否降低中国高血压患者慢性肾损伤进展的风险？

临床中提出的问题需要通过科学研究回答。

侯凡凡领导了这次全国范围的随机对照临床研究这项研究纳入1万余患者，随机分成两组：一组只服用降压药，另一组服用同样的降压药，同时补充小剂量叶酸。结果发现，在降压治疗的同时补充小剂量叶酸，能使高血压人群慢性肾损伤进展的风险降低56%。这个研究成果已经在全国推广，为防治我国患者高血压靶器官损伤提供了科学证据。

“所以，建立指南不能全盘照搬国外，要拿出针对中国人群的临床研究证据，才能制定适合国人的指南。”

广州的蝴蝶煽动翅膀 带来河北的一场风暴

2014年左右，侯凡凡注意到广州膜性肾病就诊患者越来越多，于是一个疑问在她脑子里形成，这种疾病是否有地区差异？通过查询以国家临床医学研究中心为依托建立的全国肾脏病大数据系统，发现这种疾病在中国各个地区都有所增加，但在河北地区膜性肾病发病率增高最为明显。国际上，印度的此类疾病发病率也在增加，欧美、日本等地发病率却不高，这是什么原因？

分析来分析去，想到了是环境的问题。随着我国工业化进程发展、经济的发展，环境污染水平也在增加。于是侯凡凡查询了2004-2014年间全国各地的PM2.5水平，发现在PM2.5平均水平高于70μg/m³的地区，PM2.5每增加10μg，膜性肾病的发病风险就增加14%。

从2015年开始，由于我国对PM2.5的排放进行了控制，2018年在做第二次研究时发现，

全国PM2.5水平，特别是河北地区已经开始下降，降幅达30%左右，此时，膜性肾病的发病率也不再上涨。这项研究首次提示，膜性肾病的发病风险增加与空气污染有关。论文在线发表4个小时后，全球媒体都对此进行了报道。

“临床研究不只是为了发表文章，而要解决临床实际问题，这是我们进行临床研究的初衷。也是我们中心10年来坚持临床研究的原始动力。”在侯凡凡看来，为患者提供最优质的医疗服务是医生的基本职责，但新的药物、新的治疗方法从实验室走向临床都需要通过临床研究。

进行临床研究也是医生的基本职责之一。如果一个医生能通过精湛的医术为患者服务，同时又能通过研究来促进临床实践的不断改进，这种医生就是临床医学科学家。有更多这样的人，会为临床医学发展做出更多贡献。

慢性肾脏病防治步入快车道

中国肾脏病学是一个年轻的学科，从1977年10月，北戴河肾炎座谈会，中国的肾脏病学者第一次通过学术会议的方式来讨论领域内重要问题，到1980年老一辈肾脏病学专家在第一届内科学术年会上成立中华肾脏病学会。经过了学科紧跟国际步伐的初成长期，近10年我国肾脏病防治事业的飞速发展，离不开我国老一辈肾脏病诊治事业的奠基者，更离不开追赶并走在国际前沿像侯凡凡一样的铺路人。

未来，侯凡凡的目标已经不仅仅着眼于某一临床问题，而是在为我国的肾脏疾病问题寻求更根本的解决之道。她为了

揭示我国肾脏病疾病负担及其流行规律进行了流行病学研究；为了解疾病发病机制进而探索临床防治路径进行了基础研究；为了覆盖中国14亿人口的慢性肾脏病防治，而着手建立了慢性肾脏病的综合防治体系。还有为了这些目标实现得更顺畅，利用前沿技术建立的大数据平台。

侯凡凡说：“今年国家已经把慢性肾脏病的防治纳入了十四五的重点研发计划，这表明国家对慢性肾脏病防治的高度重视，也为我国肾脏病事业的快速发展，创造了有利的条件。相信慢性肾脏病防治将从此步入快车道。”