

医师报

2022年8月4日

责任编辑：冯倩倩
美编：蔡云龙
电话：010-58302828-6847
E-mail:ysbfengqianqian@163.com

HUMANITY

人文

A7

● 住培故事

跟师的“标配”

▲ 河南省卫生健康委 徐宏伟

住院医师规范化培训（以下简称住培）有多种形式，但最直观最核心的就是门诊跟诊，这是在“战争中学习战争”，是基本接近实际操作的演习，也是学习老师经验、感悟老师思想精华最重要的、最直接的学习机会。多年前，我曾经在北京协和医院“卧底”做住培，并写过一系列一线观察的心得，其中一篇就是《住院医师的小本子》。现如今翻阅部分内容，仍然感触颇多。

住培医师的小本子记录什么？

在北京协和医院短暂的进修期间，有机会零距离感受国内一流医院的临床、教育、科研等日常工作氛围。发现每每被科室组织集中讨论病例或跟师查房时，不少住院医师经常会从白大褂衣兜里掏出一个小本子来，随时记录些什么。后来我跟一位住院医师交流，问他记录的是什麼内容，他说主要记录老师带教过程中提醒的重点问题，自己没有弄明白且需要过后查资料的问题，以及临床中自己从来没有遇见过的新问题，还有自己随时产生的灵感和领悟。



住培医师在门诊跟师学习

“如果不及时记录，临床工作学习那么忙，这些问题80%以上都会很快地被忘掉，俗话说‘好记性不如烂笔头’，小本子也有大帮助！”记录可以有效地提高学习效果！这是我随后在协和医院进修中摸索了很长一段时间，才总结出来的经验。其实，不仅仅是住院医师，北京协和医院里很多有名的专家教授也都是随身装着一个小小本子。

他有56个小本子

细读过张之南先生著的《治学与从业——一名协和老医生的体会》，其中一篇《如何从日常临床工作中提高——谈资料的积累和整理》的文章谈及临床资料的积累方法，开篇就介绍：“每

个人都有自己的方法，我总是习惯带上一个小本，随时收集和记录有用的临床资料与问题，诸如门诊或查房时看到的特殊病例，包括成功的病例和诊治失败的病例，疑惑时，写下病历号 and 极简的要点和问题，以便提醒自己在闲暇时详细地写出来。手术后发现原先判断有误，可以借本子上的记录分析当初为何错误、有何教训。另外，记录的内容也可以是自己的经验，也可以是听到的病例，特别是出院病例讨论或死亡病例讨论中所涉的病例……新治疗、新药物、剂量也应该记下来，以后如果遇到类似的患者和病情，可以参考。”

张之南先生还特别提到，记小本子的方法不是他发明的，而是他的老师张孝骞教授流传下来的，张孝骞教授一生共记录了56个小本子！因此，在门诊跟师教学中，学员人手一本一记是“标配”。同时，建议手机静音或放一边，把时间和注意力100%用到跟师学习中。

张之南先生还特别提到，记小本子的方法不是他发明的，而是他的老师张孝骞教授流传下来的，张孝骞教授一生共记录了56个小本子！因此，在门诊跟师教学中，学员人手一本一记是“标配”。同时，建议手机静音或放一边，把时间和注意力100%用到跟师学习中。

● “袁”何如此 ⑥⑥

如何使人变好？

▲ 中国协和医科大学出版社社长兼总编辑 袁钟

要使人变好，必须依赖和尊重理想的魅力、爱 and 明智的选择；要使行动高效并且有把握，爱是唯一可以依赖的动机。理想已经在每一个人格中发挥了作用。采取任何别的方法，都会抑制人的自然的、自发的成长，因而都是对人格的不尊重，而人格是唯一具有永恒而持久价值的事物。

——《杜威：宗教信仰与民主人本主义》

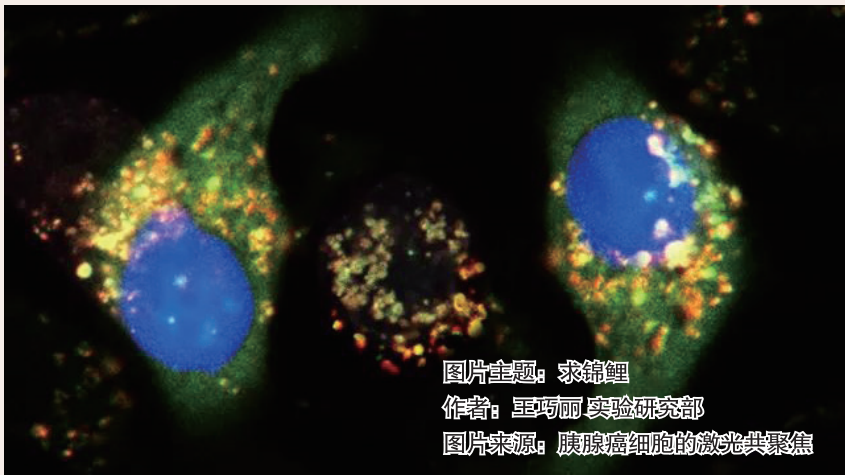
爱是我们天性遵从的法则，爱也是培养品格的工具。这种柔性品格培养策略的核心理念是，我们不可能每次都成功地抵制住欲望，但是我们可以关注更高层次的爱，从而改变我们的欲望，并对欲望进行重新排序。关注对孩子、对祖国、对贫困者、对家乡或母校的爱。为这样的爱而做出某些牺牲，是非常美好的行为。为你所爱的人做出贡献，会让你心情舒畅。由于你迫切希望看到你所爱的事物蓬勃发展，因此即使为之付出很多，你也会很高兴。

——《品格之路》



● 医·术 · 艺·术

翩若惊鸿“最美科研图片”

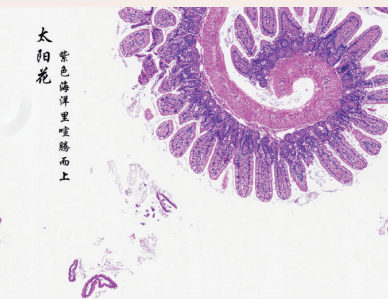


图片主题：求锦鲤
作者：豆巧丽 实验研究部
图片来源：胰腺癌细胞的激光共聚焦

医师报讯（融媒体记者 管颜青）

近日，由华南肿瘤学国家重点实验室公共服务平台青年文明号联合实验研究部师生党支部共同举办的第五届“最美科研图片”活动落下帷幕，最终评选出21份获奖作品。

“最美科研图片”活动旨在鼓励师生们在实验中捕捉精彩的瞬间，分享学术与艺术兼备的科研作品，从而提高科研兴趣及创作精神。聚焦实验台，惊鸿一瞥间。一幅幅精彩绝伦的作品背后是科研工作者日复一日、年复一年的艰苦探索，科研的道路艰辛但又充满惊喜，让我们带上发现美的眼睛，一同捕捉科研道路上独有的风景。



图片主题：太阳花
作者：林进飞 内科
图片来源：小鼠肠上皮组织的HE染色



扫一扫
关联阅读全文

北大医学

在西藏“大考”

▲ 北京大学医学部 武慧媛

“我是重症医学科的医生，每天都在经历抢救，也曾经无数次设想过，如果路遇需要急救的患者，我该如何去做。抢救生命，已成为融入血液的本能反应，驻守在雪域高原，就要守护好健康西藏的生命防线。”北大人民医院重症医学科赵慧颖如是说，她是北大医学第七批组团式援藏队员。

6月9日中午，藏族姑娘拉姆在拉萨市的街道眩晕倒地，四肢不停地抽搐，分泌物不停地从紧闭的牙关中涌出……路上的行人顿时慌乱起来，将拉姆团团围住却又不知所措。恰在此时，赵慧颖和同事一道外出办事，看到簇拥的人群，听到“倒下”“抢救”的字眼，医生的职业敏感性促使她们向人群方向跑去。

“我们是医生，让我们看看！”发现拉姆抽搐逐渐减弱，面部青紫，被大声呼叫却没有回应，随后赵慧颖立刻查看呼吸、触摸颈动脉，发现拉姆的胸廓起伏停止，大动脉搏动消失……“糟糕，一定是分泌物导致气道堵塞出现了窒息！心跳、呼吸骤停！”赵慧颖与同事分析后，立刻跪地为拉姆进行心肺复苏，同时让周围群众拨打急救电话。

随着心脏的每次按压，都承载着大家对生命的希望。经过不间断的心肺复苏，拉姆的面色、心跳和呼吸逐渐恢复了，她从死亡边缘被拉了回来。

“快送到急诊！”赵慧颖与同事来不及松口气，就一路护送拉姆到西藏自治区人民医院急诊。发生心脏骤停后的4~6分钟是进行救治的“黄金时间”，正是医生争分夺秒与死神赛跑，用爱心接力，才挽救了这名藏族姑娘的生命！

危急关头，时间就是生命，抢救过程不仅彰显了医者仁心，更体现了医疗队员精诚团结、勇于担当的精神面貌，每一次抢救都是对医疗队员勇气、信心和技术水平的大考。

7月12日，北京大学医学部第八批“组团式”援藏医疗队员欢送会举行，北京大学第一医院、人民医院、第三医院、口腔医院派出19名医疗队员奔赴西藏。2015-2021年，北京大学医学部先后选派七批共145人次支持西藏自治区人民医院，包括22个临床学科、1个医技科室、5个管理部门。

从首都北京到世界屋脊雪域高原，可敬可爱的北大医学人用救死扶伤传递着大爱无疆的医者情怀。



扫一扫
关联阅读全文



专栏编委会

指导：詹启敏 刘玉村
主编：焦岩
执行主编：武慧媛
编委：张静 邵晓凤 仰东萍 王冕
管九辛 何小璐 耿璐 黎润红
徐璐 韩娜

听医生说话 为医生说话
说医生的话 做医生的贴心人

医师自己的报纸！