

名医面对面

“做一件事，就要坚持到底”

口述/刘力生 整理/高翠峰 沈青苗 本报记者 陈晶

我出生于1928年，童年时跟随父母在各地奔波。我的父亲是老协和人。记忆中的父亲常常半夜出诊，只要患者需要，他都去。后来父亲开了一家诊所，患者没钱可以免费看病。父亲的言传身教影响了我的一生。

百姓的认可是对我工作最大的鞭策

我的少年时期是在隆隆的轰炸声和啪啪的子弹声中度过的。那时，我们一家辗转苏北、九江、汉口、重庆，还曾躲在竹林里躲避日本人的扫射。

1949年，我考入北京协和医学院，在邓家栋、张孝骞、朱贵卿、张謇等数位名医指导下，经历了严格的医学及科研训练。比如，张謇老师不会放过任何一点失误，如果失误了，就会非常严厉地批评我们；许英魁老师要求我们写报告病历时必须准确严谨无误，不能出现“可能是”“也许”这些模棱两可的表述。记得有一次，我在妇产科实习，因为患者由住院医生负责，等到晚上我就休息去了。夜里，产妇生产了。第二天叶惠芳大夫得知我当时没在，对我说，“我要是你我就在这儿，否则你就看不到生产的过程”。在协和医生眼里，挨批评才有利于进步。

1957年，我被分配到解放军胸科医院，在朱贵卿及黄宛的鼓励指导下，一边做临床工作，一边开展临床研究。

1966年，我作为小队长，参加了大别山医疗队，和协和妇产科、眼科、耳鼻喉科等大夫一起来到湖北麻城。当地村民因为长期艰辛劳动，肠穿孔、胃穿孔、男性患疝气、女性患子宫脱垂很常见。医疗队一到当地就开始了紧张工作，搭建了临时简易的外科手术棚作为手术室。由于条件受限，那时不能完全通过西药治疗，我们就利用中西医结合，用中医针灸等方式解决了不少问题，收获了很多老百姓的认可和喜欢，常让我觉得很幸福。

“首钢模式”得到国际认可

1958年，我被调入阜外医院，这是我与高血压乃至心血管领域结缘的重要转折。当时，各地都在进行高血压普查工作，但没有统一的高血压诊断标准。

1969年，我开始真正在社区



开展高血压防治工作，带领12位同志到首钢工厂基层蹲点，和工人同吃同住同劳动。出于职业敏感性，我们决定调查一下首钢工人高血压高发的原因。

我们跑遍各个厂，经多方了解，发现工人们出汗多，平时很爱喝盐水；他们从事重体力劳动，一些人拿到补贴就喝酒，生活方式不健康；还有人存在认识误区，觉得吃降压药有副作用。因为高血压，有一车间主任三十几岁就得了脑出血，还有工人四十多岁就去世了。一位姓张的劳动模范，低血压达到了140mmHg，却因为看病缺勤会被扣工分不去医院。

为了方便工人们就诊，我们把门诊搬到了焦化厂。药物研究所的雷海鹏教授发现，这里很多工人普遍有脖子发硬的症状，常常歪着脖子，很长时间抬不起来。《伤寒论》中提到的太阳病，症状就是脖子发硬、背发直。由此，雷海鹏教授想到可以尝试用中药葛根对症治疗。他当时常骑车从首钢出发，到药研所拿到葛根，再骑回在北京师范大学的家，把葛根洗干净煮成汤送回首钢。后来，我们又把葛根切成三钱一包，给患者带回家熬着喝。经过尝试，这一方法确实疗效很好，大家对此交口称赞。在首钢期间，我们逐渐把工人脑卒中的死亡率控制下来，这一经验后来在冶金系统推广，比如鞍山钢铁公司。

1982年，我在世界卫生组织“轻型高血压会议”上报告了首钢高血压管理5年和10年随访结果，获得了国际认可。

高血压防治任重道远

我国的高血压防治工作并不是由我起步，但是在过去的几十年里我一直觉得任重道远。

1948年，国际上才出现了真正的高血压，当时阜外医院的吴英恺院长带领团队用交感神经切除的方法，治疗了一些恶性高血压。那时降压药物的副作用比较大，比如可能阻断交感神经、副交感神经，必然引发肠梗阻、体位性低血压等。后来，降压药逐渐优化发展，出现了如节后交感神经抑制剂以及受体阻滞剂等。

20世纪五六十年代，国内各地提出“让高血压低头、肿瘤让路”的口号，全国组织高血压协作组，包括研究理论的中国医学科学院基础医学研究所、研究药物的中国医学科学院药物研究所，我当时所在的中国医学科学院阜外医院也是成员之一。协作组在全国开展血压抽样调查工作，彼时我国高血压患病率超5%。

让基层医生能够直接使用，最终的目的是让更多的患者受益，这是我一直倡导并践行的，这也是高血压联盟“转化医学的使者”的使命。20世纪70年代末，欧洲组织了欧洲高血压联盟。1984年，世界卫生组织成立

了世界高血压联盟。1989年，中国高血压联盟正式加入世界高血压联盟组织。同年，世界卫生组织高血压指南制定时，为了我国能够在指南上“说话”，我带领联盟参加了此项工作。2005年，在中国几代高血压研究者的努力下，我国自己的高血压指南得以陆续出台。

高血压患病率高并非中国的特色，对于高血压防治，关键在于提高知晓率、治疗率及控制率。那时，很多国家控制率大多在30%，但我国的控制率还不到20%。高血压是“无声的杀手”，必须以预防为主。近几十年来，我们就高血压防治制定了许多指南，但是指南能否落地、走好“最后一公里”还有很多问题需要我们去关注。

如今，我已96岁了，我仍乐此不疲地奔波于高血压防控的第一线。以“脑卒中后患者最佳血压控制方案的随机临床试验研究”为例，2013年，由意大利专家Zanchetti教授与我共同商定，由欧洲高血压协会与中国高血压联盟合作，研究解决脑卒中以后血压及血脂控制在什么水平最合适等关键问题。2018年3月，Zanchetti教授去世，但研究一直在继续。

几十年的高血压临床研究经历，我能体会其中的艰难，但是，“诚信”不可或缺，做一件事，就要坚持到底。

（刘力生：中国医学科学院学部委员，北京协和医学院一级教授；曾任世界卫生组织心血管病专家委员会成员、世界高血压联盟主席。）

快讯 KUAIXUN

“健康快车”即将再次发车

本报讯(记者 齐波)近日,中华健康快车基金会联合中国铁路北京局北京车辆段举办公益开放日活动,邀请广大市民登上“健康快车”,沉浸式参观“火车医院”,观看白内障相关科普视频和“健康快车光明之旅”图片展,并免费接受眼科专家的检查服务。

据了解,今年将有两列健康列车于5月初先后始发,分别到新疆和东北共计6个站点,届时将为6千余名白内障患者带来“光明”。

国铁北京局北京车辆段业务指导王楠称,“健康快车”一出发,少则三四个月长则半年多,必须保证列车良好运转。列车从4月8日入段整备以来,工作人员已经重点对列

车走行部、发电车机组、空调机组和车上设施设备进行了精细检修。同时,为了给随行医生和广大患者提供良好工作和治疗环境,该段还将派出2名车辆乘务员全程跟车服务。

据中华健康快车基金会秘书长郭伟介绍,“健康快车”起源于香港回归,从1997年开行至今27年来,累计行程遍布全国28个省市自治区,停靠210个站点,救治白内障患者23万余人。如今在欠发达的地区,白内障诊治的需求依然很大。“健康快车”不仅为当地需要帮扶的群众治疗白内障,还会培养当地眼科医生,建立眼科中心并捐赠一批医疗器械,留下一列属于当地的“健康快车”。

医学新知 YIXUEXINZHI

精准杀灭肿瘤再添新“利器”

肿瘤患者躺上治疗床,加速器根据实时的核磁共振图像,精准区分患者肿瘤组织和周围器官,通过高精度放射线照射肿瘤组织,医生全程“透视”并追踪肿瘤形态变化,实时调整治疗策略……近日,沪上首台磁共振加速器在复旦大学附属肿瘤医院正式投入临床使用,这意味着恶性肿瘤的精准放射治疗又新添了一把“利器”。

恶性肿瘤严重危害我国居民健康。复旦大学附属肿瘤医院放疗治疗中心主任章真教授表示,作为肿瘤治疗的主要手段之一,放射治疗被誉为“隐形的手术刀”。其通过高能量的放射线照射肿瘤组织,实现杀灭肿瘤的效果。70%的肿瘤患者在整个治疗过程中需要接受放射治疗,放疗早已不是既往公众认知中的“姑息性治疗”。

“精准放疗时代的到来,越来越多的‘新武器’让放射治疗再上新台阶。”章真表示,“将影像设备和加速器融合在一台设备上,让医生能够在放射治疗过程中实时观察肿瘤状态和周围组织的运动,可以引导放射线更精准地照射肿瘤,最大程度减少对正常组织的损伤,减少放射治疗的并发症。”

据了解,此次投入临床使用的磁共振加速器,便将磁共振和加速器融为一体。凭借高分辨率、无辐射的磁共振成像,实时显示患者肿瘤病灶的清晰边界,为放射治疗医生增加了一双“透视眼”——能够全

程监测肿瘤患者的病灶状态,进而引导放射线精准治疗。放疗治疗中心主任胡伟刚教授介绍,通过该设备的在线自适应放射治疗管理系统,医生还可以根据患者的实际情况,实时调整放射治疗计划,为患者提供个性化的精准放疗方案。

“相较于其他加速器,磁共振加速器射线照射更精准,治疗过程更方便控制,患者正常组织保护更好。”放疗治疗中心夏凡教授介绍了首位运用该技术治疗的患者情况,“该患者是一名70岁的胰腺肿瘤患者。由于肿瘤与周围正常组织特别是肠道关系密切,传统放疗技术在治疗过程中难以实时追踪肿瘤与肠道位置关系的动态变化,限制了放疗剂量的提高。采用这一新的放疗设备,可以大大提高肿瘤和正常器官位置追踪的精细度,尤其是实现了根据每日解剖结构变化实时调整治疗计划,使得治疗的精确性和个体化都提升到一个新的高度,也为进一步提高肿瘤放射治疗疗效奠定了坚实基础。”

夏凡还表示,目前,该治疗系统治疗的肿瘤患者主要将为头颈部肿瘤、乳腺癌、肝癌肿瘤、胰腺癌、胃癌、结直肠癌等肿瘤患者,接下来,医院还将针对软组织肿瘤、食管癌、宫颈癌、前列腺癌等其他肿瘤开展治疗。此外,基于磁共振加速器的系列科学研究已经在持续开展中,包括基于MR-LINAC的一站式自适应放疗的临床应用、MR引导下直肠癌新辅助化疗联合免疫治疗的前瞻性临床研究等,希望能为肿瘤患者带来更多福音。(王广兆 赵俊)

甘草可致假性醛固酮增多症

甘草是我国使用最多的中药材之一,故被称为“国老”,又有“十药九甘”和“无草不成方”之说。在日本,被纳入医疗保险的汉方制剂和药物中,70%以上含有甘草。近日,日本福岛县立医科大学会津医疗中心汉方医学专业的研究小组在《美国科学公共图书馆》杂志发表的一项研究表明,甘草可引起假性醛固酮增多症等不良反应,并与高血压和老年痴呆症有关。

研究小组利用日本药品不良反应数据库(包括患者背景、所用药物和不良事件的自我报告数据),分析和研究中药引起的假性醛固酮增多症的相关临床因素。结果显示,与其他不良事件相比,在出现假性醛固酮增多症的中药中,甘草的剂量明显更多(平均3.3克/天对1.5克/天),使用时间也明显更长

(平均77.5天对29.0天)。与假性醛固酮增多症明显相关的因素包括:女性(风险增加1.7倍)、70岁以上(风险增加5.0倍)、体重低于50公斤(风险增加2.2倍)、使用利尿剂(风险增加2.1倍)、老年痴呆症(风险增加7.0倍)、高血压(风险增加1.6倍)。并且,每天使用甘草(风险增加2.1倍)和使用时间超过14天(风险增加2.8倍)也与假性醛固酮增多症显著相关。

研究人员指出,假性醛固酮增多症指的是,升压激素(醛固酮)并未增多,但却出现高血压、浮肿和低血钾等症状。因此,在上述相关因素中,识别高血压具有重要的临床意义。此外,对于具有多种因素的患者,若使用含甘草的中药超过14天,需要仔细观察,以防不良反应的发生。(宁蔚夏)

医学人文 YIXUERENWEN

聆听也是一种疗愈

万颖

“吴某,31岁,自大学就读土木工程后就心情不好、头痛,整日觉得闷闷不乐。睡眠也不好,入睡困难、早醒,凌晨5点左右醒来后就难以继续入睡,进食量较少,吃饭没胃口,体力也不如从前,容易疲劳乏力,但一直未去就诊。升入大三后头痛莫名自行好转,但依旧不开心。研究生二年级时,因为过敏性鼻炎、支气管扩张休学在家,仍不开心。病情好转后,吴某不愿意回学校上学,并开始出现胸痛的表现,去综合医院就诊未见异常,但仍不开心并整日担心自己心脏问题。毕业后的吴某一直在家待着,不出门也不与他人交流,生活懒散,不修边幅,体力不足,心情差,偶有悲观绝望的表现。”

听完以上的交班内容后,我很好奇吴某究竟是一个怎样的患者。于是,我来到了患者的病室,虽然听了病例报告,但是看到眼前的患者我不禁有些震惊:个子高高的,身体极其瘦弱,面容憔悴暗淡无

光,双眼窝凹陷,完全没有31岁青年的朝气。我礼貌地打了招呼,他需要非常努力撑起身体才能站在我的面前,给予礼貌回应。

虽然我们之间有目光的交流,但是患者的声音极其微弱,我可以清楚地感受到他眼中的那种绝望。“护士,我们孩子吃了成块的东西就会心慌,难以下咽,嚼不动,我希望您可以帮助我把孩子的所有食物加工成糊糊。”就在这时,患者的母亲急切地打断了我们正要开始的交流。

看着患者母亲急切的眼神、不知所措的神态,我突然意识到,我眼前并不是一个病人,而是两个受困的心灵。我轻拍患者母亲的肩膀说道:“患者的所有检查检验结果我都看到了,您孩子的身体和年龄,完全可以正常进食,流质饮食满足不了他目前的生理需求,您愿意跟我说说发生了什么吗?”

于是,母亲开始慢慢地诉说:“这是我第二个小孩,从小都很乖巧省心,直到几年前患上支气管扩张

后,逐渐发展成现在这个样子。护士您知道吗,北京的大医院我们几乎都去过了,没有检查出任何问题。我的大儿子目前在香港任教,小儿子生病前我是那么骄傲,骄傲自己培养出两个人才,但是现在我觉得自己失败至极,糟糕透了,我不知道该如何陪伴我的孩子了。”

同为母亲的我被深深打动,安静了片刻,等待她情绪平复后,我说:“如果您可以陪孩子走过这段困难时期,我想您会是比原来骄傲百倍的母亲!”患者母亲的身体微微一动,似乎有些触动。

我看着吴某说道:“和疾病对抗的同时还能顺利完成研究生学业,我可以感受到你的坚韧。现在你的身体需要正常的食物,我相信你有这种能力,我们慢慢来,好吗?”患者轻轻点头,眼神中闪着星星点点的希望,我的心里似乎也有一些喜悦在流动。

在随后的病房生活中,我会时刻留意他的饮食,鼓励他不要着急慢慢吃,心慌了就停停,再接着

吃。从一开始的黑芝麻糊、米粥,到后来的米饭馒头泡菜汤,直到现在一顿早餐可以吃一个半包子。

在患者住院第40天时,脸色变得红润了,眼神有了光彩,体重涨了将近3.5kg,精神状态和社会交往能力也比之前有明显的改善。患者从原来的独处,安静地在角落看着病友们活动,到现在可以和病友聊天、散步、打乒乓球,我可以感受到那种从内心迸发出的喜悦,我知道那个阳光自信稍有腼腆的青年快回来了。

临床护理工作是繁重的,但经过一段时间的学习和实践,临床护理便不再繁琐。就如《故事的疗愈力量》一书中所言——我们只需要好好地聆听。聆听时带着好奇、欣赏、理解、慈悲与爱进入患者的生命,如此,当生命被感动和接纳时,疗愈自然产生。年纪越大,越明白生命不需要太多的介入,只要聆听,深深地聆听,那便足够。

(作者系北京回龙观医院精神科主管护师)

图说健康 TUSHUOJIANKANG



日前,致公党中央妇委会与声望听力集团携手奔赴西北,联合举办“听力万里行”走进毕节公益活动,将听力志愿服务送到镇域一线。图为听力万里行志愿服务队来到七星关区朱昌镇卫生院,为当地群众开展免费听力检测。本报记者 贾宁 摄