

看病,看人,看见生命

■本报记者 张文静

在《与病对话:全科医生手记》一书的封面上,有一句话颇为打眼:“看病,看人,看见生命的希望与光亮。”

四川大学心理学教授胡冰霜写作的这本医生手记,记录更多的不是治病的妙方,也不是化腐朽为神奇的医学奇迹,而是人的故事。

一位昏迷的老人

书中讲述的故事主角中,有一位昏迷的老人让人印象深刻。

那是2004年的盛夏,天气热得人浑浑噩噩。一天,胡冰霜的一位女友匆匆找上门来,说她父亲已经昏睡了三天三夜,怎么也喊不醒。老爷子93岁了,平时没什么大病,三天前还好好的。听了这事,胡冰霜建议她马上带着老人去医院看急诊。但天气炎热,医院人多,女友有些犹豫。胡冰霜便赶紧和她一起去家中看望。

到了女友家中,胡冰霜发现室内温度适宜,老人家安静地平躺在床上,盖着薄薄的毛巾被,外观看不出任何异常,体格检查也没问题。可就是任凭怎么呼唤、翻身、移动,老人都没有任何反应。

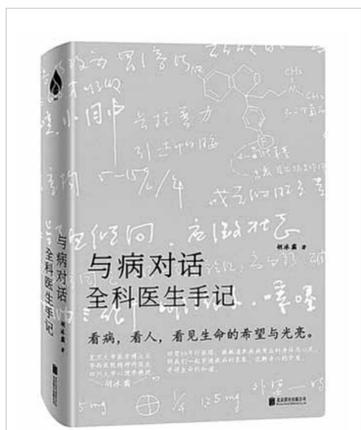
眼前的情况令胡冰霜费解。她在床边的椅子上坐下来,就这样静静地观察着老人。她的思绪渐渐开始发散:是不是他的生命已经自然而然地走到了尽头,就这样静静地走了?

女友和保姆忙进忙出,呆坐的胡冰霜突然听保姆自言自语说了一句:“爷爷平时睡着了都要流口水,这两天都没流,枕头上干干净净的。”她心中一亮,忙和保姆确认,得知老人这两天确实都没流口水后,她心里有了数:“那我们来给他喂点水。”

慢慢喂了水后,老人竟缓缓地睁开了眼睛,渐渐恢复了往常那般儒雅的神采。那次经历让胡冰霜深刻理解了脱水是个多么严重的问题,也让她在后来不断回想,如果那天不喝水,老人会怎么样呢?如果医生对病人少了些耐心和对表面病症之外的了解,又会是什么结果呢?

行医数十年,这样关于疾病与人的故事,胡冰霜见了太多。还有很多“非典型”的病例:一位各项指标都正常的健康人,多年来一再坚持自己在生病,并对查不出病来愤愤不平,后来她患上肺结核,却反而因此神清气爽;一辈子信奉科学主义、身体稍有不适就用抗生素、消毒湿巾随身携带的退休工程师,时常腹痛、腹泻,却找不到原因,在常吃发酵食品后不治而愈;一位急性肠梗阻、命悬一线的病人,在长途转院的颠簸过程中,居然因为颠簸产生的按摩效果,奇迹般地好了……

书中记录了这些人与故事,也记录了胡冰霜从“看病”到“看人”的视角转换,对人和病如何共处共生的思考。



《与病对话:全科医生手记》,胡冰霜著,北京联合出版公司2019年3月出版

“全科医生在眼界上日益博大,专科医生则在自己的专业上日渐精深。而无论是全科医生,还是专科医生,都要习惯于用整体的眼光打量病人。”

一路行走,一路思索

胡冰霜与医学的结缘始于20世纪70年代。那时,她常常陪父亲看病,辗转于各个医院,直到他病情越来越重,几年后离世。当时的焦灼、恐惧、绝望至今仍让她刻骨铭心。

1978年,胡冰霜进入四川医学院(现为四川大学华西临床医学院)学习临床医学。1983年毕业时,老师建议她到外科,而她却希望自己的眼界能稍高于具体的器官和系统,不顾家人反对,执意选择了精神科。

到1986年年底,胡冰霜就做了住院总医师,天天住在病房,做药物治疗、电休克等工作。五六年下来,她对精神科的药物“有点儿接近幻灭”,觉得每天开处方就像流水线——门诊一上午要看30个病人,病人话音还没落,医生的处方已刷刷写完。“就这样,你还忙得没时间喝水、上厕所。同样的药,恐怕开出了上万张处方笺。”

胡冰霜深知,西医的治疗,如麻醉、手术等,可谓功德无量;放射、检验的诸多进展,逻辑也很清晰,这都是西医的成就。至于药物,她的信仰则三落三起,比如抗生素,治疗因果关系明确,让人信仰“起”;而副作用、耐药性诸多问题,则让人信仰“落”。所以,胡冰霜用药更加谨慎,也萌生了再去考学、再出去走走看看的想法。

1992年,胡冰霜考取了华西医科大学的劳动卫生与职业病学专业博士,又到复旦大学做了预防医学博士后,此后回到四川大学教授心理学。正是在此时,她读了改变自己行医生涯的一本书——《史怀哲传》。

史怀哲1875年生在德国阿尔萨斯,20多岁就已是音乐学博士、神学博士、哲学博士。他看到非洲传教团的报告说那边缺医少药,就想学医。30岁开始学医,37岁从医学院毕业后,他用了两年在欧洲弹钢琴募捐,募出了一个医院的装备,起身到了非洲,40岁在非洲加蓬建立了史怀哲医院。他精通内、外、妇、儿、皮肤、传染、神经、精神各科,同时要搞麻醉、手术、接生、检验、免疫,还要搞建筑、种植、掘墓、筹款、后勤、管理等等。

胡冰霜惊叹:“一个人一辈子,原来可以有这么多可能性。”一颗种子就此埋下。

2002年,一个国际机构需要一位全科医生,胡冰霜去了,在那里做全科诊疗、预防医学、心理健康等,先是全职,后来兼职。她的行医足迹遍及摩洛哥、摩尔多瓦、美国、保加利亚、蒙古等国。尤其是在蒙古的经历让她印象深刻,很多故事被写进了书里。

“还是要有希望”

全科医生又叫通科医生,也被称作家庭医生。胡冰霜介绍说,古典的行医风格即是如此,在埃及、印度、中国、波斯等文明古国,最早的医生就是看全科的,病人有外伤、发烧、腹泻、生孩子,都可能去找同一个医生。后来医学发达了,分科才逐渐清晰起来。而现在,医学院的主流西医教育其实仍是全科教育,医学生出校门时可以做任何一个科的医生。

“全科医学是基础,全科医生可以做初步诊断和治疗,处理大部分的常见病和多发病,第一时间快速过滤病人,比如说阑尾炎患者必须立刻以最快速度到院去手术,又比如说骨折也要紧急处理,马上转诊,不能耽

误。”胡冰霜说,“现在我们的大医院系统运行负担太重了,有必要向下逐级分散。”

在胡冰霜看来,全科医生在眼界上日益博大,专科医生则在自己的专业上日渐精深。而无论是全科医生,还是专科医生,都要习惯于用整体的眼光打量病人。

她还记得一位病人,50多岁,腹部剧烈疼痛,情绪不好,睡眠不好,忧郁绝望。“他用抗抑郁药有好几年了,在我之前,精神科好多医生都给他看过,因为第一个医生诊断了抑郁症,于是大家就顺着下来一直给他调整抗抑郁药。哪知几年后,他做胃镜检查时发现是晚期胃癌,原来是胃癌引起的情绪问题。”

“由此可见,各科医生都需要全科的眼光和警觉性。”胡冰霜说,“如果一个区域有相对固定的全科医生,他就可以了解该区域病人的病史、家族史、个体类型等。医生对病人越了解,把握越大,直觉和判断越准确。”胡冰霜常常感叹,医学是一个广博、常新的学科,知与行永无止境。而今日,医学的思路更加多元。“循证医学、转换医学、整体医学八仙过海,共同探究疾病痊愈的必然性与偶然性,探讨生活风格对健康和疾病的作用;很多清醒而智慧的医者注意到了医源性疾病、药源性疾病、过度医疗等问题;今天,精准医学更在依据病人个体的基因信息量身定制治疗方案,人工智能领域的专家系统、神经网络和智能机器人的技术思路,在诊断和治疗上渐渐显露出超越人类优秀医者的端倪……”

2010年,胡冰霜开始写作本书,但越写越感觉无以为继。“因为任何一个题目,比如过敏性疾病、益生菌缺乏等,都可以随时看到很多最新的研究进展,况且国内外现成的相关教科书、专著、论文早已浩若烟海,我这短短几百页文字意义何在呢?”写还是不写?她十分纠结。

直到有一天,胡冰霜突然想起社会学家李景汉的《定县社会概况调查》。“他把90年前河北定县乡村的旧事,如庄稼、天气、洋碱、洋火、洋马等,都详细记录在案,今日看来仍很有价值,可见现实性的个人经验也珍贵。”于是,她又提起笔来,力求忠实还原那些人、病、事。

故事写了很多,但书中只保留了一部分。“因为虚无、黑暗、绝望、无可奈何有很多,但我要表达的绝不是这些。世间很多苦难已经把大家消耗了,何必呢?还是要有希望,有一点活下去的光亮。”在胡冰霜看来,很多药物的历史只有几十年,而人类的文明史、健康史、疾病史却漫长得多。“人的机体还是有很大的康复潜力,每年一年,我目睹着无数生命因信心、勇敢、坚韧、复元而得以继续,所以对个体康复力、生命力的景仰连绵不绝。本书的主旨便是展现这些希望和光亮。”

书后

一本有关数学与时间的科幻小说

■星河



《炸进时间》,星河著,上海文艺出版社2020年1月出版

。”意思是“你别想简单了”。我这人听话,那就和她一起摆吧;不过我依旧不动手,启发她自己琢磨。一会儿,女儿摆出来了,刚才着急的那个爸爸还是没摆出来。当时我脑海里突然无端冒出一个特别传统的镜头:车间里的加工比赛,大家都热火朝天地操练起来,一位老工人却在旁边抽了一根烟,然后才慢条斯理地动手操作,干完之后他又抽了一根烟,其他工友才告结束……我不是炫耀,真的不是,我只是想说:假如我们家没有做好足够的准备,就千万不要去逼孩子。

学了一段时间发现女儿“吃不饱”,不得不考虑转班。比如老师展示课件,问大家“这是几个字”,小朋友们还在“1、2、3、4”地数着,她直接就问“图形什么”(图形分解);老师教减法,问大家什么叫减法,她站起来说“有些减法等于负数”,没办法,只好转大班。

换班后,一上课依旧是课前口算,结果出现了很多17-9、13-7的课题,大班孩子都有些慢,女儿则完全蒙了,心里一定在想:“怎么我的口算突然变慢了?”接着老师发下计数器让他们拨数,可她之前根本没见过计数器,只好跟着旁边小朋友学。最后老师说今天不教新课,是游戏课,每人发一个平板电脑,玩一种“矩形游戏”。

开始玩“矩形游戏”时,女儿连游戏规则都没听懂,我想过去指点,老师却不允许。好在她很快上手了。下课休息时,我看见其他小朋友也就玩到第8关,而她已玩到第9关了。休息后继续,她开始玩第10关,但第10关超级难,老师让大家都不要玩,帮她调到第11关。接着,只有她和旁边高年级小男生玩到第12关。我再看时,两人齐头并进,都在玩第13关。这时我几乎要哭了。我心里的画面,是两名运动员在赛场上奔跑,本来两人不在一个等级,差距很大,现在居然齐头并进了。结果那男生做了龟兔赛跑中的兔子,跑到一边“睡觉”去了(翻看其他游戏)。女儿继续进攻第14关。在老师宣布结束的最后关

头,她冲过了第14关。我坐在那里,眼泪止不住地哗哗流了下来。后来我们又报了另一个辅导班,是更系统化的。这种辅导班是分层的,姑且称之为A、B、C三个班型。进A班是交钱即可,进B班则要考试,而初次报名无论如何也不能进C班,必须先由B班学习一段时间再考试选拔。于是我们考进一年级B班,这时女儿是在幼儿园大班。

半学期下来,女儿顺利考入C班。关键在于,当时老师在班上问全体同学“有谁考上C班”时,发现只有她一个人——一个跨班的孩子。

说到这里,简直像是“鸡娃”故事,与当前提倡的素质教育好像背道而驰。但在这里我要说明两点:一,你可以看到,在前述过程中,作为家长我们一点没“鸡”,完全是属于孩子的兴趣,我们甚至堪称“佛系”,不是提倡孩子有兴趣就应该给他们机会吗?我承认现在女儿对数学的兴趣已不如当初,毕竟这个社会有着太多的诱惑,但中班和大班时不让她做数学题她就哭(还是我看起来最枯燥的纯计算),我想让她休息都不肯,这时候我该怎么办?严辞喝止还是因势利导?

在我看来,假如孩子真心喜欢,玩泥巴和弹钢琴其实是一样的。只不过我们习惯认为,玩泥巴是下里巴人,而弹钢琴是阳春白雪,这已经不是教育的结果。我几乎不相信基因具有多大意义,更重要的还是家长的影响与教育,教育的意义比我们想象的要大得多。我不过是在激发孩子的兴趣——喜欢玩泥巴的孩子也许是一名潜在的雕塑家,喜欢咕嘟咕嘟的孩子说不定是一名待开发的歌手,喜欢胡乱涂

抹的孩子很可能成为一名画家……女儿就是喜欢数字与图形规律而已,而我也没想让她朝数学家的方向努力,只不过希望她在今后从事任何工作(哪怕是艺术)时具有更多的逻辑思维而已。

上面的故事,出自我的新书《炸进时间漩涡》。当然有些写到了,有些没写到。其实这不是一本有关教育或者励志的书,甚至不是一本非虚构作品,而是一本纯粹的科幻小说。其中的故事纯属编造,而其中的数学却真实无比。

这是一套亲子作品中的一部,以作家本人与孩子为主角,要求不是非虚构的散文而是完全虚构的小说。应约的时候我就十分犹豫,这种类型的作品我从未写过,不知道该怎么写。孩子那么小如何编织故事?再说我擅长的又是科幻……但主编大度地认可:“特批你写科幻。”好吧,我想,科幻可以构造更精彩的情节,再说等完成出版时孩子也长大了,于是开始天马行空地构思。里面确实有不少数学的内容,不是有意为之,而是因为我们的生活,确实离不开数学。

同样的,你们的生活,也离不开数学。之所以选择时间题材,我想与对时间的感悟有关。人类可以藐视和战胜一切,但对时间却不得不低下自己骄傲的头颅。

每次接送女儿的时候,迎面而来的幼儿园就是我小时候上过的幼儿园,一晃多年过去,一些当年就在这里工作的幼教老师还在岗位,而幼儿园的面貌却早已今非昔比。有时候我想,那种看似俗套的“我与爸爸/妈妈比童年”,其实真的很有意思。在极端情况下,即便某一风景的空间坐标一成不变,时间的流逝也会让它变得面目全非。假如把这段风景作为背景幕布,前方的舞台依次叠映出同龄的父女形象,演绎彼此相同而又不同的故事,也算是一段难能可贵的珍贵剧情。倘若再稍加幻想予以点缀,应该是一个漂亮的故事。感谢生活。感谢时间。也感谢数学。(作者系科幻作家)



近日,中国科学院系列年度报告《2019 科学发展报告》(2019 高技术发展报告)由科学出版社出版发行。中科院院长白春礼以“为建设科技强国打下坚实基础”为题作报告作序。该系列报告旨在使国家决策层和社会公众更好地了解科技方面最新进展。报告由中科院组织科学家和相关领域权威专家编写,重点分析综述每年世界和我国科学与高技术等方面发展的重大创新成果、主要发展趋势、重要科技政策与战略,提出有关政策建议,具有科学性、前沿性和权威性。

《科学发展报告》自1997年起开始发布,《2019 科学发展报告》是第22部,主要内容有:展望二维材料、宽禁带半导体发光学的发展趋势;分析太阳系际探测的重大科学问题、量子计算、纳米绿色印刷技术、精神疾病肠道微生物组、超快强激光、定向进化和噬菌体展示技术等7个科技前沿领域的研究进展;介绍了2018年我国科学家取得的代表性成果,如利用LAMOST发现系外行星族群、首次“看见”离子水合物的原子结构并揭示离子运输的幻数效应、铁基高温超导中的“马约拉纳”三部曲、人工基因组重排驱动基因组快速进化、H+HD反应中的几何相位效应、克隆猴的诞生、中国被子植物进化的摇篮和博物馆、人造单染色体真核酵母细胞、距今4万~3万年前人类踏足高海拔青藏高原腹地、全球变暖背景下东太平洋厄尔尼诺变率增强等;综述了基础前沿、人口健康与医药、生物、农业、环境、地球、海洋、空间、信息、能源、材料制造和重大科技基础设施等12个主要科技领域国际研究进展及战略规划布局;从国家基础研究管理工作、国家自然科学基金项目申请和资助的角度介绍和分析我国科学发展概况;摘要介绍中科院学部关于加强科技界建制化参与立法、改善我国基础研究活动结构性问题、智慧城市建设的思考等问题的院士咨询建议,为国家促进科学发展的宏观决策提供重要依据。

《高技术发展报告》自2000年起开始发布,关注信息技术、生物技术、材料与能源技术以及航空航天和海洋技术四大领域,每年聚焦一个领域,4年一个周期。《2019 高技术发展报告》以“航空航天与海洋技术”为主题,共分8章。第一章为“2018 高技术发展综述”,系统回顾2018年国内外高技术发展最新进展。第二章为“航空技术创新”,介绍航空材料、航空制造、航空动力、航空电子、航空机电系统和高超声速飞行器技术等方面的高超进展。第三章为“航天技术新进展”,介绍月球与深空探测、卫星通信、卫星导航定位、卫星微波遥感、运载火箭、卫星平台技术等方面的最新进展。第四章为“海洋技术创新”,介绍深海探测、海水综合利用、深海油气开发利用、海洋环境污染治理、海洋声学、海洋信息科技等方面的最新进展。第五章为“航空航天和海洋技术产业化新进展”,介绍商用飞机、通用航空器、对地观测、卫星导航、卫星通信、微小卫星、空间生物实验、深海探测装备制造、海洋工程装备、海水淡化、海洋生物医药、海洋生物等产业技术的产业化进展情况。第六章为“高技术产业国际竞争力与创新评价”,关注我国高技术产业国际竞争力和创新能力的演化。第七章为“高技术与社会”,探讨了航空材料对国民经济和社会的带动作用,空间科技研判中的协商与治理,生物技术的伦理预警与公众参与科学,人工智能的争议、社会风险与审视路径,5G时代的流量争议和网络中立之争及治理,海洋科技发展的社会语境演变及其新趋势等社会公众普遍关心的热点问题。第八章为“专家论坛”,邀请知名专家就世界科技和产业革命的趋势、人工智能产业的发展战略、“十四五”战略性新兴产业的发展、知识互联网的发展、新一轮科技革命和产业变革的趋势及其影响等重大问题发表见解和观点。

《2019 科学发展报告》《2019 高技术发展报告》是中科院高端科技智库重要品牌报告产品,报告面向公众、面向决策,有助于社会公众了解科学和高技术发展动态与趋势,可供各级领导干部和决策部门阅读参考。(李芸)

《2019 科学发展报告》《2019 高技术发展报告》发布