

2023年6月，我撰写的女性健康科普图书《话说生命之宫》出版，这是《子宫情事》的全新修订本。

《子宫情事》出版后受到专家和读者的好评，曾获科技部2016年全国优秀科普作品和《健康中国》2016年度十大健康图书，前后印刷15次，发行超过10万册，被专家誉为新时代科普作品的“正能量”成为“大流量”的典型。然而，涉及女性生殖健康的词汇，如子宫、卵巢等，在网络传播中容易被“机器人”过滤屏蔽。为了破解这一难题，遂将《子宫情事》改名为《话说生命之宫》。

一

作为男性妇产科医生，我经常会被问到这样一个问题：你为什么当妇产科医生？非正式场合，我通常以玩笑化解，比如说组织分配。但在正式场合，我的回答是：母亲的病故，让我走上了从医之路；由于母亲因妇科肿瘤去世，我选择做妇产科医生。

但母亲究竟得的是什么妇科肿瘤，我一直都不清楚，直到母亲去世30年后的2012年我才得到了可能的答案。当时我在国外学习，无意间以妇科肿瘤专家的角色对母亲的病进行了分析，最后我认为子宫内腺癌。这种病的早期警示信号是绝经后异常出血，如果发现得早，治疗效果就会很好。遗憾的是，当年我的亲人们没有类似的医学常识。回国后，在前辈的鼓励下，我走上了科普创作和传播之路。

我在自媒体平台发表了多篇女性健康科普短文，应邀到电台和电视台做节目，并在报刊上发表科普文章，还与前辈一起主编了《协和名医谈妇科肿瘤》一书。尽管人们对这本书的评价不错，但我个人认为其风格偏于传统。相反，我在网络上发布的诙谐科普文章多次被转载，于是我萌生了写一本供健康女性而不是患者阅读的科普书籍的念头。

但是，如何才能达到这一目的却让我比较为难。

二

以故事的形式写行医感悟和人文关怀固然好，但如果用来写医学科普，即使内容生动活泼，也有可能暴露患者隐私；若以北京协和医院的实名实地写，情节虚实虚实，人物真假真假，更可能引起公众困惑，甚至误会。网络上用新潮语言写成的科普引人人胜，点击率很高，我是否能采用这种方式呢？

我很快发现，男医生写男人的事儿，可以得心应手；女医生写女人的事儿，可以“无所顾忌”。唯独男医生写女性的事儿，用词稍有不恰当就会引起误会，所以，我不能过于自由、过于新潮。能否反其道而行之，复古一些呢？

我来自重庆东部的土家族山寨，我的族人中有的能歌善舞，有的擅编顺口溜。童年和母亲一起为生产队放牛时，

女性与男性不一样的生物学特性

■ 卢安·布里曾丹

一

超过99%的男性和女性基因编码完全相同。在人类基因组的3万个基因中，两性之间的差异不到1%。但正是这些细微的差异，影响着我们身体中的每一个细胞——从记录快乐和痛苦的神经，到传递感知、思维、感觉和情绪的神经元。

20世纪90年代以前，研究人员都很少关注与男性不同的女性生理学、神经解剖学和心理学。20世纪70年代，我在美国加州大学伯克利分校攻读神经生物学本科，在美国耶鲁大学接受医学教育以及在美国哈佛医学院马萨诸塞州心理健康中心接受精神病学培训期间，目睹了这种疏忽。

然而，那时这方面极少的研究也表明了两性间大脑的差异虽然微妙，却是深刻的。在我担任精神科住院医师时，女性与男性抑郁症比例为二比一的事实令我疑惑——没有人能对这种差异给出任何明确的原因。而我读大学期间恰逢女权运动的高峰期，我个人倾向于对此作出政治学和心理学上的解读。

基于20世纪70年代的典型立场，我认为西方文化中的父权制一定是罪魁祸首，正是它让女性感到沮丧，并使她们在功能表现上不如男性。但仅凭这个解释似乎并不合适：新的研究在全球其他范围内发现了相同的抑郁症性别比例。我开始认为这有着更大、更基础的“生物学”原因。

1994年，我在美国加州大学旧金山分校的精神病学系创立了女性情绪和激素诊所。它是美国最早致力于研究女性大脑状态以及神经化学和激素如何影响女性情绪的诊所之一。

我们现在已经知道女性大脑深受激素的影响，甚至可以说正是激素的影响创造了女性的现实。它们可以塑造女性的价值观和愿望，每天告诉她什么是重要的事情。从出生开始，在生命的每个阶段都能感受到它们的存在。每种激素的状态——少女时期、青春期、约会时期、母亲时期和更年期——为不同的神经联

女性健康科普有何特殊之处

■ 谭先杰



《子宫情事》，谭先杰著，中国妇女出版社2016年8月出版，定价：79.60元

她很早就教我背《三字经》。也许是这个原因，我属于后者。而我看过的古典小说，如《三国演义》《红楼梦》，还有金庸的武侠小说，都是让人欲罢不能、一气读完的章回体结构，于是我萌生了借用章回小说形式写一本女性健康科普读物的念头。

三

从何处切入？我很自然地想到了孕育人类生命的器官——子宫。因此，决定围绕子宫讲述与女性怀孕分娩和生殖健康相关的问题。

我先将妇产科的专业知识梳理了一遍，然后开始写作。写的时候基本没有参考其他书籍，只是凭借在妇产科20多年的工作经验，顺着思路往下写。等对每一章修订时再去查资料、核实数据。

付印之前，我还特别邀请了科室内的同事进行学术把关。几经推敲，将书名定为《子宫情事》。此处的“情”，是与子宫相关的情感、母子相连的亲情和男女之间的爱情。子宫是女性的生殖器官，承载这些“情”，理所当然。

全书上、下两卷，采用章回体结构，共112回。回目由七言“诗”组成，概括其主要内容。

每一回均以一段100字左右的文字为引，然后对涉及的器官和常见疾病进行评书式讲解。有时用一场战争的方式

演绎女性子宫及周围的故事。因为人与疾病的博弈就是战争，病人是主力，医生是友军；有时使用新潮的网络语言，或者打比方。行文看似信马由缰，实则自有逻辑，语言或许通俗，但道理力争科学。目的只有一个——把问题说清楚、讲明白，使读者能够理解深奥的医学知识。

四

修订为《话说生命之宫》出版时，形式上做了两项改动。有专家建议，既然是章回体，何不仿照《水浒传》或《三国演义》，每一回用一首诗或对仗句进行总结。我采纳了这一建议，在每一回正文末尾加了一首七言古诗，只求押韵，不拘平仄，基本是作者家乡渝东土家族的民间文学形式——喊彩（只求押韵的即兴打油诗）的翻版，点缀而已，读者不必较真儿。

《子宫情事》每一回回目的前半部分是七言“诗”，这本来是《子宫情事》的创作特色之一。但有专家建议，与其每一回目的前半部分用一句意思不完整的七言“诗”，不如精练为四个字，就像《千字文》一样朗朗上口，与文末的总结诗既有呼应，又不重复。我又采纳了这一建议。

让女性在健康的时候就关爱自己，了解健康知识，拥有健康，绽放美丽，是《话说生命之宫》的小目标；在目前我国人口形势严峻的大背景下，保护人类繁衍的执行力器

备的关键，也是我们今天成功的关键。尽管生物学因素影响巨大，但并不能将我们的现实锁定。我们可以改变现实，运用我们的智慧和决心成就自己，并且在必要时改变激素对大脑结构、行为、现实和创造力的影响，最终也改变我们的命运。

二

男性和女性的平均智力水平相同，但女性大脑的现实性经常被误解为在某些领域（如数学和科学）的能力较差。

2005年1月，时任美国哈佛大学校长劳伦斯·萨默斯的一次演讲震惊和激怒了公众，因为他的言论让人推测他影射在成为顶级的数学家和科学家方面女性天生不如男性。

从目前的研究来看，萨默斯既对也错。我们现在知道，当女孩和男孩进入青少年时期，他们在数学和科学能力上并没有差异。但随着雌激素充满女性大脑，女性开始重点关注自己的情绪和交流。

与此同时，随着睾酮激素占据男性大脑，男孩们变得不爱与人沟通，无论在体育比赛中还是坐在汽车后座上打游戏都痴迷于得分。

当男孩和女孩规划他们的职业轨迹时，女孩们开始对需要更多单独工作、较少与他人互动的职业失去兴趣，而男孩们则可以轻松地独自躲在自己的房间里玩几个小时的电脑。

我的患者吉娜从小就具备非凡的数学天赋。她成为了一名工程师，但到了28岁还在与自己内心的渴望苦苦斗争。她希望有一份更加面向人的职业，这也会让她拥有向往的家庭生活。虽然能从解决工程问题涉及的思维谜题中获得乐趣，但会让她错失与人的日常接触，因此她考虑转行。这对女性来说并非罕见的冲突。我的女性朋友告诉我，很多聪明的女性放弃了科学，投身到她们认为更具社交性的领域。

这些价值决策实际上是由激素对强烈需要联系和沟通的女性大脑的影响而形成的。科学界少见女性的事实与女性

官——子宫的健康，则是医学上需要完成的大任务。希望《话说生命之宫》能为此贡献微薄之力，助力健康中国。

五

《“健康中国2030”规划纲要》指出，普及健康知识，提高全民健康素养水平，是提高全民健康水平最根本、最经济、最有效的措施之一。健康知识普及行动被列入15个专项行动的首位。结合《话说生命之宫》的创作历程，我认为健康科普有其特殊之处。

首先，健康科普的内容特殊。比如自然探索的深空、深海、深地以及博物，要么在空间上离我们遥远，如银河系、河外星系；要么在时间上离我们遥远，如侏罗纪、夏商周和秦汉唐等；要么在种属关系上离我们遥远，如恐龙、各种生物、飞禽走兽等。做科普时一般不考虑人的感受，重点是会不会犯原则性错误。

健康科普的内容是疾病或生理现象，在以故事和事例的形式进行科普时，需要注意保护患者隐私，否则会给人带来二次伤害。在这方面，我的经验是将患者的年龄、住址、就诊时间等进行移花接木式的处理后发给患者审阅并得到同意，确认不会给他（她）的生活和工作带来负面影响。

其次，健康科普容错性小、众口难调。相比其他学科的科普，健康科普更为严谨，因为涉及健康和生命，差之毫厘，谬以千里。而且，医学知识多半枯燥艰深，没有得病的人，不想看；同行之人，觉得瑕疵多，不忍看。

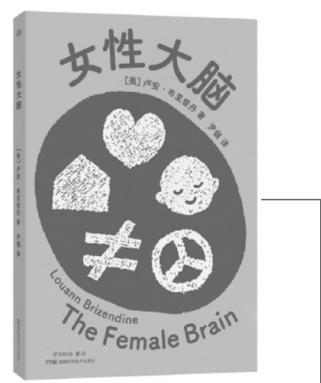
再次，健康科普受众受限。一般科普的主要受众是青少年，但健康科普很难将青少年作为重点人群。一是他们通常身体健康，缺乏获取相关知识的愿望。二是相对于游戏和短视频，健康科普显得乏味难懂。

当前学校健康科普内容主要是用眼健康、脊柱健康、青春期健康等，都需要作为任务进行“灌输”，孩子们缺乏主动性。这就要求健康科普工作者不断提高创作水平，创新传播形式，才能激发他们的兴趣。

最后，女性健康科普还有特殊之处。狭义的女性健康是指女性生殖健康，通常被称为妇女人问题或妇科问题，多半被划归“儿童不宜”范围，不适合在大庭广众下讲授，即便权威媒体，也会敬而远之。某权威媒体曾邀请我做一期面对青少年的节目，但了解到我准备讲解孕育人类生命的重要器官——子宫及其健康问题后，断然拒绝。

女性是家庭的核心，其健康不仅关乎自身，还关乎家庭幸福、人类繁衍和社会进步。尤其是在当前我国老龄化问题日益严重、出生人口持续下降的严峻人口形势下，“关爱妇女，保护母亲”，维护好承载人类繁衍的物（子宫）和人（女性）的健康至关重要。

（作者系北京协和医院妇产科主任医师）



《女性大脑》，[美]卢安·布里曾丹著，尹健译，湖南科学技术出版社2024年1月出版，定价：68元

大脑在数学和科学方面存在缺陷无关，这是萨默斯大错特错之处。他说在顶级科学和工程职位上缺乏女性是对的，但这已暗示女性因为缺乏天赋而最终不能从事这些职业是完全错误的。

女性大脑拥有巨大的独特天赋——出色的语言敏捷性、在友谊中建立深厚关系的能力、近乎通灵般通过读取面部表情和语调来解读情绪和心理状态的能力，以及化解冲突的能力。所有这些都深植于女性大脑中。这些是女性与生俱来的天赋，坦率而言，许多男性并不具备。

我们已经进入一个新的时代，女性开始理解她们独特的生物学特性以及这将如何影响她们的生活。我希望女性能了解自己独特的大脑——身体——行为系统，并在每个年龄段做最好的自己；更希望女性大脑能被大家看见和理解，就像被精心调校的乐器一般发挥出它的才能。

（本文系《女性大脑》一书引言，有删减，标题为编者所加）

域外

在最沮丧的日子里 观鸟治愈了她

■ 武夷山



“鸟儿在我的大脑中打出一条新的神经通道，一条欢愉的通道”。

2月，美国ECCO出版社出版了Trish O'Kane（翠西·奥凯恩）的著作《Birding to Change the World: A Memoir》（中文译者译为“观鸟爱鸟，改变世界：回忆录”）。作者奥凯恩是作家，也是美国佛蒙特大学环境正义课程高级讲师。

作者在2005年7月到大学任教之前，曾经担任过调查记者，研究过仇恨犯罪问题，在女子监狱里当过写作课教师。近20年的时间里，她的写作主题频繁涉及“正义”，但从未关注过自然。

2005年8月间，卡特里娜飓风来袭，她在美国新奥尔良的家产都泡汤了。此时她觉悟到，“单单由于我的生活方式，就会给我带来巨大的伤害”。于是她发誓要过不一样的生活。

在美国威斯康星大学麦迪逊分校攻读环境学博士学位期间，奥凯恩偶然接触到一门鸟类学课程，意外地引导她走上观鸟的道路。

鸟儿能教人领悟人生、推动社会变革和保护环境吗？在最沮丧的日子里，她遇到了一只只小鸟朋友：红衣凤头鸟、鸚鵡、麻雀、猫头鹰、猫头鹰、麻鸭和啄木鸟等，它们使她快乐起来，为她指出了新路。

在这本回忆录中，奥凯恩叙述了自己如何变成一个热心的观鸟者和环保主义者。她已经累计花了几千个小时观鸟，写了33本野外笔记，记载了鸟儿的平凡行为及有趣行为，还帮助抚育过北美山雀、蓝鸲、鸫和燕子的幼雏。她在一家野生动物康复医院的幼雏护理室做过志愿者，在两所大学给数百名大学生和中学生讲过鸟类学的课。

她家附近的麦迪逊纳公园栖息着141种鸟，悉数成为她的密切观察对象。后来她听说当地的一些开发项目会对华纳公园内鸟类类的生存环境造成威胁，就积极将社区热爱自然的人组织进来，与开发势力抗争并最终取得了胜利。她

动员起来的这支力量后来成为一个邻里环境保护群体，名叫“野生华纳”。

奥凯恩在美国威斯康星大学首次尝试将大学生与小學生结成观鸟对子，让大学生作为孩子的观鸟导师，被称为“共同探索者”。后来她将这个做法带到美国佛蒙特大学，在那里她开了一门课，名称是《Birding to Change the World》（观鸟爱鸟，改变世界），即本书的标题。

结对的双方是固定不变的。每周一次，大学生在课堂上学习鸟类学知识、教育和社会正义方面的内容。每周三，她带着大学生驱车到一所小学，让大学生与四五年级的小学生在附近的湿地或林地里一起散步、学习和游戏。

她说，每次看见小学生的小手伸向大学生辅导员的大手就被深深感动。活动结束后，这一对对的“共同探索者”行走1英里返回学校，他们一路上叽叽喳喳，像小鸟一样。

她骄傲地说，参与过结对观鸟计划的大学生毕业后遍布全国，成为教师、环保教育者、城市规划师、土地管理员、律师、记者、科研人员、环保活跃分子。他们有的成为科学家，有的成为自然中心的负责人，有的成为中小学花园协理员，在不同岗位上为环保做贡献。

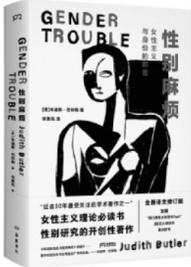
奥凯恩说，“鸟儿在我的大脑中打出一条新的神经通道，一条欢愉的通道”。

除了讲自己的故事，本书还普及了一些鸟类学知识，从鸟类的迁徙、鸟类做父母的过程到领地防御策略等。

比如，科学家对无斑棕桐鬼鸮迄今知之甚少；多数无斑棕桐鬼鸮每年向何处迁徙、何时迁徙？其数量有多少？它们几岁开始繁殖后代？它们一辈子生养多少只小鬼鸮？它们的寿命是多长等。奥凯恩曾带着学生到野外去考察无斑棕桐鬼鸮，获取了一手知识，书中专门记述了这段经历。

荐书

《性别麻烦》，[美]朱迪斯·巴特勒著，宋素凤译，岳麓书社2024年2月出版，定价：59元



自1990年出版以来，本书已成为当代女性主义理论的重要著作。它一经出版即引来赞誉和争议无数，巴特勒因此书一举成为当代思想界最闪耀的学术明星之一。

本书融合了哲学、人类学、文学理论、精神分析等多学科话语，对波伏娃、福柯、拉康、弗洛伊德、克里斯特娃、露西·伊利格瑞等前辈学者的理论进行批判性的审视和分析，推翻了女性和男性的区别根植于身体本质的

《服美役：美是如何奴役和消费女性的》，[意]毛拉·甘奇塔诺著，张亦非译，北京联合出版公司2024年2月出版，定价：59.80元



如果说工业发展使女性有机会独立，可以参与社会生产，那么这一切都在以更严苛的规则运转：让女性担心自己犯了错、不得体、永远不够漂亮，永远面临被驱逐的危险，于是不得不履行自己的职责——保持完美无瑕，遵守所有规则，做一个好女孩。

本书中，作者向我们展示了哲学、人类学、社会心理学和数据科学的发现。主要讲述了美丽是如何被定义的以及现代

审美观形成的过程，包括制定标准的阶层是如何利用传媒产业比如摄影、广告、时尚杂志，利用衣服尺码、消费主义对女性实施隐性压迫的，导致女性被困在美丽的囚笼中。（喜平）