



# 如果人们具有一定的医学知识或常识,在疾病初起甚至未起时就发现苗头,主动预防,尽早就医,结果也许就大不一样

## 医学专家发力科普,让更多家庭收获健康

中青报 中青网记者 刘超荣

10月中旬的一天,北京协和医院妇产科主任医师谭先杰出门诊时,遇到了一位84岁的患者。在绝经近30年后,她又出血了。这其实是一个危险的信号,提示患者可能患有子宫内膜癌、宫颈癌等恶性肿瘤,但是老人的姐妹都觉得很正常。这件事让谭先杰有些五味杂陈。

和绝经后出血相关联的子宫内膜癌是谭先杰走上科普之路的起点。30多年前,年仅12岁的谭先杰失去了母亲。谭先杰曾坦言,自己整天像影子一样黏着母亲,小学都快毕业了,我还要在母亲的床上才能睡着。

母亲去世时,谭先杰正在50多公里外的县城中学上学。由于担心孩子做出傻事,又怕耽误孩子的学习,弥留之际的母亲请求身边人等谭先杰寒假回家再婉转告诉他。两个月后,放寒假的那一天,漫天大雪,谭先杰知道了这个噩耗。据说当时我一声没有哭出来就昏了过去。醒来后我哭喊着:我要妈妈,我要妈妈。

这位痛失母亲的少年,当时就立志要当医生。多年之后,已成为北京三甲医院医生的谭先杰回到老家,和几个还健在的婶子聊天,才知道48岁已经绝经的母亲,50多岁时又来了月经,当时大家也觉得正常,还以为是因为生活条件改善了。

2012年,在国外进修学习期间,一直不愿意细想母亲去世原因的谭先杰,却忽然认真地对母亲的病进行了分析。他之前只知道母亲是因为癌症去世,但不知道是什么癌,结合绝经后出血的情况,谭先杰认为是子宫内膜癌。这种病如果发现得早,治疗效果很好。如果当时有一些医学常识,母亲能够早些就诊,也许不会那么早就离开。谭先杰在他近期出版的新书《协和妇产科医生手记》中写道。

### 什么病都能治好的医生并不存在

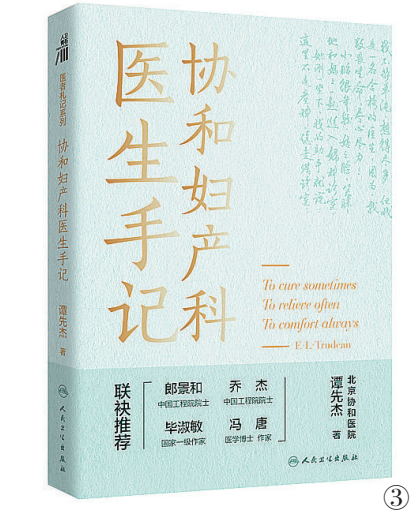
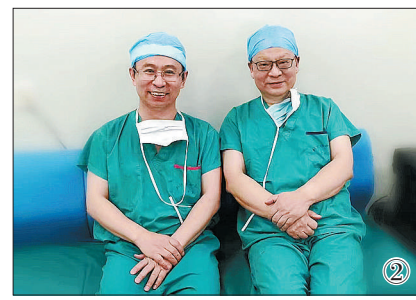
谭先杰出生时,母亲想尽了各种办法也没有乳汁,在50多年前的三峡库区大巴山深处的土家山寨里,奶粉更是不可能。谭先杰只好吃米粉和糊糊,所以他小时候身体很弱,三天两头要去赤脚医生那里打针吃药。

3岁时,谭先杰有一次病得很重,医生下了死亡判决书,父亲都已经在山上挖好了一个小坑。当父亲抱着几乎没有气息的谭先杰出门时,谭先杰的二哥哭喊着不让抱走,父亲只好暂时把他留下来。没想到,第二天早上,谭先杰奇迹般地嚷着要喝水。

从4岁半起,谭先杰就和母亲一起给生产队放牛。谭先杰的母亲出生于一个曾经相对富裕的农家,姥爷给舅舅请了私塾先生讲课,母亲也跟着听,学了不少知识。谭先杰黏着母亲的那段短暂的光阴里,在放牛的山上、灶台边、被窝里,母亲教会了他背《三字经》《女儿经》等。也许正是在那个时候,一颗人文素养的种子埋在了谭先杰心里。在写作科普书籍的路上,他也很自然地将人文素养融入了书中。



① 谭先杰在北京国际服务贸易博览会上做科普讲座。  
② 谭先杰(左)和他的博士研究生导师、我国著名妇产科专家、中国工程院院士郎景和合影。  
③ 谭先杰新书《协和妇产科医生手记》。



受访者供图

10岁那年,谭先杰和母亲说,想要看看山外边的大河。终于有一天,母亲带着谭先杰搭上了一辆到煤场拉煤的拖拉机,沿着蜿蜒曲折的山路达到了山顶。山顶,谭先杰看到了挂在天际的长江。母亲说,河的那边很远的地方就是重庆,那里有很大的医院,什么病都能治好。

从医的头20年,我一直在兑现自己对母亲的承诺。上大学,当医生,到大医院,当什么病都能治好的医生。一路走来,住院医生、主治医师、主任医师、博士生导师、科技新星、特聘教授。然而,随着资历的增加,我越来越明白,什么病都能治好的医生并不存在。对于很多晚期疾病和肿瘤,医生和医学依然苍白无力。谭先杰在《协和妇产科医生手记》中写道。

在接受中青报 中青网记者采访时,谭先杰说,在北京协和医院妇产科,每周三上午有肿瘤专业组查房。查房除了讨论特殊病例外,医生们多半的时间都在探讨那些几经辗转来到北京协和医院就诊的患者病情。这些基本无药可治的晚期或者复发肿瘤患者,医生们探讨的方向大多是建议尝试一些新的药物,例如靶向药物和免疫治疗。

遗憾的是,这些新型药物虽然可能一定程度延长了患者的生命,或者有限地改善了他们的生活质量,但通常价格昂贵,可能会耗尽患者所有积蓄。每当这个时候,谭先杰有些气馁,也不太爱发言。医学的局限性就这么沉重而深刻地摆在面前。

如果人们具有一定的医学知识或者医学常识,在疾病初起甚至未起时就发现苗头,主动预防,尽早就医,结果也许就大不一样,就不会让专家们如此为难,也让更多的家庭少些遗憾。谭先杰说。

### 100个科学家中应该有1个留下来做科普

2012年夏天,谭先杰去美国哈佛大学医学院进修,他看到医生们在面诊中用的语言非常浅显,几乎没有深奥的专业词汇,如果患者不明白,会变换方式打比方。在面诊结束前,医生还会给病人小插页,上面印着相关疾病深入阅读的科普文章网址。

谭先杰忽然意识到:这也是医生给病人提供的服务之一。让病人从权威专家那里得到准确的资讯,而不是自己通过鼠标点击到网络上难辨真假的信息。

回国后,谭先杰开始了科普之路。刚开始,他先在自媒体平台上发表多篇女性健康的科普短文,应邀到电视台和电台做健康科普节目。还和一名前辈一起主编了科普图书《协和名医谈妇科肿瘤》。

尽管读者对这本书的评价不错,但是谭先杰还是觉得风格过于传统。相反,他在微博上诙谐有趣的科普被广泛传播。于是,谭先杰想写一本有独特风格的科普图书。

这本科普图书从何写起?谭先杰很自然地想到了子宫。它是每个人都曾住过的黄金居室,温馨私密;又是女性每月生理现象的源头,忠实无比。它给千家万户带来天伦之乐,又是某些女性心中的伤痛。于是,谭先杰决定围绕子宫写一本关于女性怀孕分娩和生殖健康相关知识的书籍《子宫情事》。

《子宫情事(上)》出版后,为了配合出版社推广图书,谭先杰在微信和微博中写了不少介绍这本书的文章,还应邀去多个电视台担任科普节目的嘉宾。

但让谭先杰没想到的是,有人认他的所作所为就是为了卖书。这种负面的评

价让谭先杰一度停止了对这本书的所有回应,本来打算写的《子宫情事(下)》也搁置了。

幸运的是,这本书出版后给谭先杰带来的正向反馈一直没有停止。有一位母亲曾专门挂了谭先杰国际门诊的号,只为了向他表示感谢。这位母亲出现了绝经后不规则的阴道出血,她的女儿看了《子宫情事(上)》后,让她一定要去医院做检查。结果发现是早期的宫颈癌,并及时做了手术。

还有一位读者,拿着《子宫情事(上)》来到谭先杰的门诊。书里面几乎每一页都记着密密的笔记,里面还有一些没看懂的地方,专门向谭先杰请教。这让谭先杰感到了科普的责任。

更出乎谭先杰意料的是,他再去基层做教学巡讲时,总有当地医生表示看过这本书,有人甚至能大段地背出书里的内容。医生们说,看了书之后,给患者解释病情方便多了,书里面的通俗案例涵盖了非常多病种。

这些读者的反馈,消除了谭先杰做科普的后顾之忧。曾经被搁置的《子宫情事(下)》终于出版了。

人的精力是有限的,谭先杰坦言,科普占据了他非常多的时间,科研和科普并重是我们的理想,但实际上是不太可能的。我曾主持完成过多项国家级科研项目,但自从2012年开始做科普后,我就再也没有申请任何科研课题。一个是精力的问题,另一个是连着多年科普,SCI文章发得少了,科研的底子就有点薄了,即使申请项目,也可能申请不到。

与那些走在科研前沿的同事相比,谭先杰承认自己已不是一点遗憾都没有,但是比起科普给老百姓带来的获益,他说:我无怨无悔。

谭先杰说,理想的情况或许是100个科学家中99个做科技攻关、科技创新,留下1个科学家来做科学普及,让公众在获得科学知识的同时,学习到科学精神、科学方法、科学思想,这样就能全面提高全民的科学素养,包括健康素养。

今年9月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于新时代进一步加强科学技术普及工作的意见》指出:坚持把科学普及放在与科技创新同等重要的位置。科技部副部长李萌指出,文件提出了落实同等重要的工作思路、制度安排和政策措施,特别注重强调加强制度保障,要求各级党委政府要保障对科普工作的投入。

谭先杰说他已经感受到这些年各地对科普工作的重视,比如在重要媒体发布的科普文章,在一些地方是可以用来评职称的,这将有助于缓解年轻医生做健康科普的后顾之忧。

### 诚实自然

对于普通老百姓来说,提起谭先杰的名字,可能并不熟悉,但是如果说起科普文章《一个医生吞下坚硬枣核之后》,或许会有点印象。

4年前,谭先杰误吞一枚枣核,因为枣核坚硬,且两端尖锐锋利,所以他一直担心这枚枣核会令胃肠道穿孔。因为担心悲剧发生,他两次从自己的排泄物中寻找枣核。

当枣核终于找到了,他在文章中激动地写道:我是一名优秀的医生,一名曾经在手术台上和前辈一起找过微小病灶的医生!一枚小小的枣核,又怎么能难得住我?我简直太棒了!虽然无人喝彩,但这挡不住我一个人的狂欢。

## 国家中西医结合医学中心正式运营

# 为群众提供全周期中西医协同服务

中青报 中青网记者 夏瑾

10月25日,国家中西医结合医学中心揭牌仪式在北京中日友好医院举行,该中心正式启动运营。

国家中西医结合医学中心的特点就是突出中西医协同。中西医结合诊疗服务的突出优势表现在 治未病和 慢病管理 等方面,同时具备应对重大突发公共卫生事件的医疗救治能力。中日友好医院院长周军说。

在国家医疗队赴武汉新冠肺炎疫情防治、北京地坛医院新冠重症患者救治工作中,中西医结合治疗都发挥了重要作用。周军表示,此外,以中医文化为引领,打造出亮点突出、特色鲜明的综合医院中西医结合协同的样板。

国家中西医结合医学中心将以医疗质量安全为根本,以提质增效为导向,以现代信息技术为手段,以中医文化为引领,打造出亮点突出、特色鲜明的综合医院中西医结合协同的样板。

### 让人民群众享受两种医学带来的双重健康福祉

今年7月29日,国家卫生健康委网站发布《国家卫生健康委关于设置国家中西医结合医学中心的通知》,要求以中日友好医院为主体设置国家中西医结合医学中心,带动全国中西医结合领域建设与发展。国家中西医结合医学中心选择落在中

日友好医院并非偶然。周军告诉中青报 中青网记者,医院已有38年的中西医协同工作基础,具备完善的中西医结合学科体系,已开展了多个中西医结合门诊、多学科会诊和中西医结合并用等临床服务模式,遴选出了适宜中西医结合诊疗的专业、病种,制定了相应的诊疗指南和方案,建立了中西医协同医疗质量控制标准体系。在此基础上,还建立了多个单学科为主、多学科交融的诊疗平台和老中医工作室,开展各项中西医结合临床、教学与研究等工作。

记者了解到,医院现具备涵盖多个专业、独立设置的中西医结合或中医科室20个,中医科室病床214张,中西医协同类科室病床234张。医院有中医/中西医结合医师235名,业已形成名老中医药专家学术思想传承、临床与基础研究结合、道地药材开发的优势与特色。

中西医结合潜力巨大。揭牌仪式上,国家卫生健康委党组成员、国家中医药管理局党组书记余艳红表示,国家中西医结合医学中心要坚持疗效为核心,聚焦重点病种,特别是肿瘤、糖尿病、高血压、慢阻肺等,创新中西医协作模式,让人民群众享受到中西医结合带来的双重健康福祉。

### 中西医协作模式将如何聚焦慢病管理

中西医协作模式将如何聚焦慢病管理?周军院长告诉记者,以肿瘤为例,中日友好医院中西医结合肿瘤内科学经过



10月25日,国家中西医结合医学中心揭牌仪式在北京中日友好医院举行。 中日友好医院供图

40年的临床实践和科学研究,已形成了一套中西医结合治疗肿瘤的方案,针对食管癌、肺癌、乳腺癌、结肠直肠癌、神经内分泌肿瘤等,由中医、西医、内科、外科,多学科形成综合治疗方案,特别是将中医治疗融入中西医结合方案中,形成对每个肿瘤患者的个体化方案。这样,首先可以提高肿瘤治疗的有效率;其次,中西医结合可以延长肿瘤患者带瘤生存期;第三,可以减少放化疗不良反应。

周军院长告诉记者,以食管癌病人为例,中西医结合的治疗方案:这位患者前来就诊时已是局部晚期,进食相对困难,

伴有疼痛。医疗团队用中医扶正通膈方联合西医的免疫、化疗,经过3个周期的治疗,基本打通食道,肿块消除。此时再进一步与胸外科合作,通过手术治疗,切除肿块,发现已经没有癌细胞了,形成了完全治愈,即病理学治愈。

许多循证医学研究证明,中西医结合治疗的效果显著优于单纯中医或是单纯西医,中西医结合是中国医学发展的必由之路。国家中西医结合医学中心主任余艳红院士说,当今,世界现代医学从微观走向宏观,而中医从宏观走向微观。中西医相向而行,相互渗透,不仅是技术的

简单融合并用,更是中医药原创思维与现代科技的双向奔赴。

全小林院士告诉记者,未来,中心将继续发挥中西医结合诊疗服务在治未病和慢病管理方面的优势,将中西医结合诊疗用于慢病诊疗和健康管理,全力打造全国中西医结合高地,推动中西医结合事业的高质量发展。

### 探索医疗机构内具有中国特色的创新综合诊疗模式

期待更多青年中医、中西医结合医学人才加入

周军向记者透露,中心运营后,将遵循 夯实基础,整体布局,先内后外,加强辐射 原则,在组织机构、医疗服务、科学研究、人才教育、学术推进、产品产业、对外辐射能力七个方面组织力量,迅速而稳步地推动各项工作。

根据计划安排,中心将开展中西医协同理论及思维培训,将中医与西医最先进的理论知识和最有效的实践经验加以整理,全方位、多层次地认识疾病,从中体西用的中西汇通到 学术思辨的 中西医结合,形成中医与西医的思维融合。

未来,中心还将梳理具备中西医结合诊疗优势的病种、疑难危重病种以及优势环节,加强推进中西医结合多学科会诊、中西医联合门诊和中西药物联合应用等临床服务模式,形成中西医结合临床诊疗方案,制定明确的具有中医类别医师参与的院内会诊、多学科诊疗管理等相关制度和流程。遴选优势病种和特色诊疗技术并制定相应诊疗指南和方案,并以此为基础,以信息化手段促进中西医协同诊疗流程在院内开展,力求中西医结合在

找到枣核后,谭先杰决定把这个故事分享出去。但是马上要去给基层医生讲课,他没有时间写,只好在去会场的路上,通过手机录音的方式,先口述着把思路记录下来。谭先杰回忆,光口述录音就将近半个小时。

找枣核的故事发生在南京,南京的授课活动结束后,在回北京的高铁上,谭先杰就把这篇文章整理好了。他记得,文章写完时,高铁正路过济南。

由于风格幽默,作者真情流露,文中涉及的医学知识也通俗易懂、专业准确,所以文章一经发表,就被广泛转载,其中既有《人民日报》、新华网等官方媒体,也有粉丝量巨大的自媒体。

网友评价这篇文章说:这篇文章既有科教性,又感觉好调皮呀!这是当医生作为普通人的换位思考。

谭先杰说,他是家里性格最开朗的孩子。他出生的时候,母亲40岁,父亲已经50岁,家里还有两个哥哥。谭先杰的老家有句老话:皇帝爱长子,百姓爱么儿。虽然母亲早逝,生活贫寒,但是谭先杰受到的疼爱并不少。

后来,谭先杰考入华西医科大学(现四川大学华西医学中心),并以连续3年每学期年级第一的成绩被选送到北京协和医院实习。

工作3年后,谭先杰又以优异的成绩考取了我国著名妇产科专家、中国工程院院士郎景和的博士研究生。2012年,谭先杰开始专心做科普工作时,他已是教授、博士研究生导师,并作为主要完成人获得过国家科技进步奖二等奖。

如果说,开朗乐于分享的性格、过硬的专业知识是谭先杰做科普的内部保障的话,那么北京协和医院支持做科普的氛围则是他的外部保障。中国科学院院士、北京协和医院原院长赵玉沛在《子宫情事(上)》的推荐语中写道:向公众普及医学知识既是医生的社会责任,也是促进医患互信与和谐的重要手段,协和一直都重视医学科普宣传。

诚实自然,是谭先杰科普作品的底色,也是我作为一个完整的高级生命体的精神追求。《协和妇产科医生手记》中这样写道。

在这本风格独特的书中,谭先杰除了记录像 枣核 这样的故事之外,还记录很多发生在妇产科手术前后的故事。其中一个故事的主人公是一位9岁女孩,这位女孩儿右侧卵巢囊肿蒂扭转,导致腹痛、呕吐。女孩很瘦弱,腹部厚度可能都没有超过20厘米,从肚脐周围可以清楚地看到腹主动脉搏搏。

像书中其他故事一样,谭先杰结合这个9岁女孩的故事,科普了一个知识点:小手术,尤其是青春前女孩的盆腔肿瘤要特别引起重视,警惕卵巢恶性肿瘤等恶性肿瘤。

谭先杰给女孩做手术前,心突然紧张了,感到握刀的手有些颤动。我停下了,吸口气,找回了(做手术的)感觉。事实上,女孩的手术并不复杂,是我的内心比较复杂而已。不用说给小孩做手术,每次看见小孩进手术室,我就难受。谭先杰在书中写道。他分享了等自己孩子做手术的感受,在手术室门口等待的那一个小时,仿佛是一个世纪。

合上《协和妇产科医生手记》,读者会在书的封面看到一段郎景和院士的评语:谭大夫在书里写了医生、写了医学、写了病人,写得都像故事,但我以为并不是故事,而是真实写照。医生的本质和医学的本源是真实,包括我们对疾病的诊断治疗,包括我们和病人、同事的谈话,真可能是我们最重要的底色了,当然还有善良,还有美好。这一切构成了谭大夫写作的基本背景,也是我们行医的出发点。

治未病、慢病管理、疑难危重症和新发突发传染病救治中更好发挥作用。

同时,中日友好医院也将强化综合医院中西医结合意识,把建立中西医结合发展机制纳入医院章程,并在中西医结合绩效体系中充分体现。通过科学管理手段鼓励和引导提供中医药服务,为全国非中医类医疗机构提供中西医结合绩效考核范式。医院还将强化西医学科与中医治疗优势病种之间的结合,通过对西医临床学科及医护人员培训及管理,深化中西医结合模式,为在医疗机构内发展具有中国特色的创新综合诊疗模式提供借鉴。

国家中西医结合医学中心将围绕着以人民为中心,以疗效为导向,以研究为驱动,为解决世界医改难题奉献中国智慧,提供中国方案。全小林说。

### 期待更多青年中医、中西医结合医学人才加入

据了解,国家中西医结合医学中心现有院士2人、国医大师2人、全国名中医3人、岐黄学者5人、首都国医名师9人、首都名中医5人、首都中青年名中医1人、全国名老中医药师承指导老师34人。

中国科学院院士全小林教授、中国工程院院士王辰教授、国医大师倪惠祥教授、许润三教授担任中西医结合学科群领军人,中心汇聚了张代钊、李佩文、史载祥、张铁忠、阎小萍、李平、姚树坤、金明、张洪春、白彦萍等多领域国内外知名中医、中西医结合医学专家,还有多名优秀中青年各学科临床和研究骨干,形成了良好的学科人才梯队。

科技是第一生产力,人才是第一资源,创新是第一动力。周军表示,未来,国家中西医结合医学中心要继续突出学科和人才队伍建设支撑,将中心建设成为拔尖人才的聚集地,吸引更多优秀的中医、中西医结合医学人才,特别是中青年人才加入,并积极推动优秀人才科研创新积极性,进一步有效释放创新活力,提升协同创新能力。