

医学是科学，更是人学 -- 王辰

我还是第一次站在这样的一个讲台上，跟学生们进行互动。我想健康对每个人都是至关重要的一个问题，所以大家一定对自个儿健康，哪怕是年轻的时候，身体很好的时候，事实上也是很关注的，因为我们临床的生涯中看到的年轻病人并不少，说明大家确实存在健康的问题。如果我们这个人群，这个民族、国家、人类，要维护住自身健康的时候，最大的主力人员当然就是医护人员，因此对医生的要求那是非常高的。而我们知道，医学的作用又是非常有限的，我们是越学医就越知道医学之不足，就越觉得我们在手里边的技术武器之有限，因此呢，医学真不是万能的。

真正的健康的维护，医学是一个帮手，这个主要的责任在自己手里边。一个很重要的影响因素大家也都知道，也都想到，就经常劝大家保持心情愉快，人的情智是有很多方面的。喜怒忧思悲恐惊啊，这些都是说，这样的一种心理状况。实际上这个喜怒忧思悲恐惊就像赤橙黄绿青蓝紫一样，深究一下，像三原色一样。心态的最本源的东西是什么呢？想想看，大家如果是只能选两个的话，大家想想是什么？喜和悲，还有吗？喜和悲之外，怒，还有呢？忧，思。心态的最本源的东西是什么呢？一种是爱，它从你生命里面最原始的那一端发出来的一种情感。再一种就是跟爱对应的，不是恨，跟爱对应的是什么呢？实际上是怕，是恐。为什么呢？因为动物在生存中，它只有说是爱，它能够繁衍；它只有能够知道怕，它才能够生存。实际上维护健康的话，也是最基本

的是由于爱。爱自己也好，爱家人也好，要维护健康。怕的话呢，你怕生病，怕这个东西来伤害到你，这个也是维护健康的一个因素。

另外，你的生活方式一定是尽可能健康的，比如说你避免吃有害的食品，有害的食品含毒的、被污染的，这些大家都知道了。但实际上高脂的呢？高盐的呢？或者其它的因素呢？也都是属于有害的。比如说吸烟，比如说酗酒，过食，不运动，睡觉过少，甚至过多，也都不好，等等这些。

我想在这儿跟大家提一个醒啊，因为大家这么多年轻人，我不知道在座的有多少吸烟者，能举下手吗？看来我们这里边的比率还不是太高，不错。二十世纪最不争的医学结论，就是吸烟危害健康。它是基于大人群的，超几十年的，半个世纪以上这样观察，所得出来的一个吸烟对健康有害的结论。它的成分能够有几千种之多，它的有害成分至少有几百种之多，它其中的致癌成分呢，至少有几十种之多。而且这个肺脏，它是很大的一个面，吸进烟去以后，它的有害成分能够迅速到全身去。大家都知道现在雾霾有害对吗？像我们一个一般的房子里边，抽上一根烟的话，你知道 PM2.5 测一下能到多少吗？我们测过，一个大概三十平方米多一点房子里，一根烟抽完以后，PM2.5 陡升到七百多以上。知道烟大概是个什么，更何况你像对着烟囱嘴一样的，把烟吸到肺里边去呢。

在国际上的一个吸烟人群里边，有三分之二的吸烟者都有戒烟的愿望，而且确实要戒烟。在中国有三分之二的吸烟者是没有戒烟的愿望，而且不想戒烟，老是找各种各样的理由。有人就在饭桌上会笑眯眯地跟你说：“那你说这个吸烟有害，咱们看看是这个熏肉容易烂呢，还是鲜肉容易烂？”你忍不住问问他：“我们这逻辑不会差到这程度吧，熏的那个肉的对象是活肉啊，还是死肉啊？你把肉放到福尔马林里边，它更不容易烂。”但当时你会看到一桌子人，都是迎合的笑脸，都特以为然。由此我们不得不质疑一下是不是其中的吸烟者的智商也受到一定的损伤。这就是说，这种例子太多了！还在传什么什么人抽烟能够活得最长，我爷爷抽烟活了九十多呢，然后以此来印证抽烟的好处。你怎么准知道，你爷爷要不抽烟的话不活到一百多呢？有人讲，我切身地体会，我要是不抽烟呀，我写不出东西来，还就是靠抽烟，我才能写得出东西来。听到过吧，这个烟草是万历年间才传入中国，对吗？那你在这之前的李白、杜甫，他抽烟吗？对！你看他说的跟他们一模一样，说李白不抽烟，他喝酒，也就是要奔放。那我问问你是这个司马迁抽烟呢，还是司马光抽烟呢？那这个《史记》和《资治通鉴》都是怎么写出来的呢？不说话了。

吸烟成瘾者大部分都不是一个简单的行为，它是一种病，对于吸烟成瘾者，我们叫作烟草依赖，是烟草里边的尼古丁，它使人不吸烟的时候，神经里边一种介质的变化让人坐卧不宁。烟瘾犯了是什么？烟瘾犯了实际上就是，这个烟草依赖的症状发作了。

当他吸进尼古丁的时候，这个症状能够缓解下来，当他一段时间没有尼古丁以后，他就会发作。所以大家知道吗？吸烟者实际上他的幸福度，吸烟的时候他跟我们是相仿的，他不吸烟了以后，他会因为烟草依赖，幸福度有所降低，然后他吸烟之后，这个幸福度才能够再有所回归。它是从负到零的过程，而不是吸烟以后，从零高过我们正常人的到正的过程，知道吗？吸烟是人类若干种的可控致病因素中最可预防的一种。未吸烟者一定深存戒惧之心，不要抽上烟。已经吸烟者，一定要积极地戒掉烟，这个才是危害了健康的一个重要的方面。

维护健康的最大的主力人员当然就是医护人员。因此对医生的要求是非常高的，他本身的科学素养，他的人文素养，都必须完成能够满足对人进行身心照护的作用。自古以来，我们都说医生看病有三个法宝，这三个法宝是什么呢？医生自古以来看病的三大法宝是：第一个语言、第二个药物、第三个刀械，包括手术刀和器械。这个语言啊，实际上是医生用来跟病人打交道的一个最关键的方式和方法。一个医生，他跟你讲清楚你的病的来龙去脉，告诉你出现的可能性和需要注意的事项的时候，当你充满病痛以至于精神上有很大的负担的时候，这时候出现一个好医生，他给你讲清楚这些事情，再辅以技术性的手段，让你真切地感受到这个病痛的去。这一点呢，就是医生他本身所需要讲的这样一个作用。所以我在想就是关于医学的问题，医生的问题，医生要会做医生，患者其实也要会做患者。

现在大家知道医患关系好像是挺紧张的，这是个很奇怪的事情。医患关系实际上是人际间最美好的关系之一。一个人生病了，这个人需要照护，来了一个人，这个人有很好的人文素养；这个人也掌握了当今所能代表的现代的医学科技，能够帮助诊断清楚你是什么病，来照护你的人呢叫作医生，叫作护士。那你想这种关系出现，它是人间多温暖的一个关系呢。

在我刚当医生，二十年以前的时候，那个时候医患关系真的是很协调，很美好。当年我当住院总医生的时候，到急诊室被叫过去会诊过一个病人，是个十几岁的年轻民工，发病昏迷被送到这来，送他的人呢，送到这就跑了，可能是他一个老板，大概是。结果这个人就被扔在急诊室里边，去检查的时候就说是发烧，休克，但是血压掉了，不知道什么原因。怀疑感染，一拍 CT(电子计算机断层扫描)，马上(显示)心影后大片肺炎，病因也清楚了，是一个肺炎所引起的感染中毒性的休克。这样的病人必须收到抢救室里边去，进行重症监护治疗，血压已经到了极低的水平。那没有钱怎么办？这样的话，我说我来签字，这样就给收进去了。病人经过治疗以后，一天比一天好，一天比一天好，血压上来，这个氧合好转等等这些的。到了第七天的时候，那个床空了，还留着拔针头的血迹在上面，这人没了。为什么呢？逃了，他怀疑费用太多，就逃跑了，这样的情况。你知道那个时候是什么情况？是 1988 年左右的这个时候，当时押金是七百块钱收入医院，我记得很清楚。我签的这七百块钱字，就意味着可能这七百块钱由我

来承担那个责任了。 当时奖金才多少钱， 我记得奖金才几十块钱，但没办法，那你慢慢还呗，反正毕竟活了一条命。结果让我们感动的是，十天之后，一个河南的农村老汉颤巍巍地来了，说这住过一个孩子吧，那是我儿子，孩子不懂事，大夫给治好病还跑了，家里也挺穷的，变卖了好多东西，然后现在不知道多少钱，带了一千块钱来，不知道够不够。当时我们心里是很感动的，你想想看，这世界上它是自有公道的。你知道医生他在想着说，真不是想那么多功利的东西，只要你心存善念，这点的话会得到社会的理解和回报的。所以医患关系什么时候都是最值得珍惜的关系。

现在出现的有些情况，我们只能称之为医患关系的异化。我想起我亲眼见到的，就是我去儿童医院办事情，正好看到护士在给患儿扎针，扎针的时候，患儿就是哭闹啊，脸红红的，发着烧，一看就是病孩子。这护士扎了两针没扎进去，也急得满头是汗。这时候你知道发生什么了吗？旁边的家属不是帮护士扶住孩子和帮助护士完成这个操作，而是一拳打向了护士。这种医患关系的异化最终损害的不是医生，这些人可以不干这个，这些人智商都不低，他可以去做别的，但这个时候他怎么办呢？一定是不可以这样子的。所以大家希望共同爱护医务界就是“健康中国”最重要的方面，就是真正地维护老百姓的利益的最根本的体现，这绝不是我们这个行业的私利。而在“健康中国”如果像大家所言的生理上和心理上都能够身心俱泰的话，我们整个社会人际关系的

宽松和相互的宽容、相互的扶助，这个显然是营造“健康中国”的一个重点的构成，人生幸福的一个极为重要的要素！谢谢！