

名医出诊

健康时报编辑部 编著

顶级名医

带你认识疾病，关注生命！



中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

名医出诊

MINGYI CHUZHEN

健康时报编辑部 编著

中国科学技术出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

名医出诊 / 健康时报编辑部编著.

— 北京: 中国科学技术出版社, 2015

ISBN 978-7-5046-6591-1

I. ①名… II. ①健… III. ①疾病-防治-基本知识 IV. ①R4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第084886号

编委会 健康时报编辑部

执行人 左娇蕾

出版人 苏青

策划编辑 肖叶

责任编辑 郭璟

封面设计 阳光

责任校对 林华

责任印制 马宇晨

法律顾问 宋润君

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街16号 邮编: 100081

电话: 010-62173865 传真: 010-62179148

<http://www.cspbooks.com.cn>

科学普及出版社发行部发行

鸿博昊天科技有限公司印刷

*

开本: 720毫米×1000毫米 1/16 印张: 18 字数: 330千字

2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5046-6591-1/R·1724

印数: 1-10000册 定价: 36.00元

(凡购买本社的图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

前言

《名医出诊》专栏是健康时报的经典栏目，每期会推出一位中华医学会各分会主任委员、副主任委员等全国级别的名医。记者走进名医的诊室，跟他们一起出诊，采撷一手的健康新闻，把专家最想传达给公众的科普知识写出来，广而告之。

看过名医门诊的患者会发现，名医跟一般的大夫确实有所不同，除了医术高超，他们还很会讲话。记者在采访中也发现，他们之所以会讲话，是因为他们的眼里不仅有疾病，还有患者这个完整的人。正如北京协和医院郎景和院士所言：

“医生不是修理机器的工人，面对的不仅仅是一个生了病的器官，而是一个完整的、有血有肉，和周围有着千丝万缕联系的活生生的人。”

相信您看完这本书，不仅能找到自己想要的医学科普知识，还能感受名医的人文关怀。患者和医生本是一家人，大家共同的敌人是疾病，只要我们彼此信任，一定会将疾病控制住，无论得的是常见病还是危重病，都不会影响生命质量。只要用心对待生命，每一天都是精彩的。

目录

第一章 妇儿科

- 孕妇快乐 孩子健康 2
- 小儿癫痫要量化管理 7
- 跟孩子打交道不能急躁 11
- 试管婴儿早做易成功 16

第二章 心理

- 帮心理障碍儿童归队 22
- 总想不开要看精神科 26
- 看病就像哄孩子 31
- 拿不起放不下或是焦虑 36

第三章 内科

- 看病先“相面” 42

- 久咳不愈病因多 46
- 治心脏病要做“减法” 51
- 治癫痫要深挖病根 55
- 关注心脏要捕风捉影 60
- 消化系统很有“情绪” 64
- 和房颤作斗争要耐心 69
- 治慢性病先要改正不良习惯 73
- 看病是一场博弈 78
- 治脑血管病先除焦虑 82

第四章 骨科 外科

- 手术不是万能的 88
- 脊柱疾病要会带病生存 92
- 有骨病也要锻炼 97

得了骨病先改坏习惯 101
治脑病要四两拨千斤 106
神经疾病容易乱投医 110

第五章 肾病 男科

肾病是个富贵病 116
与病为伴，与医为友 120
有些病必须等等看 125
给患者开个定心丸 129
治风湿病先“调平衡” 133
看男科是场持久战！ 138

第六章 肝病

肝病要进行规范治疗 144
肝病三个月复查一次 148

第七章 肿瘤

看肿瘤忌盲目和过度 154
带癌生存是第一课 158
癌症治疗是一门艺术 163
早期癌症可治愈 167
射频消融针有效治肝癌 172
肺癌防治关键是“早” 177
打好中西医“组合拳” 181

肿瘤其实没什么 186

第八章 血液

干细胞移植要算好账 192
治血液病要顺其自然 196

第九章 耳眼鼻喉

耳鼻喉疾病最怕拖 202
青光眼术后别大补 207
高危人群早查眼底 212

第十章 其他

治皮肤病最忌常换大夫 218
正畸为健康添自信 223
成人三成有慢性疼痛 227
防慢病要会精细生活 233
福尔摩斯医生尹佳 237

附录 1 100 种疾病谁治
得最好？ 242

附录 2 中国医生体验美国
最牛科室 272

第一章

妇儿科

- 孕妇快乐 孩子健康
- 小儿癫痫要量化管理
- 跟孩子打交道不能急躁
- 试管婴儿早做易成功

中华医学会妇产科分会副主任委员张为远：

孕妇快乐 孩子健康

+ 专家简介：张为远，北京妇产医院副院长，中华医学会妇产科分会副主任委员，中国医师协会妇产科分会副会长，中华医学会围产医学分会常务委员，妇产科学会北京分会副主任委员。

+ 擅长：高危妊娠管理，产科出血及妊娠合并症、并发症的诊治。

【门诊见闻】

虽然是特需门诊，一上午近四个小时，张为远看了将近30名孕妇，若再把拿回检查单子二次问诊的次数算上，就差不多有50人次了。

产科门诊与其他科室门诊相比，总能多不少轻松、不少欢笑。最逗乐的是一位很健谈的时尚准妈妈，她这样回答医生“末次月经什么时候”的提问：“我最后一次来月经的时间是去年农历十月十八。”

这下可逗乐了在场的医生和护士，21世纪的年轻人，居然还用农历来计时。门诊时间有限，为了不耽误其他孕妇，医生继续问诊，随诊护士赶紧掏出手机，开始查看万年历，把农历日期转化为公历日期。

农历公历同时出现，张为远感叹：“有点乱，咱们从头再顺一

次”……这才把末次月经时间、孕周多少等核对清楚。

也有孕期状况异常的准妈妈，让医护人员揪心不已。一位孕妇落座后不问诊，先问：“能不能让家属进来陪着？我心里没底。”按规定，这一请求只能被拒绝。

张为远紧锁眉头查看了患者的就诊资料后，轻声问了一串问题：“您今年多大？做什么工作？是第几次怀孕？家里有孩子没？男孩女孩？健不健康……”之后，才告知孕妇胎儿患有严重的先天性心脏病、胸腹水，孕妇有羊水过多等异常情况，并建议她放弃这个小孩。

劝解和鼓励性的话语说了很多，孕妇就是一直不说话。纠结了很久，张为远似乎意识到对方的意图，再这么僵持也只会影响后面的患者，又从如果不放弃，应该怎么做，后果会怎样的角度给对方讲了一通，末了，还给开了点药，并告知“那药不贵，就是缓解你羊水过多症状的。”没想到的是，几轮问诊过后，这位孕妇又回来了，拿着问题清单，又把刚才已经说清的问题细细地再问了一遍，张为远依旧耐心回答。

怀孕已经不是一个人的事情，现在是一个人怀孕，全家人操心。随着信息社会的知识普及，很多准妈妈反而容易听得过多，引发孕期焦虑，还有些人对优生优育的理解就是大吃大喝，结果造成孕期营养失衡。张文远有四个主要提示：

【备孕时记准末次月经】

门诊现场：有几个问题，面对门诊每一位孕妇，张为远都会问道：“末次月经是什么时候？一般多长时间来一次月经？每次月经持续几天？”记者在随张为远出门诊时发现，有些孕妇难以回答清楚这些问题，也没有意识到这些问题的重要性。

张为远：记准月经周期是为了准确推算孕周和胎儿生长的周期。时间算准了，才能知道胎儿的生长状况是否存在异常，是过大了还是过小了等。一般情况下，女性月经周期为 28 天左右。孕周的计算是从上次月经来潮的第一天算起，受孕一般在下次月经来潮前两周左右。需要提醒大家的是，女性月经周期异常，要排除相关疾病后再考虑能否受孕。

【四类孕妇要羊水穿刺】

门诊现场：一位在地方医院做过唐氏筛查，被确诊为高危并建议其做羊水穿刺的孕妇诉苦：“网上说，羊水穿刺有 1% 的流产率，我没敢做。”

张为远：唐氏筛查是通过母体血液中的一些激素水平变化和孕妇的年龄等推算胎儿的风险系数。为了获得一个健康的宝宝，排除胎儿染色体异常的可能性，我们建议做羊水穿刺。穿刺过程中一部分人可能因此造成子宫收缩，从而引发流产，但这个概率是很低的。能行羊水穿刺检查的医院不多，医生操作很谨慎，有预防和治疗手段。除唐氏筛查高危人群，35 岁以上孕妇，家族有遗传病（如血友病、地中海性贫血等）或以前生过有染色体方面异常孩子的孕妇，建议做羊水穿刺。

【怀孕后吃大锅饭】

门诊现场：超重孕妇还真不少。张为远提醒一位准妈妈：“您可不能再敞开肚子吃了”。孕妇答：“米饭吃很少，就吃燕窝、海参。”

张为远：有调查显示，超过七成准妈妈超重；体重增长超 20 千克的不少见。超重非但保证不了胎儿营养，还会影响胎儿健康。更

严重的后果是，容易出现巨大儿（新生儿体重超过4千克），剖宫产率也因此居高不下。还可能引发妊娠糖尿病、妊娠高血压等。怀孕了，家人吃啥你吃啥就够了。孕早期最好清淡点，少食多餐，多吃点富含碳水化合物的食物和富含叶酸的食物；孕中晚期适当增加鱼、禽、蛋、瘦肉、海产品、奶类的摄入量，常吃一些含铁的食物，少吃刺激性食物。

【怀孕了莫太焦虑】

门诊现场：准妈妈担忧：“我睡觉时手有点抽筋，是不是孩子出了什么问题啊？”“我怀孕长了30多斤，会不会生一个巨大儿啊？是不是必须得剖腹产啊？”“我都怀孕40周了，孩子怎么还没动静啊，我要不要住院啊？”

张为远：我经常提醒孕妇：甭着急、顺其自然。很多现象，不是非此即彼一下子就能断定是有问题还是没问题的，可能别人怀孕38周就生了，你怀到41周才生，这都属于正常范围。再比如，你B超没看到孩子的脸，可能溜达溜达活动活动，孩子转动了，再拍B超孩子脸就又能看到了……所以，不要着急，不要焦虑，自信、开心的妈妈生的孩子才更健康。做到科学保健、顺其自然是最好的。

【记者手记】

张为远有两句口头禅：“没事”和“知道为什么吗”。近4小时看了将近30位孕妇，他说了30次“没事”。

“没事，（胎心）1分钟跳150次也正常。知道为什么吗？”张为远说：“就跟人走路跑步心率有快有慢一样，他也是人，心率也是随胎动变化的。”

一位 38 岁的孕妇转氨酶偏高。张为远看过后安慰她：“没事，别和心理负担，知道为什么吗？真正严重的情况是数据翻倍地增高，咱顶多多查几次。”

对孕妇而言，“没事”是最愿意听到的诊断了。对于患者而言，“知道为什么”是本该拥有却又很难获得的就诊权利，因为时间太短。

张为远的患者很多，她们总是自己还没有生产，就又介绍朋友或亲人找他。

中国外科之父裘法祖曾说：“我从医已经 65 年，常扪心自问，杏林行走 65 载，是否让每一个经过我诊治的病人感到温暖，是否做到了想病人之所想，急病人之所急。”

“医者父母心，急患者之所急”，这是每一位医生应有的职业操守。（余易安）

中华医学会儿科学分会副主任委员秦炯指出：

小儿癫痫要量化管理

+ 专家简介：秦炯，北大医院儿科主任，中华医学会儿科学分会副主任委员，全国小儿神经学组组长，中国抗癫痫协会副会长，北京抗癫痫协会会长。

+ 擅长：癫痫、神经遗传病等小儿神经系统疾病。

【门诊见闻】

从早上8点到中午12点15分，秦炯接待了15个患儿。记者印象最深的是一个江西12岁患儿的就诊经历。

2012年上半年，体育老师告诉父母，孩子在上课时突然摔倒，表情发愣。自此，一家三口平静的生活被彻底打乱。在来北京之前，为了给孩子治病，他们已经举家迁往广东。但一年过去了，孩子的病情仍然不见好转，所以就想到来北京找秦炯。这次，为节约旅费，父亲并没有一同过来。

“从去年至今，犯过多少次病？”

“无数次。”

“怎么可能呢？你说得具体一点，一个月有多少次？”秦炯继续追问。

“每个月大概两三次吧，多的时候五六次。”家长妈妈想了想回答。

“那我们估算一下，一年有50次左右，对吧？”秦炯一边记录，一边接着问：“每次发作有些什么表现？只是头晕吗？有什么表情？每次发作完后意识清醒吗？”

“有多少次发病时摔倒了呢？站不稳也算一次。”孩子妈妈刚回答完，秦炯继续追问。

“摔倒前孩子有些什么表现？是走着走着摔倒的，是站着就摔了，还是先晕一会儿再摔倒？”

“发作时，一般情况下要持续多长时间？在晕多少秒之后再摔倒？摔倒后多久恢复意识的？”

“在第一次发病之前，孩子有没有出现过头晕、呕吐的现象？”

秦炯一边不停地发问，一边详细地记录。在一次又一次回忆病

情中，孩子的妈妈开始哽咽，这时，秦炯没有去安慰，反而劝阻她不要乱了阵脚。秦炯严肃地说：“孩子的病情没有严重到不能治疗的地步。我们不是正在一起想办法吗？你是孩子的妈妈，要学会坚强，你这样的表现会给孩子带来多大的伤害！”孩子的妈妈迅速地止住了哽咽。

对于这个初诊患儿，秦炯的问诊长达 40 分钟。

秦炯告诉记者：“在儿童神经系统疾病中，癫痫占到一半以上。好在治愈率比较高，能达到 70%。关键是要摸清病情，找准病因。如果大脑里没有病灶，只是存在异常放电，治好的希望是很大的。”不过，在随诊中，记者也发现，儿童癫痫存在病情复杂，家长描述模糊、情绪化严重等问题。秦炯有四个提示：

【记录病情越细越好】

门诊现场：对于初诊患儿，秦炯都会问得十分详细，半小时以上的问诊并不鲜见。很多家长对孩子发病细节的记录严重欠缺，面对问诊，只能以“好像”、“可能”来回答。

秦炯：每个患儿我都要问透，所以病情记录越详细越好。不少家长带孩子来看病，一问孩子病情，只能说“很严重”，“很长时间”，“经常发生”。一追问，具体到什么程度，却回答不上来。家长可以准备一个小本，像写日记一样，每天都记录一下。特别是发作时间、详细的行为描述、发病阶段持续时间、每天的用药种类和剂量等，这些都有助于医生诊断。

【家长情绪不要紧张】

门诊现场：有的孩子就坐在身边，家长说着说着就哭了。有的

家长因为挂不上号，急得给医生下跪。有的家长带孩子看病，常常是多位亲人一起进诊室。

秦炯：有时多位家长一起进诊室，大家七嘴八舌的，医生不知道该听谁的，给孩子也造成很大的心理压力。初诊最多有两个熟悉病情的家长带孩子进诊室，复诊时仅需一个家长。如果孩子病情稳定，家长对病情记详细，偶尔孩子不过来也可以。需要重申的是，家长的心态对孩子影响非常大，如果家长惊慌失措，孩子会更加痛苦。不要以为孩子什么都不知道，其实他们心里非常明白。

【脑电检查半年有效】

门诊现场：有的患儿在其他医院做过脑电图，秦炯看完之后，又让再查一次，有些家长不太理解。

秦炯：脑电图是癫痫诊断最重要的辅助检查，有助于医生对病症进行分类和制订治疗方案。只要做过脑电图，不管是什么时候做的，每次就诊都要带上。一般来讲，如果孩子病情比较稳定，半年之内可以不用再做。若不稳定，即使半年内做过，还是有必要再做的。有些患儿常规脑电图记录是阴性，复查脑电图时可加做蝶骨电极，这样可以更加准确地监测前颞叶和额叶放电。电极检查对身体没有不良影响。

【血药浓度最好监测】

门诊现场：家长抱来一个胖小子，才一岁多，已经明显超重。还有一个五岁多的孩子也是一个肥胖儿。

秦炯：丙戊酸是治疗癫痫的常用药，部分患儿服药后食欲旺盛，体重增加过快，甚至肥胖。这与内分泌失衡无关，主要是因为食量

太大所致。对于这类患儿，家长应有意识地控制孩子的主食摄入量。抗癫痫药都可能会出现一些副作用，有条件的话，对某些药物可做血浓度监测。医生按常规给药，患儿由于存在代谢差异，同一药物、相同剂量，有的孩子可能不够，有的孩子可能出现不良反应。因此查血药浓度，是非常利于个体化用药的。

【记者手记】

“快给爷爷问好”、“快让爷爷看看”，家长常用这些“引导语”。每每此时，40多岁的秦炯总是乐呵呵说：“怎么啦？快过来，让我看看。”刚才还决心与父母抗争到底的患儿，在秦炯拉拉手，抱一抱，逗一逗之下，很快就乖乖地接受检查。

听到一个家长说，因为偶尔犯病，就不再让孩子上体育课，秦炯急了：“一年累计犯病时间加起来也不过20分钟，别的时候都好好的，你们怎么能不让孩子上体育课呢？”

秦炯说：“孩子缺乏锻炼是小事。同学们都上体育课去了，让孩子一个人坐在教室里边，心理上的创伤可比癫痫严重得多。你回去快让孩子上体育课。”

就这样，在既治身病、又治心病的秦炯帮助下，一个又一个的癫痫儿童重新回到了操场上，与同学们一起蹦蹦跳跳地上体育课。

“消除偏见，走出阴影”，这是国际抗癫痫联盟和世界卫生组织倡导的全球性抗癫痫运动的主要目标之一。秦炯更是把这些理念落实到日常诊疗中，让全社会都能够正确对待癫痫患者。（吴润果）

上海儿童医学中心发育行为儿科主任章依文教授：

跟孩子打交道不能急躁

+ 专家简介：章依文，主任医师、教授，上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心发育行为儿科主任，上海预防医学会妇幼保健专业委员会委员，上海市儿科临床质量控制中心专家委员会成员。

+ 擅长：儿童认知、语言和行为的评估及个体化的治疗建议，儿童发育迟缓、学习困难、语言障碍、发音异常、孤独症、多动症和抽动症的诊治。

【门诊见闻】

一个在上海某艺术学校读小学的小女孩由父亲带着来到儿保科章依文教授的门诊，父亲说老师反映孩子经常注意力不集中，经常和同学说话，成绩不理想，老师怀疑是多动症。

在门诊室，小姑娘被问了几句话，虽然默不作声，眼泪却不停地往下流。

章教授并不认为她就是简单的多动或注意力不集中，因为孩子在看病时的默默流泪引起了章教授密切的关注，这些孩子很可能存在一些担忧或委屈。

经过检查和询问，才了解其实这个女孩智力一般，但就读的学校是所不错的学校，老师要求高，同学们的领悟能力要比她快一些，