

国家彩票公益金资助

大字版

MING YI CHU ZHEN

名医出诊

● 健康时报编辑部 编著



走进顶级名医

关注健康 关爱生命

中国盲文出版社

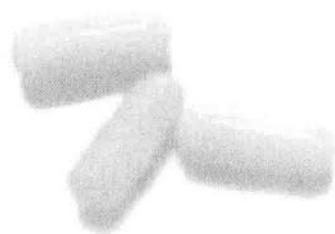
国家彩票公益金资助

大字版

MING YI CHU ZHEN

名医出诊

● 健康时报编辑部 编著



中国盲文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

名医出诊：大字版 / 健康时报编辑部编著. —北京：中国盲文出版社，2015. 6

ISBN 978—7—5002—6096—7

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 (2015) 第 133358 号

本书由中国科学技术出版社授权中国盲文出版社在中国大陆地区独家出版发行大字版。版权所有，盗版必究。

名医出诊（大字版）

编 著：健康时报编辑部

出版发行：中国盲文出版社

社 址：北京市西城区太平街甲 6 号

邮政编码：100050

印 刷：北京汇林印务有限公司

经 销：新华书店

开 本：787×1092 1/16

字 数：215 千字

印 张：24. 5

版 次：2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978—7—5002—6096—7/R · 913

定 价：39. 00 元

销售服务热线：(010) 83190297 83190289 83190292

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

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/002
- 小儿癫痫要量化管理/008
- 跟孩子打交道不能急躁/014
- 试管婴儿早做易成功/020

第二章 心 理

- 帮心理障碍儿童归队/028
- 总想不开要看精神科/034
- 看病就像哄孩子/040
- 拿不起放不下或是焦虑/046

第三章 内 科

- 看病先“相面”/054
- 久咳不愈病因多/060
- 治心脏病要做“减法”/066
- 治癫痫要深挖病根/072

关注心脏要捕风捉影/078
消化系统很有“情绪”/084
和房颤作斗争要耐心/090
治慢性病先要改正不良习惯/096
看病是一场博弈/102
治脑血管病先除焦虑/108

第四章 骨科 外科

手术不是万能的/116
脊柱疾病要会带病生存/122
有骨病也要锻炼/128
得了骨病先改坏习惯/134
治脑病要四两拨千斤 /140
神经疾病容易乱投医/146

第五章 肾病 男科

肾病是个富贵病/154
与病为伴，与医为友/160
有些病必须等等看/166
给患者开个定心丸 /171
治风湿病先“调平衡” /177
看男科是场持久战！/183

第六章 肝 病

肝病要进行规范治疗/190

肝病三个月复查一次 /196

第七章 肿 瘤

看肿瘤忌盲目和过度/204

带癌生存是第一课/210

癌症治疗是一门艺术 /216

早期癌症可治愈 /222

射频消融针有效治肝癌 /228

肺癌防治关键是“早” /234

打好中西医“组合拳” /240

肿瘤其实没什么 /246

第八章 血 液

干细胞移植要算好账/254

治血液病要顺其自然/259

第九章 耳眼鼻喉

耳鼻喉疾病最怕拖/266

青光眼术后别大补/272

高危人群早查眼底/278

第十章 其 他

治皮肤病最忌常换大夫/286

正畸为健康添自信/292

成人三成有慢性疼痛 /298

防慢病要会精细生活 /305

寻找过敏源就像侦破迷案/310

附录 1 100 种疾病谁治得最好/316

附录 2 中国医生体验美国最牛科室/366

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

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，别有心理负担，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）

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