



糖尿病到底是什么？如何认识糖尿病？
如何战胜糖尿病？

37

个诊室瞬间
个温暖的故事

揭示患者的喜怒哀乐，
医者的酸甜苦辣……

煜 著

郭大夫的 诊室故事



海峡出版发行集团 | 鹭江出版社
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | LUJIANG PUBLISHING HOUSE

郭大夫的 诊室故事

郭启煜 著



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

鹭江出版社
LUJIANG PUBLISHING HOUSE

2017年·厦门

图书在版编目 (C I P) 数据

郭大夫的诊室故事 / 郭启煜著; — 厦门: 鹭江出版社, 2017.7
ISBN 978-7-5459-1344-6

I. ①郭… II. ①郭… III. ①糖尿病—治疗—普及读物
IV. ①R587.105-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 092338 号

GUODAI FU DE ZHENSHI GUSHI

郭大夫的诊室故事

郭启煜 著

出版发行: 海峡出版发行集团

鹭江出版社

地址: 厦门市湖明路 22 号

邮政编码: 361004

印刷: 北京市十月印刷有限公司

地址: 北京市通州区马驹桥北门口民族
工业园 9 号

邮政编码: 101102

开本: 880mm × 1230mm 1/32

插页: 2

印张: 8

字数: 156 千字

版次: 2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5459-1344-6

定价: 42.00 元

如发现印装质量问题, 请寄承印厂调换。

推荐序 | 这仅仅是一个开始

梁由之

我从不迷信，却很相信缘分，跟郭启煜兄结识及《郭大夫的诊室故事》成书，便是一个最新例证。

某年某月某日午后，与友人登莲花山。喘点粗气，出些微汗，临风远眺，心旷神怡。黄昏下山，顺便去山麓的深圳图书馆翻翻报刊，到中心书城买几本新书，再挑家饭馆共进晚餐，已是多年的惯例了。

我照例翻阅文史类期刊。朋友业医，选了几本医学类杂志。未几，伊指着一篇文章说：“老梁，看看这个，文笔真好！”

我漫不经心地接了过来，不想却被吸引住，一气读完。起承转合，婉转多姿，极具专业素养，又相当耐读——确实写得好。我记下了作者的名字：郭启煜。

忙过一段闲下来，我想起郭某人，若有所思。拜网络时代所赐，一切变得简单起来。搜了一下，此人果然来路不凡：

郭启煜，医学博士、海军总医院内分泌科主任医师，教授、研究生导师。海军总医院原内分泌科主任，内科教研室主任。现兼任北京瑞京糖尿病医院副院长。

1964年6月27日出生于黑龙江省齐齐哈尔市，1981年8月考入中国人民解放军第四军医大学，1986年7月大学毕业当年考取第四军医大学硕士研究生，1989年7月硕士毕业后分入海军总医院内科工作，历任住院医师、主治医师、副主任医师、主任医师（2005）。1998年8月至2001年7月在北京大学医学部（原北京医科大学）师从高妍教授攻读临床内分泌专业博士研究生，获北京大学医学博士学位。

专业特长：治疗糖尿病、甲状腺疾病、肥胖、内分泌代谢性疾病、类风湿、强直性脊柱炎、痛风等风湿免疫性疾病。

.....

专业背景如此优良，文笔如此出色。作为混迹出版界的票友，自然感觉心动。我想，何不跟郭启煜联系，约请他写本书呢？

经神通广大的萧跃华兄帮助，我很快拿到了郭大夫的联系方式。第一次通话，详述原委，一拍即合。郭启煜参加过多种医学专

著的分撰，也写过不少专栏文章，因为工作忙，从未考虑过刻下出专书；而将既有文稿整理、修订、补充后，书稿成型，并不困难，他也颇具兴趣——这便是《郭大夫的诊室故事》之由来。

去年夏天，我到北京小住，与郭兄第一次餐叙，一见如故。他虽学医，却从小喜欢阅读文学作品，喜欢写作。难怪。随后，他根据我的意见，将书稿编定。

与我合作的多家出版机构，都看好这部书稿，跃跃欲试。几经考虑，我将它交给了鹭江出版社的董曦阳。曦阳是我多年的老朋友兼小兄弟，刚刚独当一面，又是新晋合作伙伴。在诸多出版界友人中，他是“80后”，年纪最小，颇有能力和冲劲，做泛医学类书籍也有实战经验和成绩。我和郭兄相商后一致认为，将这本书交给曦阳做，是合适的。这是郭兄独著的首部书，也是我主持出版的第一本文史之外的作品，是一个全新的尝试。当然，这仅仅是一个开始。

《郭大夫的诊室故事》郭启煜根据多年来在专家门诊的亲身坐诊经历和见闻，以讲故事的方式，用37篇文章，分门别类，各有侧重，全面又具体地阐述了内分泌和糖尿病的病理、临床表现、诊断、治疗、饮食、运动、养护等方方面面，广泛涉及医学、病理学、药学、心理学、伦理学、社会学、医患关系等，切身记录，真实生动。郭启煜是全国闻名的医学专家，医术精湛，文笔也非常棒，深入浅出，引人入胜。全书不乏军人特有的认真与严谨，更充溢着医者的爱意和仁心。郭启煜十分关注国际、国内医学界的最新动态和成果，

对此保持高度敏感，与时俱进。他坚持看门诊，常年参加各种关于糖尿病防治的交流普及活动，一线临床经验和心得丰富且深厚。以此，该书兼具学术性、可读性和实用性。它受到市场和读者的欢迎，是可以预期的。

好奇的朋友或许会问：“能否剧透一下，梁先生最初读到的郭教授的文章，究竟是哪一篇呢？”

不好意思，容我卖个关子。不过，此文恰好也有提到“表达能力”“艺术”“条理”“文笔”“出版”“畅销”等关键字眼。有心的读者，当不难辨认出来。

书就要付印了，郭兄坚持要我写篇序。恭敬不如从命，就信笔敲下这些话，殆为实录。

是为序。

2017年6月28日，丁酉夏至后一周，梁由之记于深圳天海楼。

目 录 | CONTENTS

- 001 医生到底要干什么？
- 006 医生，请听题！——我的学者型患者
- 015 意外的发现
- 021 温老的问题清单
- 027 大夫，有便宜点的药吗？
- 033 执着，是一种无形的伤害
- 041 我必须要测血糖吗？
- 048 困惑的选择与选择的困惑
- 054 我能少打两针吗？
- 062 我能不打胰岛素吗？
- 069 我的爱好我做主
- 075 一辈子的习惯，我真的改不了啦！
- 082 出租车司机的困扰
- 089 老太太的解脱

- 096 我真的必须住院吗？
- 102 您能确定我得了糖尿病吗？
- 109 我到底该用哪一种药呢？
- 116 问题出在哪里了？——都是试纸捣的乱
- 122 一点心意
- 127 医生，能变通一下吗？
- 134 能抓住耗子的就是好猫吗？
- 144 我的治疗方案合理吗？
- 150 调整饮食习惯，可以慢慢来
- 157 出乎意料的变化
- 165 我必须要打胰岛素吗？
- 172 都是雾霾惹的祸
- 177 胰岛素的应用真的是越早越好吗？
- 183 令人纠结的胰岛素

- 190 最贵的，不一定是最适合的
- 196 特效药，真的有特效吗？
- 202 我为什么要测晚餐前血糖呢？
- 207 我为什么要用降脂药呢？
- 214 令人揪心的妊娠糖尿病
- 220 都是足球惹的祸
- 226 我为什么要查糖化血红蛋白？
- 234 我为什么每次都要测血压呢？
- 240 胖子可不单单要降糖啊！

医生到底要干什么？

一种深深的无奈逐渐从我的内心深处升腾起来，并慢慢地扩散开来，我感到有种淡淡的而又非常明晰的悲哀萦绕在我的周围，让我陡然生出些许悲壮而又凄凉的感觉。为什么那么多人非要用自己的血肉之躯去亲历那原本可以避免的血的教训呢？！医生到底想干什么呢？医生能干些什么呢？我想大多数患者都会最终写出他们自己的答案。

“你说什么？你让我吃药？”她的声调一下子高了起来。

“是的！有什么疑问吗？”我平静地回答。

我感觉自己的表述已经很清楚了，而她就坐在我的旁边，相距不到半米，我想她绝不至于听不明白。

我放下手里的笔，从病历上抬起头来，看了她一眼。

扑面而来的是一道鄙夷的目光，那里面饱含着辛辣的嘲讽，还有一丝令人琢磨不透的扬扬自得。

你不能否认，她还是有些许姿色的。这是一位中年女性，双目

炯炯有神，齐耳的短发，质地考究的一身套装，显得潇洒而干练。

“你为什么让我吃药？给个理由吧！”她把双手交叉在胸前，向后靠了靠。

“这是你的检验单吗？”我把手里的检验单向她面前推了过去。

“是又怎么样？”她向那几张白色的小纸片不屑地瞥了一眼。

“哦，是这样的。”我把座椅向前移了移，把检验单朝向她，又把笔拿了起来。

“正常的血糖值是多少？你知道吗？”

“当然，5678 嘛！”她的声音里充满了自信，“空腹血糖值小于 5.6mmol/L，餐后血糖值小于 7.8 mmol/L。”

“很好，回答得非常正确！”我赞赏道，“可是你的血糖值是多少呢？”

“那上面不是写着吗！”她往检验单上瞄了瞄。

“是啊，这上面写着你最近几次检查的空腹血糖值都在 11 mmol/L 至 14 mmol/L 之间，餐后 2 小时血糖值都在 16 mmol/L 至 19 mmol/L 之间。而以你的年龄，空腹血糖值应该控制在 6 mmol/L 以下，餐后 2 小时血糖值应该控制在 8 mmol/L 以下。所以，你现阶段的血糖水平很不理想，单靠饮食控制和加强运动是无法达标的。这就是我让你尽快接受药物治疗的原因。”我说得很慢，语调平和而深沉。

在我说话的时候，她一直紧盯着我，似乎在听，又似乎在想着

什么问题。谁知道呢。

“是吗？”她张口说话了，“达标怎么样？不达标又怎么样？”

她咄咄逼人的口气让我的心里隐隐地升起一丝丝的厌倦和淡淡的不快，我深深地吸了口气，合上她的病历。

“这么跟你说吧，如果你的血糖一直处于达标状态，就能让你最大限度地远离各种大血管和微血管并发症的困扰。”看着她那优越自信的表情，我停顿了一下，慢慢说道，“如果你的血糖长期处于失控状态，就像你现在这样的话，你患各种并发症的机会就会大大增加，很容易患上各种眼病、肾脏疾病，甚至心梗或脑梗。”

听我说完，她突然笑了。“你别说，我这个人还真不怕吓唬。”她顿了顿说，“你怎么忽悠，我都不会上当的！我很清楚自己的身体状况。你知道吗？我每个星期六都去爬一次香山，很多没病的人都爬不过我。我现在根本就没有什么不舒服的地方，让我这样的人吃药，你不是搞错了吧？而且，我看过那些治疗糖尿病的药的说明书，它们都有很多的副作用，你让我吃那些药，不是害我吗？”她振振有词地说道，一副胜券在握的样子。

我苦笑了一下，继续说道：“你现在虽然没有什么症状，但高血糖对你的损害却一直存在，这种损害是逐渐进行的，是全身性的，到了一定程度以后，还是不可逆的，所以，糖尿病一旦被发现，越早治疗，效果就越好。药物有副作用不假，但不用药，任高血糖持续下去，对身体的危害不知要比用药大多少倍。”

她把病历和检验单收进包里，站了起来：“不管你说什么，我都不会用药的，我对自己了解得比你清楚。”

我感到很困惑，不由得追问了一句：“既然你不想接受治疗，那你到医院干什么来了？”

她又笑了，笑声中充满了胜利的喜悦和计划得逞后的欣慰：“其实，我就是想来看一看你们医生到底想干什么！果然让我猜中了。这可真是太可笑了。你们的药还是自己留着吧。别老想着赚患者的钱。电视、报纸上说得没错，你们真该好好地反省反省自己了。”

她把包背在肩上，使劲地摇了摇头，步履坚定地走了出去。

我愣了好一会儿才转过神来。我真不知该说些什么好，我追到门口望了一眼，她早已杳无踪影。

我看了一下手表，今天是周四，后天就是周六了，我想，那位大姐一定又会步履矫健地出现在攀登香山的人群中，我想她一定还会以生动的语气向她的同伴们讲起她到海军总医院就医的经历，然后与大家共同声讨医院的种种不是和黑暗。

一种深深的无奈逐渐从我的内心深处升腾起来，并慢慢地扩散开来，我感到有种淡淡的而又非常明晰的悲哀萦绕在我的周围，让我陡然生出些许悲壮而又凄凉的感觉。

那位大姐还会再来看病吗？是再次来验证和考察医院的黑暗，还是真正出现了这样或那样的问题后，怀着深深的愧悔的心情前来寻求诊治呢？而类似后者的情况，我们实在是遇见得太多了。

为什么那么多人都喜欢血的教训呢？！

但愿那位大姐能一直健康，继续每周去爬香山。我也但愿她能早些再来就诊，接受正规的治疗，因为只有这样，才能尽可能地延缓或减轻并发症的困扰，快乐地享受生活。

医生到底想干什么呢？医生能干些什么呢？

我想大多数患者都会最终写出他们自己的答案。

还是赶快干活吧！

我拿起鼠标在自动呼叫系统上点击了下一位患者的名字。

医生，请听题！——我的学者型患者

我想，要是多一些像方教授这样的学者型患者，医生想不进步都难。他们给予我们的，不只是挑战，更多的是动力。我很庆幸自己选择了医生这个职业，有机会结识这么多生动而真实的生命并能够有机会尽自己的所能去帮助他们。承担如此沉重的生命之托，使我深感惶恐，但能够有幸担此托付，又使我备感欣慰。其实，正是这些患者的存在，赋予了我们这些医生生活和工作的意义和价值，并使之充实而多彩。

我同方教授的认识过程并不曲折，同人世间任何一次无意的邂逅一样，更多的是出于偶然，但就是这样看似平常的一次相遇，使他成为我的患者和朋友，这里面也许的确有一些戏剧性的成分。

那是一个阴郁的秋日的上午，天阴沉沉的，清晨时分开始飘落的冷雨，在清冷的北风吹拂下，依然在纷纷扬扬地漫天飞洒，没有任何停止的迹象。

我是提前五分钟到的诊室。当我打开电脑的自动叫号系统，上

面显示只有五个患者挂了我的号，明显比平时少。我在心里苦笑了一下。大家都知道农民是靠天吃饭的，有时候，医生又何尝不是呢。每逢大风、大雨或大雪等恶劣天气时，来医院就诊的患者总是要少于风和日丽的时候。当然了，急诊除外。后来，又陆续有患者挂号。

大约十点钟的时候，在我呼叫第10个挂号患者的时候，却始终没见有患者进来。这种情况以前也是经常有的，因为好多患者不止挂一个科的号，也有的患者家住得比较近，挂完号一看人多就先回家了，估计时间差不多了再赶过来，有时就晚了。所以我也没有在意就叫了下一位患者。在第11号患者进入诊室的时候，我无意间向外望了一眼。也许，就是那不经意的一瞥，让我记住了那张苍白而忧郁的脸。这是一位中年人，一身很浓的书卷气，一个黑色的公文包提在左手，背靠着墙站在我诊室的对面，有意无意地观察着诊室里的一切。在随后的一段时间里，我在好奇心的驱使下，又刻意地看了几眼，每次看过去时，他都待在那里不动，保持着一个观察者的姿态。

十一点左右，当我看完最后一位挂号患者的时候，那位观察者走进了我的诊室。当他把病历本放在我面前的时候，我看清楚了他的名字——方维纲。别在病历本上的挂号条显示他挂的是10号。

我不解地问：“我刚才叫过您的，您怎么没有进来呢？”

他笑了一下说：“哦，我想我的情况比较复杂，所以想等您看完别的患者后多占用您一点时间。”