

医生最懂你的
心

心脏故事

翻开此书，一个个温暖的故事

讲述着从医20年来难以忘怀的疾病与人生

诚恳的文字中穿插着心血管医生每天都被问及的知识

面对病痛，一定要用最贴心的方式来守护

你的「心」事她最懂

程蕾蕾 著



医生最懂你的心
——
心脏故事

程蕾蕾 著



图书在版编目 (CIP) 数据

医生最懂你的“心”: 心脏故事 / 程蕾蕾著. —北京: 人民卫生出版社, 2017

ISBN 978-7-117-24142-7

I. ①医… II. ①程… III. ①心脏血管疾病 - 防治 - 普及读物 IV. ①R54-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 029445 号

人卫智网	www.ipmph.com	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	www.pmph.com	人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

医生最懂你的“心” ——心脏故事

著 者: 程蕾蕾

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph @ pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 14.5

字 数: 226 千字

版 次: 2017 年 3 月第 1 版 2017 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-24142-7/R · 24143

定 价: 39.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ @ pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

医生要拨亮心中的人文情怀之灯

什么是好医生？这个问题没有标准答案。

但大家心里都明白，好医生除了品行端正、专业熟练、技艺精湛之外，还应该具备善良和同情心，仁心但不滥觞，冷静但不冷血。因此，有人总结，称一个好医生=神父的爱心+科学家的思维+手表匠的巧手。

因为医学强烈的专业性，病人始终处于被帮助、被关心的地位。这种帮助和关心，不仅仅是物理性的，更是心理上的。要成为一名好医生，需要深切的人文情怀。

我们复旦大学附属中山医院、上海市心血管病研究所多年来在心血管领域取得了多项可圈可点的成绩，早在1968年，就首次安置了国内第一台埋藏式人工心脏起搏器；1973年首次在国内成功开展选择性冠状动脉造影术；1958年在国内首次成功实施低温下房缺缝合术。近年来，我们再接再厉，2010年完成我国首例经皮人工主动脉瓣植入术，2013年完成国内第一例国产可吸收支架植入术；2014年开展亚洲首例全机器人心脏不停跳缝线吻合冠脉搭桥术；2015年在国内率先开展超声心动图心肌分层应变的定量研究等。

这些成就虽然辉煌，但无论诊疗手段如何精进，我们都不能忘记医学始终以人为本。应该以人为出发点和落脚点，而不是把病人当作纯粹的生物体去看待。医学之父希波克拉底曾经说，医生治病有三个法宝：语言、药物与手术刀。因此，面对病人时，医生必须是耐心的倾听者和敏锐的交谈者，除了“诚惶诚恐、如临深渊、如履薄冰”的工作态度，更要包括情感的共鸣、悉心的指点和温馨的鼓励。

基于这一观点，我的学生程蕾蕾主任医师在繁重的医教研工作之余，撰写了这本书。

这本书，不仅仅是对常见结构性心血管病变、心律失常、高血压和冠心病等的生硬说教，她在书写过程中充分撷取患者的就医经历和情感波动，结合病人的疾病状态、精神因素、家庭环境等因素，这种叙述患者与医生的故事的表达形式，温暖而饱满，如“随风潜入夜，润物细无声”。让读者在与文中人物互动的过程中，不知不觉就对心血管科普知识了然于胸。我认为，这是一本新鲜别致的医学科普书，不但给广大心血管疾病患者提供了帮助，同时对我们心血管专科医生的日常工作也具备启示意义。

让我们共同期待，这本书的出版能让诊治病人疾苦的过程焕发出更加光彩的人文情怀。

葛均波 教授

中国科学院院士

复旦大学附属中山医院内科主任

上海市心血管病研究所所长

2016年12月

For Happy

画鼓声中昏又晓，时光只解催人老。

时间是这个世界最为客观和恒定的指标。蓦然回首，发现自己的医生生涯不知不觉就要迈入第二十个年头。

当医生繁忙辛苦，但就在如此紧张的节奏中，我因缘际会写了这本书。码字的过程捉襟见肘，见缝插针。就这样，花了三个多月的全部业余时间，总算完稿。

在写书的时候，我女儿经常问：“老妈，你每天晚上这么忙在干啥呀？”

我说：“妈妈在写一本书。”

“噢……”她眼珠子一转，“你看别人的书，比如哈利·波特吧，最前面都会写要献给某某某，那你的书，能不能献给我呀？”

我开怀大笑，“这是必需的！因为写这本书，就是为了：For Happy！”

Happy是我女儿的乳名。当初怀孕的时候，我早早想好，无论男孩女孩，乳名都叫这个。因为我觉得，人生的意义，就在于来过这个世界之后，能给自己留下快乐的回忆。

如果把地球的历史浓缩为24小时，人类社会从野蛮状态进化到高度文明的现代，整个历史在一昼夜中总共才占20秒钟的时间。至于个人的生命，连火光刹那瞬间都算不上。人的生命，从物理角度而言，不过是各种原子的组合在某个瞬间的一种表现形式。我们所感知的宇宙，也不过是时间和空间交错中微不足道的一个坐标而已。

这些年来，我经常被问及一个问题：你喜欢当医生吗？

面对这个提问，其实我无言以对。

对于我们这些“70后”的父母来说，行医是养家糊口的稳定职业。医学渊源

亘古流长，几乎与整个人类文明史如影相随。不是有个说法吗：你几乎不可能找到一部情节中没有一丝医院或医生的影子的小说或电视剧。所以，医学在任何时代、任何地方都不乏用武之地。经济大环境的波动，对医生的就业形势总体影响不大。不但医院的职位需要人去应聘，而且还有不少与医学相关的工作岗位虚席而待。因此，作为一个听话的好孩子，在我的高考志愿上，从上到下依次排列着各种医学院校。

不过，我不讨厌当医生。当医生的这20年，是我人生中最饱满丰富的岁月。尽管，自打毕业之后，我就在同一家医院上班，工作环境是半封闭的，搭档的同事几乎是固定的，每天的忙碌流程也是程序化的。

在别人眼里，每天穿着白大衣上班的职业生涯是一种可望而不可即的特殊生活，但对我们来说，医生只是三百六十行其中的一种，与引车卖浆者并驾齐驱。我们也都是凭借大脑和双手辛勤耕耘的劳动者，跟其他各行各业一样，有属于自己的职业操守和自豪感。只不过，我们直接面对的是鲜活真实的生老病死、悲欢离合。

但是，医学从来就不是按部就班的科学，尽管当医生的都是理科生，但在真正的望闻问切中，却需要人文情怀。我从一名懵懂青涩的住院医师，成长为心血管专科医生，这些年的经历是丰富多彩的。在这段人生旅程上，我接触过形形色色的病人，见识过跌宕起伏的病情，看到过喜怒哀乐的故事，感叹过是非曲直的人性。

而且，随着我国近年来社会经济发展，心血管疾病谱发生了重大变化。现在医学倡导的生物-心理-社会医学模式，使得医生在看病时，并非机械地针对疾病本身，疾病所依附的人体，绝不是单纯的载体，人体与疾病之间永远互相牵制、互相影响。在面对形形色色的疾病和各种各样的病人时，有一点是肯定的，那就是我觉得自己所做的一切有意义、有价值。

医学讲究师生传承。老师们一而再强调，当医生一定要善待自己的病人，因为无论科技怎样发展，医学在某种程度上都是一门经验科学，没有病人的疼痛挣扎，我们就无从练就自己的微末技能。

因此，当有机会能把这些年来遇到的人和事用文字表达出来，按照结构性心

脏病、心脏瓣膜病、心脏占位、女性相关心血管疾病、心律失常、高血压和冠心病的条目进行构思的时候，发现第一时间想起的并非医学术语和疾病名称，反之，是那些或白净、或红润、或苍白、或憔悴、或痛楚的脸庞。病人的酸甜苦辣，才是留在医生生命中的沉淀。

感谢你们，与我擦肩而过。

我非常愿意，用文字把这些故事记录下来。

不过，秉承实事求是的科学精神，我得坦诚，我花了这么多时间和精力来写书，并非完全为了我的病人。虽然，在这本书里，我尽可能用真实的故事去阐述心血管疾病中的常见问题。我没有按照教科书的条理脉络来搜集素材，而是用心回忆在跟病人接触的时候，经常进行的答疑解惑。虽然这些问题有些过于简单，有些甚至显得可笑，但是，这本书里所解释的心血管疾病知识，我确实被反复咨询过。如果您在阅读的时候，能够解决萦绕在您心中的难题，或者对您的病情有所帮助，那我会得到莫大的满足。

但即便如此，我写这本书，在某种程度上，是为了我自己。

我从小到大非常非常喜欢码字，从文学少年成长为文学青年，直至现在的文学中年。即便当了这么多年医生，这项爱好，从未改变。

这首先得感谢我的中学语文老师。他是我迄今为止见过的最有特征和内涵的学者，虽然他只是我老家——一座长江之滨内陆小城的普通教师。在我高中文理分科的时候，他建议每次考试作文都得最高分的我选择理科，报考医学院。

我的老师说，文字能力不是简单的词汇堆砌，真正打动人心的故事都来源于生活。当一个人不把文字作为谋生的手段时，或许能一直保持对写作的喜爱和热情。

时隔将近三十年，我对老师的洞察力崇拜得五体投地。至少他对我的判断异常准确。这些年来，我在看病人、做实验、写论文的同时，依旧保持着对码字的赤子之心。

实际上，当医生枯燥而劳累。尤其是在像我们复旦大学附属中山医院这样国内一流的医教研一体的大型综合型医院，医生必须贯彻“活到老、学到老”的原则，

除了每天面对的病人，教学和科研工作同样不容忽视。尤其是医学科研，占据了医生大量时间和精力，而且，往往是完成本职医疗工作之后的时间和精力。

也就是说，从事其他行当的人，一周工作5天，每天上班8小时。但如果你是一名医生，那很可能只有上班时间，没有下班时间，因为病人的病痛不会因为下班的钟声敲响戛然而止。医院也不会因为你要撰写论文，就减少你的日常临床工作量。在这样的环境下，当效率达到平台之后，唯一的办法就是延长时间。很少见医院统计加班费，那是因为加班加点实在过于司空见惯。

但就算在这样的压力下，我也没有间断过对写作的热爱。我写那些给我带来温暖瞬间的病人的点点滴滴，写各个科室的兄弟姐妹们在工作中结交的深厚情谊，写女医生们生活中的琐细感悟和情感认知。实际上，码字已经成为我最大的娱乐方式。当文字在我的指间流畅倾泻的时候，那种称心快意无法言喻，也成为我创作的最大驱动力。沉浸在写作中获得的快感，跟我的同事们从下棋、打球、唱歌中所获得的没有什么差别。

因此，我觉得当一个喜欢码字的医生也没什么不好的，反正这辈子没想过另辟蹊径。与此同时，如果我能把自己所掌握和积累的一些医学知识，用相对生动形象的文字形式告知给心血管疾病患者，从而对他们有所帮助的话，那是不是就更能应验老师三十年前所说的话，真正走入生活、打动人心？

这样的念头让我怦然心动，使得我在年过不惑、工作家务忙碌不堪的同时，愿意为此无怨无悔地付出真情。

写作占据了我几乎全部的业余时间和思考能力。但这本书能够在短短一百天内完稿，从根本上分析，是因为在复旦大学附属中山医院工作的这20年里，我积累了丰富的病例故事，行文时信手拈来，毫不费力。从基本的高血压，到最为前沿的经导管心内缺损封堵术；从常见的室性早搏，到最为先进的治疗慢性严重心力衰竭的双心室起搏。在写作过程中，我衷心感谢我们上海市心血管病研究所的同事们提供的无偿帮助。作为国内心血管界的领头羊，我这些超级厉害的同事，总是让我心悦诚服。

作为一名“野生型”的业余作者，我感谢我的编辑老师在本书撰写过程中给予的指点和协助。

当然，也感谢我的家人。

其中，最为感谢的就是我的女儿——Happy。孩子的存在让这个世界成为一种合情合理，他们是万事万物向前发展的永恒动力。

但是，为了当个好妈妈，我绞尽脑汁，呕心沥血。作为一个经常加班的妈妈，我每次参加家长会的时候，都心存愧疚，自惭形秽。

上帝如果关上了门，就会在别处打开一扇窗。这句话，我经常用来安慰我的病人，因为，即便医学发展到现在，我们依然在很多时刻束手无策，无能为力。所以，我们在工作中，有时是治愈，常常是帮助，总是去安慰。无论怎样努力，我们也无法替代病人自己。但总有一种方式，医生能够或轻或重地帮助缓解病人的痛楚不安。

就在有一天，我发现这句话其实适用于任何场合，譬如说，家庭生活。

我发现，与放弃自己、送孩子去上各种辅导班相比，更好的方式，或许就是努力成为孩子的榜样。毕竟，对每个孩子这辈子影响最深刻的老师，就是他们的父母。

我在很年轻的时候，看过一则寓言。说一位满脸皱纹、步履蹒跚的老妇人，遇到了时光之神，允诺让她的时光倒流。但老妇人考虑了片刻，断然拒绝。时光之神疑惑不解。老妇人平静地告诉他，我这一生最宝贵的就是我的经历，它们已经成为我不可分割的一部分，我不想为了年轻而放弃它们。

这则寓言一直萦绕在我的脑海里，直到我年龄增长到能够读懂杜拉斯：我喜欢你年轻时的美丽，但我更爱你现在饱经沧桑的容颜。

Happy，自你诞生，在妈妈眼里，你就是这颗星球上最可爱灵动的生命，没有之一。但是，无论我怎样爱你，我也只是你生命中的过客，你终究要自己走完自己的道路。

无论你以后从事怎样的职业，过着什么方式的生活，妈妈都希望你能明白，一

个女人最大的快乐，就是自由自在地去做自己喜欢的事情。

我有时会突发奇想：我现在身处的这个位点，其实是很多年前候鸟迁徙的轨迹，是火山爆发热气腾腾烟雾缭绕的路线，是无数场滂沱大雨经历的途径，不计其数的圣诞夜里，纷纷扬扬的雪花经由这里飘落。

时间才是宇宙中最强悍的力量，所有的一切，它都会带走。唯一无法湮灭的，是我们曾经来到过这个世界，哭过，笑过，真真切切地爱过。

因此，去做自己真正喜欢的事情，不要计较代价，不要犹豫徘徊。就像妈妈写这本书，如果它能对别人产生帮助，那是我的额外收获。而对于自己，能够写出徜徉在心扉的文字，已经足够。真爱从来不计较代价。

所以，亲爱的Happy，妈妈特意选择在你12周岁的最后一天，来写这篇序。在我们民族的文化中，“12”具有特别的意义，是生肖轮回以及天干地支纪年法的单位。这是一个值得纪念的日子，非常适合总结过去，展望未来。

虽说天道酬勤，但我无法奢望一定能够成为你生命中熠熠生辉的榜样。我只是希望能用自己的言行举止，帮助你，我的宝贝，认识一个普通人可以尝试哪些努力。

是为序。

程蕾蕾

2016年12月31日

目录

CHAPTER 1

心脏里的洞洞窍门多

- 1.1 偶然发现的先天性心脏病 • 2
- 1.2 第一道疤 • 4
- 1.3 第二道疤 • 7
- 1.4 我对你是有用的 • 10
- 1.5 不是所有的洞洞都得补 • 13
- 1.6 心脏里的洞洞，居然自己能长好？ • 15
- 1.7 为什么5毫米的洞洞建议等，2毫米的却要立即补？ • 19
- 1.8 什么生活都可以 • 24

CHAPTER 2

四重门

- 2.1 两只柚子引发的血案 • 30
- 2.2 凡走过必留痕迹 • 35
- 2.3 声东击西的阿司匹林 • 38
- 2.4 其实你不懂我的二 • 43
- 2.5 不抗凝，毋宁死 • 47
- 2.6 执子之手，与子偕老 • 52

CHAPTER 3

心脏里的不速之客

- 3.1 惊魂手术室 • 60
- 3.2 烧香拜佛看庙门 • 65
- 3.3 且行且珍惜 • 70
- 3.4 我们都是路人甲 • 75
- 3.5 李逵与李鬼 • 80
- 3.6 心脏里的六指儿 • 83

CHAPTER 4

温柔呵护女人心

- 4.1 Happy wife, Happy life • 90
- 4.2 心脏也发神经质 • 94
- 4.3 心病不是心脏病 • 99
- 4.4 另一种高血压 • 103
- 4.5 好尴尬的肺动脉高压 • 107
- 4.6 心脏被气得鼓鼓的 • 112
- 4.7 世界是自己的 • 115



CHAPTER 5

心脏自带发电机

- 5.1 三七粉不是万能的 • 120
- 5.2 小呆的身世 • 122
- 5.3 心脏起搏器那点事 • 125
- 5.4 扑朔迷离的孕事 • 128
- 5.5 心脏早搏很常见 • 131
- 5.6 心脏还能发炎? • 133
- 5.7 子弹打不死的人 • 137
- 5.8 为什么心跳快要查心脏? • 140
- 5.9 平地再起波澜 • 143
- 5.10 得失寸心知 • 145

CHAPTER 6

就是想停降压药

- 6.1 闻之色变的主动脉夹层分离 • 150
- 6.2 没有降不下来的血压 • 153
- 6.3 心肌肥厚查血压 • 157
- 6.4 都是低血钾惹的祸 • 161

- 6.5 总有一款适合你 • 164
- 6.6 妈妈的降压药我能吃吗 • 167
- 6.7 嗜铬细胞瘤 • 170
- 6.8 今年过年不送礼，要送就送血压计 • 172
- 6.9 这些年，Happy吃过的草鸡蛋 • 177

CHAPTER 7

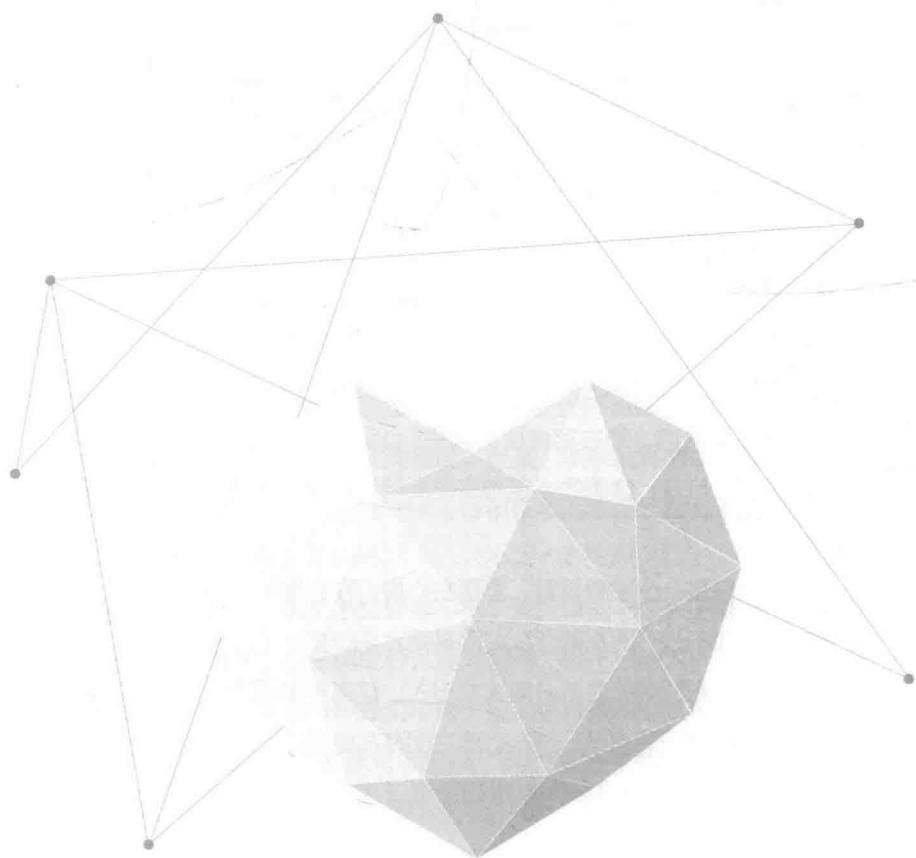
时间就是大片心肌

- 7.1 手里拿着锤子，看谁都是钉子 • 182
- 7.2 医生得值一辈子班 • 185
- 7.3 老母鸡跑到中山变成鸭 • 188
- 7.4 杀鸡无须用牛刀 • 192
- 7.5 只有想不到的，没有碰不着的 • 196
- 7.6 开心人 • 199
- 7.7 为什么血脂正常了还要吃调脂药？ • 202
- 7.8 冰冻三尺，非一日之寒 • 205
- 7.9 关爱父母，从体检开始 • 208
- 7.10 怪不得王八活得长 • 211

CHAPTER

1

心脏里的洞洞窍门多



1.1

偶然发现的先天性心脏病

二十年前我大学毕业，正式当上医生，学习热情超级高涨。逢人便掏出听诊器，稍微熟悉一点儿的，拐弯抹角都想把对方给忽悠到床上去。我们做心脏超声，再丰富的理论知识也得结合手法实践。所有医学上操作性的技巧，都跟我们医学院路农贸市场对面修皮鞋、修伞的爷叔一样，无他，需手熟耳。

春天是我的高中同学，一个周末，她跑来医院，被我抓个正着：“你，赶紧脱外套、脱鞋子、撩衣服、解胸罩，让我看看你的心脏！”

春天乖乖地宽衣解带。检查者和被检查者都乐不可支，喜笑颜开。

可是，超声探头刚刚接触到胸壁，我就不作声了：屏幕上春天的心脏，居然右心室明显增大！

我再也无法嘻嘻哈哈，给春天进行了常规检查。结果竟然是先天性心脏病，房间隔巨大缺损，同时还合并三尖瓣下移畸形。放下探头，我对自己只有三个月的工作经验实在不自信，跑去宿舍楼把师哥David给拽了过来。经David复诊，我的诊断准确无误。可是，师哥的肯定和表扬反而让我的心情更加低落。我多么希望我是错的。

人的心脏是一个空腔器官，包括左心房、左心室和右心房、右心室。虽然是四个房间，但却不是“两室两厅”，而是两套平行排列的“一室一厅”，鸡犬相闻，各立门户，左右两侧的血流必须独立出入，丝毫不可以混淆。如果左右心室之间存在缺损，就是室间隔缺损；左右心房之间存在缺损，就是房间隔缺损。若有缺损，就好比在本该私密的自家卧室跟隔壁老王家共用的墙上破了个口子，迟早得出乱子。

春天除了在左右心房之间存在一个直径超过3厘米的缺损之外，位于右心房和