

# 从头到脚的 自疗智慧

——不被忽悠欺骗，不被误诊伤害，  
叫你多活20年的24节生命课

纪小龙 著

男女老幼学保健，自诊自查是关键，  
求医防癌有高招，不被忽悠不被骗。

江苏卫视《万家灯火》栏目

辽宁卫视《健康一身轻》栏目

河北卫视《家政女皇》栏目

凤凰卫视《世纪大讲堂》栏目

特约专家 倾情奉献

浏览一下这本书，

您看病不会被忽悠；

认真阅读一下这本书，

您的水平能超过七成医生。



广东出版集团

广东科技出版社 | 全国优秀出版社

# 从头到脚的 自疗智慧

——不被忽悠欺骗，不被误诊伤害，  
叫你多活20年的24节生命课

纪小龙 著

广东省出版集团

广东科技出版社

· 广州 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

从头到脚的自疗智慧：不被忽悠欺骗，不被误诊伤害，叫你多活20年的24节生命课 / 纪小龙著. — 广州：广东科技出版社，2013.10

ISBN 978-7-5359-5835-8

I . ①从… II . ①纪… III . ①疾病—诊疗—基本知识  
IV . ①R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 220082 号

## Congtoudaojiao de Ziliaozihui

---

责任编辑：曾永琳 黎青青

封面设计：壹诺设计

责任校对：谭曦 罗美玲 杨峻松

责任印制：罗华之

出版发行：广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮政编码：510075)

http: //www.gdstp.com.cn

E-mail: gdkjyxb@gdstp.com.cn (营销中心)

E-mail: gdkjzbb@gdstp.com.cn (总编办)

印 刷：北京东君印刷有限公司

规 格：787mm × 1 092mm 1/16 印张：17 字数：270千

版 次：2013年10月第1版

2013年10月第1次印刷

定 价：32.00元

---

如发现因印装质量问题影响阅读，请与承印厂联系调换。

# 序 感悟生命的脆弱与 坚韧

作为医生，总是要和生老病死打交道，不停经历着一个个生命的延续或终止这样截然不同的故事。三十多年的医疗实践，慢慢地，我悟出了生命具有的双重性：脆弱性及坚韧性。所谓脆弱性，生命就像路边的小草，随时都可以被踩倒、枯萎、消失；所谓坚韧性，实际上也如同路边的小草，尽管它地面上的茎叶可以被毁灭，但是如果它扎在地下的根仍然活着，那么野火烧不尽的地方，春风就会吹又生，总是会再次冒出新芽，会再次钻出来，青翠起来，迎风招展起来。

记得我刚当医生的时候，遇到一个病人，在过去20年中，他经历过喉癌手术、淋巴瘤化疗、横纹肌肉瘤手术、肾癌手术、鼻咽癌放疗，5个恶性肿瘤在他身上出现了，每一个都可以置人于死地，然而他却顽强地生活着、抗争着……为了不忘记他，我还就他的5个癌肿写了一篇文章，刊登在杂志上。以后陆续看到那么多的病人，原本都已经病得奄奄一息，到了生命的最后时刻，但是，突然间，那该燃烧到尽头的油灯，又重新注入了活力，点燃起来，明亮起来，展现出光芒。其实，人最本质的东西是生命，而生命本来是一种生物基因繁衍生息的符号，是人类社会给生命罩上了迷人的七情六欲的光环，人类

对生命才有了一种痴迷，在人的眼中，生命成了一种炫耀、一种力量、一种象征，这时，生命就会升华，就能坚韧无比！

反之，在我们的周围，有那么多的不幸与灾难发生着，地震、海啸、水灾、车祸、矿难、瘟疫……成千上万鲜活的生命，顷刻间就可以消失。

在医院里，有的病人看起来没有什么大问题，但是他可以瞬间就从你手里消失，流走，终止了生命。这时，医生只能叹惜。就我自己遇到的：一位肺小细胞癌的病人，用上化疗，原本已经压迫上腔静脉而导致头面肿胀的颈部肿大的淋巴结，几天就缩小了，原已绝望的病人脸上开始有了笑容，她女儿扶着她来看我，就在我办公室门口，突然病人“呵”的一声，倒地而亡！另一位肾癌肺转移的姑娘，上午查房时还与她说说笑笑的，傍晚时突然心跳、呼吸停止！最残酷的是一个十几岁的中学生，骨肉瘤两肺转移，当我查房时，他问我：“爷爷，我什么时候能回学校上课去？”而我知道，他没几天活头了呀！叫我如何回答他！果然，几天后的一个夜晚，年幼的孩子被推进了太平间。一天天，一年年，重复着同样的例子，延绵着无尽的哀伤……

其实，生与死只有一纸之隔，一捅即破，生命的花朵可以在转眼间凋谢。生命是一个过程，我们每个人从生到死，平均只有短短的七十几年，在历史的长河中只是一个瞬间，但对每个人来说，却是我们的全部！而我们平凡的每一个人，就是在脆弱和坚韧的天平上保持着平衡。

2007年的新年，我是在病中度过的，感冒一次，折腾一回。浑身不适，冷热交替，只能卧床，躯体不动，脑儿胡思：一会儿地狱天堂，一会儿病毒细胞，一会儿田头村庄，一会儿好人坏蛋……人的生命太脆弱？一个普普通通的感冒，让我在床上待了7天，在高峰的三四天时是最难过的。当时脑子里出现了“这么难受，死就死了吧”的念头，也想起了“出师未捷身先死，长使英雄泪满襟”的句子，古往今来多少英雄豪杰叹息过，我走也就没什么的了。我是一个从医三十多年的人，自己经历病痛时尚且如此，也就更能理解那些在病中的患者的痛苦和他们有病乱投医的心情。

可是，如果我要问人类健康的大敌是什么？大伙的答案可能会是：肥胖、疲劳、糖尿病、不良的生活习惯、艾滋病、乙肝等许许多多。还有人可能会回答：19世纪最可怕疾病是肺结核，20世纪则是癌症。而我则认为，这些都不

是，真正可怕的是愚昧无知！在我三十多年的行医过程中，见到太多太多的这种愚昧和无知。

一是对自己的身体一无所知。许多人读了不少书，可就是不想想一想自己的身体是怎么一回事。连心在何处、肝在哪儿也一概不知。一些原本简单的毛病被耽误、被忽略，最后发展到不可收拾，怪谁呢；二是迷信神医神药。有一点不舒服就不知所措，认为有灵丹妙药，手到病除的奇迹发生。原本好端端的身体被自己鼓捣得千疮百孔；三是好坏不分、良莠不辨，今天听风就是风，明天听雨就是雨，原本是棒棒的身体眼睁睁地被自己毁掉了。

作为医生，我感到无奈，这种无奈是束手无策时的不甘心，这不甘心敦促我写下这样一本书。就是想把医生知道的一些事情告诉给广大读者朋友，让大家哪怕只是稍微地去了解一下自己的身体，且不说这部机器有多么精妙美丽，就是从健康的角度出发，也应该稍微具备一些最基本的生理知识，才能不犯下最低级的错误；然后你也要稍微了解一下我们目前的真实的医疗现状，学会聪明地去治病求医，不要简单地就被误诊，盲目地就开刀动手术，更不能轻易地去迷信什么灵丹妙药、神医神药；我也渴望通过本书把那些容易“浑水摸鱼”、屡屡“制造事端”的疾病逐一告诉大家；我更期盼珍爱生命的人们主动地了解疾病、自觉地识别症状、正确地选择医疗，把命运掌握在自己手中。医生与病人不再是站在对立的立场上彼此提防，而是携手对付病魔，这就是双倍的力量！

2013年4月9日

纪小龙于北京永定路

从头到脚的自疗智慧

# 24 Life Lessons

## 目录 CONTENTS

### 第一篇 了解人体，保健、治疗心里都有底 / 1

#### 第一课 人体可以“自愈”，了解人体更长寿 / 2

每个身体部件都有说不清的奥妙 / 6

#### 第二课 从头说起 / 9

头发的故事：让“烦恼丝”不再烦恼 / 9

拯救眼睛：中国学生近视眼率排世界第二 / 11

大脑好，工作效率高，心理疾患少 / 15

耳朵挺不容易 / 20

鼻子总发炎，可能是鼻中隔在捣乱 / 23

#### 第三课 五脏六腑皆烦恼 / 25

谁在对“肺先生”暗下毒手 / 25

几乎人人都有“冠心病” / 29

别让胆“心惊胆战” / 33

护肾刻不容缓（上） / 34

护肾刻不容缓（下） / 37

胃，你好吗？ / 40

从小肠的吸收功能说“吃什么补什么”不可能 / 42

别让大肠多愁多病 / 46

一半人有痔疮，如何照顾好我们的“出口” / 49

#### 第四课 最易被忽视的器官 / 52

- 该如何对待身上的痣 / 52
- 胰腺：最易被误诊和漏诊的器官 / 54
- 生命之河：血管与血液 / 57
- 保护脊髓，颈椎、腰椎病莫小视 / 62
- 你是软骨头还是硬骨头？ / 64

#### 第五课 男男女女有“隐秘” / 67

- 别憋坏了膀胱 / 67
- 保养卵巢，保鲜女人味 / 69
- 呵护生命的摇篮——子宫 / 72
- 孕育生命，巧躲波折 / 76

#### 第六课 免疫系统——人体防御部队 / 79

- 免疫力不是越高越好 / 79
- 淋巴结变大要及时检查 / 81
- 人体的三道防御系统 / 82

#### 第七课 读懂你的内分泌 / 85

- 垂体：个子小，本领大 / 85
- 甲状腺：新陈代谢加速器 / 88
- 肾上腺：“人小鬼大” / 91

### 第二篇 就医之道——少花钱也能看好病 / 95

#### 第八课 何病求何医，对症看医生 / 96

- 进京看病陷阱多，有病乱投医让人心痛 / 96
- 看病不要迷信专家和高学历 / 98
- 病分三种，求医有别 / 101

#### 第九课 选对医院、科室和医生 / 104

- 选对医院 / 104
- 选对科室 / 106
- 选对医生 / 110



第十课 就诊需要动脑子 / 114

第十一课 看病要及时 / 118

第十二课 治病需对路 / 122

第十三课 怎样防误诊 / 126

第十四课 如何应对外科手术 / 131

外科手术不靠送红包 / 132

别让《知情同意书》耽误事 / 132

手术有风险，术后应活动 / 133

请相信人体的再生能力 / 134

第十五课 防病5步骤 / 136

### 第三篇 自诊自查——保证健康长寿的绝招 / 143

第十六课 哪些疾病不是病 / 144

请容忍身体的小毛病 / 144

有多少“宫颈糜烂”被过度治疗 / 145

发烧不叫病，关键找原因 / 147

脂肪肝不是病，担心烦恼均多余 / 149

“超级病菌”不新鲜，重在预防是关键 / 152

腹泻是身体为了尽快排泄有害物 / 153

被误解的颈、腰椎病 / 154

请你每天咳嗽几声 / 157

慢性胃炎自己治 / 158

甲状腺结节“疯狂”起来了 / 162

钙化灶吓着你了吗？ / 164

你的身体是酸还是碱 / 165

## 第十七课 哪些“小毛病”里有危险信号 / 169

- 有些小毛病要警惕 / 169
- 哪种肚子疼一定要赶紧看 / 170
- 头痛是个“头等”的事儿 / 172
- 手术猝死应警醒 / 174
- 三招制服动脉硬化 / 175
- 囊肿带来的混乱 / 176
- 息肉不可小视 / 177
- 血管瘤不是瘤，只怕破裂大出血 / 179

## 第四篇 家庭保健看过来 / 181

### 第十八课 健康的女性最幸福 / 182

- 最好的保健就是顺其自然 / 182
- 痛经也是病 / 183
- 经常摸一摸自己的乳房 / 185
- 更年期女性的锦囊妙计 / 187
- 女性忍无可忍的漏尿问题 / 188
- 没必要盲目补充胶原蛋白 / 189
- 老年性阴道炎要预防真菌感染 / 189

### 第十九课 “男”以承受之痛 / 190

- 真真切切看男性 / 190
- 男性特有的癌——前列腺癌 / 193
- 饮酒要因人而异 / 193

### 第二十课 给孩子奠定一生健康的基础 / 196

- 保健从生命源头受精卵开始 / 196
- 生命可以从试管中开始 / 198
- 新生儿宝宝应该注意哪些健康问题 / 199
- 一岁内的孩子，皮肤黄了是大事 / 201
- 关注6~12岁孩子的心理健康 / 202
- 一定要常看看孩子的眼仁儿 / 203
- 常摸摸孩子的肚子 / 204
- 叛逆的青春期 / 206

- 第二十一课 60岁不妨重新来一次 / 209  
    迈好中年这道槛儿 / 209  
    60岁，重新调整自己 / 210  
    乐天知命，顺其自然 / 212  
    80以上古来稀 / 213  
    临终关怀，家属应该知道这些 / 215  
    生命在于运动，长命在于安宁 / 217

## 第五篇 实效防癌怎么办 / 219

- 第二十二课 认识癌症真面目 / 220  
    什么是癌症？ / 220  
    癌症患者最常问的问题 / 221  
    乔布斯以身试癌不可取 / 224  
    癌细胞是杀不死的 / 226  
    癌症的真实面目 / 228  
    癌细胞也会自然死亡，关键在于改善自身环境 / 230  
    躲开污染：生活中的致癌因素 / 231  
    预防癌症的良方 / 235
- 第二十三课 治癌前一定先确诊 / 238  
    癌症诊断中也有假象 / 238  
    癌症诊治一定要有病理依据 / 239  
    不做病理检查遗恨无穷 / 240  
    那些介于良恶之间的肿瘤 / 242
- 第二十四课 最易误诊的癌症 / 244  
    一种可以治好的脑瘤——脑膜瘤 / 254  
    淋巴瘤没有良性的 / 255
- 跋 在与细胞对话的过程中，我感受着生命 / 256



# 24Life Lessons

第一  
篇

了解人体，  
保健、治疗心里都有底

## 第一课 人体可以「自愈」， 了解人体更长寿

人类在这个星球上，经过亿万年进化到如今，还能够生存，就足以说明其已经具备抵御周围环境和自身内部调节的多种“自稳”能力，而且，人体的复杂性和精确性远比我们目前认识到的更深奥。人自己在疾病消除中的主导性和主动性，千万不能忽略，而是需要尽力去发掘的！有一次，我为了录制节目，只好赶前一天晚上9点多的飞机到沈阳，沈阳的地面温度为零下8℃，出了机场，鼻子堵了起来，头也胀，耳也背，全身不适。当时不由一惊：“坏了，身体出问题了，明天如何录得了节目呢？”赶到宾馆，冲了热水澡，上网溜了一下，赶紧钻进被窝，大睡一觉。凌晨4点多醒来，“咦？身体感觉轻松了！”看，人体自己是可以将99%的不适消除的！

自古以来，人的寿命问题就一直为世人所关注，科学研究发现，人的理论寿命可以超过100岁，然而现代人的平均年龄只有70岁，究竟是什么原因让我们的寿命打了折扣？诺贝尔奖奖给了一个项目，这个项目的研究人员发现人的基因中存在一种叫做端粒的结构，它的分裂能力直接决定着人的衰老程度和最终寿命，端粒的发现证明人的寿命是有明确上限的。为什么要奖给这么一个项目呢？这个研究发现了人的各种细胞每长一次，那一根绳的这一端就要短一截，长一次短一截，最后再长的话，剩下这一截就不够再分裂了，那么这个细胞就终止了，生命就完结了，就到此为止了。

我们就知道了，对于一个人来说，那个绳子、那个DNA的基因链有多长，它能够分裂多少次，这就是人的寿命的极限。这个极限按照生物的推算是一20岁，可是实际上为什么人活不到120岁呢？这就值得思考了。

进一步的探索发现，人之所以不能活到这个理论数字，就是因为他从小，甚至在母亲子宫里从受精卵开始，到出生以后，再到一生当中，经历了数不清的打击、伤害，今天受到一个打击，便从120岁中扣掉一点，明天受到一个伤害又扣掉一点，越扣越少，这就是现实当中我们不能够达到这个理论数字的原因，都是由于各种损伤或者伤害被扣除了。

到底是什么损伤扣除了你的理论上的寿命呢？我们再给一个数据大家就可以明白了。两千多年前的春秋战国时代，人的平均寿命只有25岁，很可怜吧？25岁就要跟这个世界告别了；经过了两千多年，到1900年的时候，也就是一百多年前的时候，那时候人均寿命是40岁；到了100年后的2000年，人均寿命达到了70岁。这就使我们很清楚地看到，人的寿命在近100年里发生了很大的增长，这主要是因为人们对健康的认识，使得在健康这个问题上往前迈进了一大步，在导致人类死亡的主要疾病上取得了一系列的进展，这样使人的寿命明显增长了。由此可以再往前想一下，如果我们能够把人的疾病都弄明白了，都一个个地解决了，把人的一生当中所受的各种创伤、损害都降低了，那寿命不是就可以越来越接近我们的理论数字120岁了吗？所以我们说**了解自己的身体、了解自己的一生当中哪些损伤和伤害会导致你的身体健康受损或者减少你的寿命，把这些因素给去掉，那么你的生存时间不是就可以延长了吗？**

事情是这么想的，可是事实能不能做到呢？我自己是一名医生，已经行医三十多年了，当我还是一名年轻医生的时候，每遇到一个病人，我就想方设法地解决他的难题，可是在这个过程中我们就发现，有一些病医生是有办法的，而有一些病医生是毫无办法的，到目前为止，我自己得出来的基本的、大概的估计是：有1/3的疾病，医生是没有办法的，看到病人一天天离开人间，你束手无策；第二个1/3的疾病是通过我们的方法、我们的技术、我们的服务，可以让病人恢复、可以从疾病当中跳出来，可以跃过这个坎儿，这样是可以往他的理论的120岁走的；但是在这个过程当中还有1/3的疾病我觉得很

可惜，就是那些不该发生问题、不该出现意外、不该被扣除掉，言下之意就是不该结束的这么一个美好的生命，早早地就结束了，大家想这是不是有点可惜呢？

我前面说的最后一个1/3，那些在健康上、在疾病上我们本来不应该遭受到的打击，或者不应该发生的意外，大家尽量减少这样的不该发生的事情，那我们就不尽可能地往120岁的方向迈进一步了么。

我给大家举个例子，我认识一位女士，她父亲经常说胃不舒服，她就问我怎么办，她父亲60多岁。我说就去做一个胃镜看看，你光给他买好药吃不行，你得去做一个胃镜。她的父亲就怕做胃镜痛苦，那个时候还没有像现在有无痛胃镜，她就觉得让她父亲去做胃镜很痛苦，就只给他买各种药来吃。拖了好几年，最后他父亲吃饭、喝水都呕吐了，都吃不了了，这时候再去做胃镜，发现胃里面已经有癌了。而且癌肿已经把胃基本上都堵住了，这时候你再去看病，就变成我说的前1/3了，任何高明的医生也没有良方、也没有好办法了。最后这个女士把她的父亲送走了，把丧事都办完，这时候才找到我，跟我说了一句她自己的体会：“纪大夫，我现在才明白，汽车坏了可以修，这家修不好可以那家修，最多多修几次，可是人的生命只有一次，对于只有一次的生命，你不能抱着侥幸的心理、抱着赌一把的心态试试看，这是要不得的，只有按照现在能够解决的那些方法一步一步地去做。如果他几年前就做胃镜，说不定那时候他胃里的肿瘤还是很早期的阶段，那时候治疗就可以治好了，就不会这么早早地把他给送走了。”

这样的事情在我们周围太常见、太普遍了。生命只有一次，看病绝不能马虎，千万不能抱着侥幸心理，甚至像赌博一样去看待疾病，一旦犯了错，生命是没办法从头再来的。

我记得在电视里面看到的南京发生的一个事件，轰动一时，一个那么小的小孩在儿童医院住院短短几天就死了，因为咱们不是在当地，不是直接了解的，好多环节不清楚，但是我在看的过程当中就觉得有一点是要提醒大家的，小孩的妈妈三次跪在值班医生的值班室外面，求这个医生来救治。我就在想为什么她不去找他的上级医生呢？医院病房里面晚上的值班医生，我们叫一线医生，在第一线的，是一个下级医生，他后面一定有二线的上级医生，还有三

线医生。任何医院在三级医疗制度下面，都是有一级、二级、三级的，一级解决不了有二级，二级解决不了有三级。你如果找到上级医生，上级医生还是这样，你可以找管这个病房的、管医疗的医院里面的院办的或者叫医疗的值班室。每个医院晚上都有主任级的医生值班，如果一线医生解决不了问题，病人可以要求值班护士帮助找更上级的医生来解决，这样就可以避免发生这样的不幸了。

所以，我想我们能做的就是尽量把这些医学和医疗的基本常识告诉大家，尽可能地避免这些不该发生的悲剧。

另外一个例子也让我印象深刻，有一个病人花钱是不在乎的，他岁数不大，40岁左右，他来找到我，实际上他是一个直肠癌患者，肠子上长癌，然后手术切掉了，一年多后发现肝脏上出现转移了，当然肝脏上出现转移，瘤子转移的个头不大，也就是一两厘米，数目也不多，就一两个，这时办法多得很，来了就给他治了，治了以后很好，肝脏上的转移没了，很高兴。可是回去一年回来复查，又长了，这时候还是让他赶快来治疗，结果他不听了，花钱对他来说无所谓，他听别人告诉他，有一种办法，不需要在医院那么麻烦，要给你做个穿刺把药打进去，那不是麻烦吗？就喝一种水，类似于“仙水”，每天要喝多少水，这个水喝进去，所有的病就都好了。他竟然去相信这样的话，去喝这样的水，再也不来找我了。等他喝了半年，最后人瘦得皮包骨，这时候再来已经没有办法了，肝脏上的肿瘤已经长得像拳头那么大，好几个，不仅是肝脏里有，肚子里也有了。一个40多岁的年轻人居然相信这样的话，还会喝所谓的“仙水”，他有很好的经济条件，却不信现代科学，而去迷信包治百病的“仙水”，这听起来真是荒唐透顶。然而，很多人看着别人总是很清醒，等到轮到自已，却还是会犯下同类的错误，病急乱投医，最后害了自己。

病重了不就医固然会危及生命，而病得不重却乱投医也同样可能带来危险，遗憾的是在现实生活中犯这种糊涂的人并不在少数。

北京有一位教授在自家医院做一个并不危险的手术时失去了生命，她是做心血管研究的一个高级研究员，在本院做手术发生了意外，当然这里面的环节有很多，但是从医学的角度去说的话，我觉得她也有一点太亏，她是因为什么原因要去开刀的呢？是腰椎滑脱，所谓腰椎滑脱就是本来这个脊柱是一个一个



这么整齐的，现在腰椎往前滑了，下面的腰椎没有动，上面的这个骨头往前滑错位了，实际上它不是突然到了这时候才发生的，说不定早期多少年前就有，这不是什么大得非做手术不可的事，滑脱我们分好几度，稍微滑一点，滑得多一点，最后滑更多，直至你滑多了，后面才压在神经上，才需要处理。她是轻度的、一度的或者是很轻微的滑脱，这是不需要开刀的，她为什么跑去开刀了呢？因为是本院的，又是她的老同学、熟人，腰椎滑脱一下就去开刀了。

手术后问题就来了，手术后不能在床上躺着一动也不动，你在床上躺着，如果一天24小时一动都不动，你的身体里面、大的血管里面血液本来都是流动的，都是液体，你总是不动它就会沉淀下来形成一个血凝块，等你三天都不动，那凝块就形成了，突然下床一活动，那个血凝块从管子上掉下来，血液一下子就流到你的肺上，把肺的血管堵住了，马上就要死人的，医生也是救不过来的，作为不了解的人都指责抢救得不好，把骨头压断了，那些抢救都是做给人看的，像这样大的管子堵住了是救不活的，是非死不可的。所以手术后不能躺在那一动不动，虽然说病人到了医院，对付疾病就成了医生的主要责任，但病人自己还是应该尽力去了解自己的疾病，掌握基本的相关知识，杜绝一切意外发生，这才是对自己真正负责的态度。

这样的弯路、这样的痛苦、这样的教训太多了，所以通过这些事情，我就觉得我们有必要把一些基本的对于人体的认识介绍给读者朋友们，首先你要认识你自己、认识你自己的身体，然后你要知道最常见的一些毛病会怎么发生，各种各样的毛病我们应该怎么对待。如果我检查了都没有毛病，那么我们为了120岁的目标值，我们怎么能够做一些事情，不至于犯低级错误，这就是我想给大家一点一点讲明白的。

## 每个身体部件都有说不清的奥妙

人体是自然界中最大的奥秘，世界上最宝贵的是人的生命。人的生命只有一次，对谁都一视同仁。对于生命，这里面有太多太多的奥妙。

在医生生涯的三十多年中，在与一个个鲜活的生命“对话”中，我慢慢