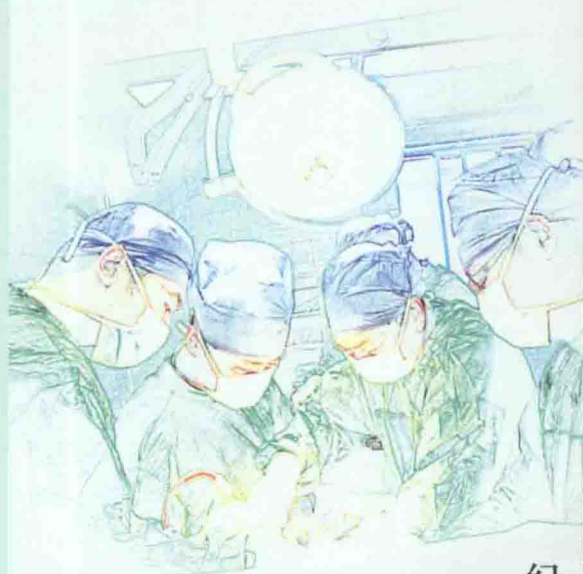


当了医生才知道之

一路向医

——我的住院医师规范化培训日记

纪涛 著



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

当了医生才知道之

一路向医

——我的住院医师规范化培训日记

纪涛 著

若能早就逆料这结局，我们会不会旧事重演一意孤行！

三年一场医学梦，灿烂如花。

谨以此集献给那些和我一样有着医学梦想并为之不懈努力向前的人们。



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

图书在版编目(CIP)数据

当了医生才知道之一路向医/纪涛著. —上海: 第二军医大学出版社, 2014. 6

(我的住院医师规范化培训日记)

ISBN 978-7-5481-0783-5

I. ①当… II. ①纪… III. ①长篇小说—中国—当代 IV. ①I247.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 019056 号

出 版 人 陆小新

责任编辑 袁夏燕 单晓巍

当了医生才知道之一路向医

纪 涛 著

第二军医大学出版社出版发行

<http://www.smmup.cn>

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

发行科电话/传真: 021-65493093

全国各地新华书店经销

江苏南通印刷总厂有限公司印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 20.75 插页: 1 字数: 375 千字

2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-0783-5/I·010

定价: 39.80 元

对医学的热爱是一种动力

初执书册，一阵惊喜，一阵感慨，一阵欣慰。

这是一本很独特的作品。因为书里不仅有医学知识的串联，更有作者日复一日的生活积累、精神成长，杂个拢总融合了生活的鸡毛蒜皮、酸甜苦辣、经验教训。在日复一日的经验积累中创造出的文字，读来已经完全感觉不到医学知识的生涩，与其说这是一部住院医师日记，更不如说这是一部年轻医生的成长日记。

读完此书，我能够感受到，此书的作者是非常热爱医学的，因为他将很多拗口、蹩脚的医学知识变成了幽默风趣的语言文字娓娓道来，将很多生死离别的悲痛场景变成了回味思索人生的妙语连珠侃侃而谈，将很多亲身经历得来的实践经验变成了形象生动的图片和记录无私分享，这不仅需要细心地观察、深刻地思索，更需要对临床义无反顾的热爱。

作者并没有停留在医学的层面，而是尝试着加入情节，以及对医疗这个行业的思考，想通过自己的描绘吸引更多的年轻人踏足医学领域，为医学事业的发展进献一份自己的力量。虽然书中部分内容有一定的专业性，但我想，这并不妨碍读者从其中获得阅读的乐趣，并不妨碍有心的人去发现医学的妙处所在。

纵观此书，其所要展现的，就是一场朴实无华的小医生奋斗史转化成为沁人心脾的艺术作品的过程。书中提到的小医生们经营着自己的前途，也经营着自己的生活。艺术源于生活，却高于生活，写作的作品也可以写得朴实、生动、深刻。作者以浓厚生活气息的片段作为开头，是想强调在忙碌的工作中，不能失去享受生活的乐趣，我想，这也是众多医学行业实践者们心底最真实的呐喊。年轻人就该多出去走一走，看一看，开阔的视野能够提升做事的层次，更加准确地把握人生规划的大航向。现在的年轻人，工作压力大、生活节奏快，如果能够拿出时间去扪心自问、叩击心灵会是件很有意义的事儿。

作为医生培养的一项重要制度，住院医师规范化培训正在全国推开，年轻医生

的培养关乎生命健康,是国之大计,是民之大计。这是我所见到的第一部由医生自己执笔完成的住院医师日记,从医生的角度写医生的作品难能可贵,这本书的出版也将为医生培养制度的组织者们提供有益的参考和借鉴,很高兴本书作者能够用三年的时间整理出版此书!

“健康所系、性命相托”,医生是一个为人类健康保驾护航的职业,希望越来越多的人能够秉承着对医学的热爱,练就面对患者的宅心仁术,为成就医学这项伟大的事业贡献自己的力量。

刘斌

第二军医大学训练部 刘 斌

2014年5月6日



做医生是一场苦修行

住院医师规范化培训在上海如火如荼开展初期,本书作者作为中国人民解放军第二军医大学首届完整培养的中医专业本科毕业生,有幸自2010年起参加了为期三年的内科基地规范化培训,这是一次难得的成长经历。翻阅这一页页记录了充满小医生成长味道的文字,我也仿佛回到了自己初涉医路的那段时光,回味起那个时候的点点滴滴:做笔记、听讲座、查资料、管病人……历历在眼前。

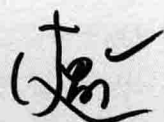
每一个医生的成长都会有这么多值得回忆和纪念的片段。

成为一名好医生是不容易的。“学医苦不苦,堪比红军两万五。”让理科出身的朋友们大快朵颐文字大餐,是医学生及医生不可避免的苦修行。所以,时至今日,我的案头常驻的还是左一本右一本的“手册”,这一年那一年的“指南”,或者这一版那一版的“学”,医路不止,学习不已。

对于很多初涉临床的医生来讲,课本虽然系统却泛泛大观,常会给人一种“以书博我,释卷而茫然”的感觉。向来作为经验味道很浓的医学,临床工作中不断遇到的个案才是医生们在日复一日的工作中形成真正感性认识并活学活用的法宝,遇到问题再去“以我观书”,那么必然能够“处处而得益”了。这本从点滴积累收集实践经验而成的“日记”,以时间为线索串联,虽然洋洋洒洒,并不像课本那样系统和完善,但确实是临床轮转期间日夜积累和经历的真实记录,因为真实,所以才有了很好的可读性和重要的借鉴意义。

现在的社会,多了些功利和浮躁,所以能坚持踏入成长周期长、付出辛苦多、舆论压力大的医学行业本身就是一件很不容易的事情。更不容易的是,本书的作者能够将自己规范化培训期间的轮转所行所见所感一一记录并真实还原,不仅仅为留下自己的美好记忆,也为那些正在或即将参加“规培”的同龄人提供有意义的参考。所以,从作者提出整理“日记”的想法之日起,我就给予了高度的赞扬,并鼓励其尽早实现这一想法。近日,作者送来书稿,阅读之后,更觉得有尽快出版之必要,

故乐受作者之邀,写了以上文字为序。祝愿前赴后继走上医学道路的年轻人,能够从此书中获得一些启示并坚持当初的梦想,保持旺盛的精力和工作热忱,从点点滴滴的积累做起,夯实医学之路上的知识大厦,积极投入到这项因奉献而崇高,因平凡而伟大的事业之中。



第二军医大学中医系 凌昌全

2014年5月5日

自序

文字是磨不灭的记忆，从学会做有用的人写起

首先说明，我不是医疗作家，我是一名医生，一名真正的医生。

忘了哪里得来的观点，人的价值来自于他人的认同，而我们在日复一日追求着更好生活地同时，也在努力地让别人认可甚至褒扬自己。于是，只有变成被别人需要的人，人的价值才能实现。医生，便是一个这样无时无刻不被别人需要着的职业，而被需要的程度，又是自己能力的体现。于是乎，实习医师、住院医师、主治医师、主任医师，通过不断的知识积累和成长，作为一名医生的价值便越来越得以充分体现。而住院医师阶段，是从医路上一个崭新的起点和重要的基础。

日记，不同于那些回忆录和整理过的东西，所以，信手拈起，味从中来，因为它来自于日复一日的鲜活，来自彼时彼刻最新鲜的记忆。成长的过程中必然经历苦痛，那些曾经的迷惘和懵懂在时间的长河里转瞬而过。为了更加全面地展现生活全景，我把那些生活、情感的故事加以改编，像写小说一样融入到我的日记当中，那些深刻和值得记忆的东西就像个大杂烩，杂个拢总打包到里面了。虽然融合到一起有点“四不像”的味道，可是，我想记录的，只是扑面而来的那些不断成长的气息。

我的住院医师日记缘起于亲历亲为的那场始于2010年上海市住院医师规范化培训。翻阅这一页页记录了成长的文字，仿佛昨日重现，读来几乎还原了我整个轮转的生活。因为真实，所以少了些华丽，多了些曲折，添了些思索，留了些遗憾。手握这么厚厚的一本“日记”时，也忽然觉得这些日子我的确成长了，收获了，累积了，满足了。

医生是个辛苦的职业，选择了它，就意味着失去了节假日休息的权利，失去了享受家庭天伦之乐的权利，失去了过安逸生活的权利，但是即便如此，仍有那么多前辈、同仁、后学前赴后继，说大了是为人民服务，说小了是实现自己治病救人的小小梦想，孜孜不倦、夜以继日地奋斗在医学战线上，而住院医师阶段，又是每个医生成长起来必须经历的苦痛。快三十而立的我们，既循序渐进要存济世救人的心态，又慢慢开始要肩负起养家糊口的重任，虽工作辛苦，却又经常在一些社会舆论中感受工作环境的艰辛。于是正在成长的我们，只好擦干泪，挺起胸，让苦痛来得

更为猛烈一些，好让我们的明天少些疑惑，多些肯定；少些质疑，多些褒扬；少些疾病，多些健康。

在轮转学习的过程中，有各位教授和带教和蔼热情如亲辈，交流无碍如同辈，工作勤恳赛晚辈，时刻用自己的行动感染着我。在内分泌科，黄主任热情无私的帮助我做问卷调查和辅导学习；在急诊科，梅教授兢兢业业的以科室为家；在呼吸科，姚教授的外语查房娴熟而不失风趣幽默；在肾内科，郭主任一丝不苟地改病例；在神经内科，丁教授始终如一、细致耐心地体格检查。影像科见识了马教员一丝不苟地追踪影像病理的回报；消化科湛教员的病例讨论启发你步步思索；呼吸科的夏协理总是找到很多新奇的病例做早查房；抢救室的老章在孩子气中总是透出些灵光的睿智；骨科的汪教授不吝笔墨，耐心细致地画图讲解解剖结构。信手便可拈来，聊叙实难停笔，感动我的人实在太多，竟“呼呼呼”地思如泉涌冒将出来，只得强迫自己不再回想。

轮转还有一个心得，就是千万不要小觑小科、专科的轮转，如风湿免疫科、肾内科等等，往往它们更能帮助你深入地了解疾病谱，让你医学知识的大厦有种“别开生面”的角度。

被考试“烤”糊了、被各种抹脖子及打砸抢烧的事件吓怕了之后，不时听过来人心酸而半带开玩笑地说：“要是孩子敢学医，就打断他的腿！”我们难道没有权利为了更好地生活？我们一个个又不是工作狂！可是，自从踏上这条路，我们便义无反顾地走下去，尽管对很多人来说，在现在的医疗环境下，付出更多的努力却未必能换得更好的生活。学西医难，学中医更难。有句话说：“少年读儒以立业，中年问道求长生，老年参佛知所归，一生研习中医则皆可全。”既然选择，就已决定风雨兼程。

有些事情的发生，就像在屋子里发现了一只蟑螂一样，它透露给你信息，这些“一次受精，无限繁殖”的家伙，在房间里的每个角落，已经埋伏好了“千军万马”，不买个杀虫剂解决不了根本问题。总有一些人，原本只是生命的过客，后来却阴差阳错、不打不相识地夯实了感情的基础，成了记忆的常客。成长的烦恼让我们变得成熟的时候，也让我在千锤百炼中意外地收获了人生中最坚实、最珍贵的友谊。

动辄花上一个、两个，甚至三四五六七八个小时叮叮咛咛地对着电脑屏幕码字，确实也是一项很考验耐心的工程。有的科室很忙，于是，有那么一段时间，以至于每天只能挤早上睡醒时的时间去补记前一天的东西，倒也有些意想不到的好处，可以顺便煮点粥当早饭，甚至便宜下舍友了。

我在写书的同时养成了随时用手机拍照的习惯，并把这个习惯带到了生活中。有一次拍舍友在宿舍里炒豆角，他开玩笑说：“你啊，以后要是出去卖，绝对没人敢嫖你！”举着手机正录像的我不解：“为什么？”他很自然地对着镜头说：“因为你喜欢

拍照啊!”嗯,拍照确实是个意外收获的习惯,但也的确扎扎实实让我记住了很多东西。

以时间为线索串起来的这本日记,虽然不像课本那样系统和完善,但确实是临床轮转的一日日积累。每次翻阅回味,这一日一日的真相总能把我拉回到曾经每一天活生生的现实。翻阅此书的你若是不曾有过某些科的轮转经历,尚可以翻开这本书,按图索骥,Maybe能有些许的印象,并希冀能够有所帮助。读完全书,你会发现,医生其实是个孤独的职业,所以它们需要在手术台上聊天解压,需要在写病历的时候调侃打发无聊,当然,更需要挑灯夜战,做永远做不完的科研和课题。

虽然也努力了,但深知自己没那么多的“蕙质兰心”,也没有出口成章、过目不忘的本事,所以敲敲打打记下些文字本待“温故知新”之用,却不知不觉攒了这么厚厚一摞,不由得我是“手舞足蹈”“笑痴疯癫”了。毕竟不像专业作家那样,写出来的东西能够丝丝入扣、扣人心弦,但回首这三年的坚持,想想那些动辄写到腰酸背痛的日子,也长叹一口气;摸着这厚厚的本子,掂量掂量着其中的厚重,也开怀一声笑。也便想起,只有这一方天地,方是现实中的我思想自由驰骋、万里无疆的沃野,任放纵、任肆意、任酣畅、任陶醉,每一次沉浸其中,总觉无法自拔。

一路走来,正如唐代诗人贾岛所云:“两句三年得,一吟双泪流。知音如不赏,归卧故山秋。”我不欲“归卧”,只想带着这一路的风景,追逐着这闪耀的无上荣光。

最后想说,不好意思了兄弟们,一不小心借了你们的“衣钵”,有些有的没的就安排到你们身上去了,谁让咱们关系好呢,呵呵呵。用一句曹雪芹老先生的话来结束,所有故事“假作真时真亦假,真作假时假亦真”,就让它们,都随着这文字的流逝,变作记忆的流觞。

再回首,站在这一刻,突然觉得自己像是一盆泡在清水里的豆子,吸足了水,在几欲撑破豆衣的那一刹,已经做好准备生根抽叶,去接受有阳光和雨露的洗礼。很喜欢信乐团的一首歌——

海阔天空 在勇敢以后
要拿执着 将命运的锁打破
冷漠的人
谢谢你们曾经看轻我
让我不低头 更精彩的活
.....

海阔天空 狂风暴雨以后
转过头 对旧心酸一笑而过

最懂我的人
谢谢一路默默地陪着我
让我拥有好故事可以说
看未来 一步步来了

我本是匹脱了缰绳的小野马，浅草没蹄地四方云游，而今，已经膘肥体壮，终于套上了缰绳，开始循着该去的方向奋起扬蹄，纵横驰骋。带着这首用声嘶力竭演绎的《海阔天空》风光上路，因为我相信，“只要是光，一定会灿烂的”！

结束了这一场途经三年的“走马观花”，着笔了这一轮耕耘三载的春秋冬夏，宝贵的时间用生活的磨砺和临床的实践一点点武装了我的头脑和心智，于是乎，“回头是岸”仿佛就在昨天，转瞬之后的现如今，轻舟已过万重山。

2014年3月于第二军医大学

目录

第壹篇·肾内科

当这个假期与医生这个职业联系在一起时,所有的,都泡汤了。

- 壹之一 一直是跨界“选手” / 2
- 壹之二 车晓宁,是个微胖的女孩 / 8
- 壹之三 健康无从选择 / 10
- 壹之四 骨渣乱飞的日子 / 15
- 壹之五 来龙去脉 / 21
- 壹之六 永无止境的血液透析,反反复复的纠结 / 25
- 壹之七 救命的临时血透 / 29
- 壹之八 猪 or 婴儿般的睡眠 / 34
- 壹之九 梦由心生 / 35
- 壹之十 肯德基都啃不起 / 38
- 壹之十一 自然的声音 / 41
- 壹之十二 向患者学习! / 42
- 壹之十三 包子有肉,不在褶上 / 45
- 壹之十四 医生是个杂学家 / 48
- 壹之十五 值班第一夜 / 50
- 壹之十六 用身心去体会什么是治疗损害 / 52
- 壹之十七 脾肾两虚 / 55
- 壹之十八 办了出院我办入院 / 58
- 壹之十九 遇难成祥 / 60
- 壹之二十 将心比了心 / 61
- 壹之二十一 打的就是你 / 63
- 壹之二十二 基于友情 / 66
- 壹之二十三 医生一张嘴,护士跑断腿 / 68

- 壹之二十四 在真正的爱情面前,一切借口都是托辞 / 71
壹之二十五 早饭的幸福 / 73
壹之二十六 梦牵普陀 / 73
壹之二十七 淡淡秋思 / 77
壹之二十八 冷熟,生鲜,暖酒 / 78
壹之二十九 冷战 / 80
壹之三十 “你真的很好”其实很狗血 / 83
壹之三十一 没事儿的各种瞎折腾 / 85
壹之三十二 循证医学与经验医学 / 88
壹之三十三 备考 / 91
壹之三十四 当出科考已成往事 / 92
壹之三十五 熊拥 / 93
壹之三十六 放马归山,刀枪入库 / 96
壹之三十七 修成正“果” / 101

第贰篇·心内科

无助的时候,一盏希望之灯的力量有多大?
生可贵,死里逃生犹可贵!

- 贰之一 家的灯光 / 104
贰之二 心电图 / 107
贰之三 生活在希望的田野上 / 110
贰之四 冠心、高心、风心 / 111
贰之五 老爹驾到,自娱自乐 / 113
贰之六 谁谁谁靠得住 / 114
贰之七 天旋地转 / 115
贰之八 真真假假 / 116
贰之九 抄方的日子,抄方的人 / 117
贰之十 透过现象看本质 / 120
贰之十一 小熊是谁 / 122
贰之十二 生命绽放美丽 / 124
贰之十三 堂弟的癫痫 / 126
贰之十四 床头江苏移动,床尾山东移动 / 128

- 贰之十五 没猜到这过程 / 129
- 贰之十六 画饼充饥的“感谢信” / 131
- 贰之十七 病了病了 / 133
- 贰之十八 九万次心跳,三万次早搏 / 134
- 贰之十九 带着阳光上路 / 134
- 贰之二十 炙甘草汤 / 136
- 贰之二十一 摸着自己的胸口 / 137
- 贰之二十二 心脏杂音 / 138
- 贰之二十三 那些别离 / 139
- 贰之二十四 仰卧起坐 / 140
- 贰之二十五 悔之晚矣 / 143
- 贰之二十六 到底怎么了 / 144

第三章·消化科

云淡了,风清了,人走了,梦远了。

我觉得怎么有点像昨日重现呐!

- 叁之一 抢救 / 148
- 叁之二 道是无晴却有晴 / 148
- 叁之三 有痛别忍着以及手术前的纠结 / 149
- 叁之四 爱之深,害之切 / 152
- 叁之五 奇怪的早搏 / 153
- 叁之六 那些手术前的疯狂与纠结 / 153
- 叁之七 属核桃的 / 155
- 叁之八 人生无常 / 157
- 叁之九 噩梦 / 160
- 叁之十 上海雾蒙蒙,烟台雪纷飞 / 161
- 叁之十一 再出发 / 162
- 叁之十二 啊? / 163
- 叁之十三 淡定的心如止水 / 165
- 叁之十四 小葱拌豆腐式的牵挂 / 167
- 叁之十五 肥水不流外人田 / 169
- 叁之十六 送战友 / 171

- 叁之十七 赠课 / 172
叁之十八 也许是走入了正轨 / 172
叁之十九 惊悚烧伤 / 174
叁之二十 三松——松拳、松止血带、松液体 / 175
叁之二十一 莫道前路无知己 / 176
叁之二十二 东洋的地震，沪上来风 / 179
叁之二十三 最幽默调侃：日本人大“核”民族，中国人是“盐荒”
子孙 / 181
叁之二十四 虚长了一岁 / 182
叁之二十五 敢问路在何方 / 182
叁之二十六 碌碌无为的一天 / 184
叁之二十七 天若有情天亦老，人间正道是沧桑 / 185
叁之二十八 大风起兮云飞扬 / 185

肆篇·呼吸科

也许就在身旁，也许是在海角天边。

有一次在旁边听他颇有童趣地开玩笑，说是一听到“SCI”三个字母就晕倒，面相颇凶的他这时脸上居然洋溢着灿烂的童真。

- 肆之一 主动脉夹层 / 190
肆之二 内科医生的法宝是不断的鉴别诊断 / 192
肆之三 呼吸科的快乐生活 / 193
肆之四 主任教学查房 / 197
肆之五 每天成长那么一点儿 / 198
肆之六 阳光灿烂的日子 / 199
肆之七 生死时速 / 202
肆之八 谁是中医掘墓人 / 202
肆之九 体能测试来袭 / 204
肆之十 观摩出科考 / 205
肆之十一 边角料的段子 / 206
肆之十二 改病历的一天 / 209
肆之十三 学会思考 / 209
肆之十四 婚礼归来 / 210

- 肆之十五 一朝君子一朝臣 / 211
肆之十六 “碎碎”平安 / 212
肆之十七 健康诚宝贵 / 213
肆之十八 胸膜穿刺心得 / 214
肆之十九 因为爱情 / 216
肆之二十 夏雨如秋 / 218
肆之二十一 “恋”就是“变态” / 219
肆之二十二 重新上路 / 221
肆之二十三 轻抚菊花,笑而不语 / 223
肆之二十四 醉了,美了,呼噜噜噜睡了 / 223
肆之二十五 张飞的妈姓啥? 姓吴,“吴”事生非 / 225
肆之二十六 为了樱桃,冲动一次 / 225
肆之二十七 华岳论剑 / 226
肆之二十八 意外 / 228
肆之二十九 离别 / 230
肆之三十 出科了 / 231

第五篇·影像科

X片就像投影仪一样。CT就是把人一片片地“切”了,用辅助计算机技术重建图像。MRI嘛,你就知道原来人是水做的。
不自己读片,永远也学不会!

- 伍之一 进入影像的国度 / 234
伍之二 明显还没入门 / 239
伍之三 蜜蜂采花成酿蜜,为谁辛苦为谁忙? / 243
伍之四 学习机会来之不易,且行且珍惜 / 246
伍之五 转眼两茫茫 / 248
伍之六 一波未平,一波又起 / 250
伍之七 自己动手,丰衣足食 / 252
伍之八 一言“鼎”九 / 254
伍之九 骨头汤 / 255
伍之十 昨日重现 / 258
伍之十一 心依旧暖 / 260

- 伍之十二 一考就倒 / 262
- 伍之十三 Iphone4 / 265
- 伍之十四 重温 / 268
- 伍之十五 生活就在不经意间 / 269
- 伍之十六 不要成为别人的负担 / 270
- 伍之十七 但愿“年年有今日,岁岁有今朝” / 271
- 伍之十八 好事难做 / 275
- 伍之十九 轻松的学术会议 / 276
- 伍之二十 但求天天都有新感觉 / 278
- 伍之二十一 生日 / 281
- 伍之二十二 周末狂欢 / 282
- 伍之二十三 动! 恰! 动! 恰! / 283
- 伍之二十四 关机 / 284
- 伍之二十五 普通一天 / 286
- 伍之二十六 打牌和学习之间 / 288
- 伍之二十七 生命,脆弱 / 289
- 伍之二十八 生活总于不经意间 / 289
- 伍之二十九 联系的世界 / 292
- 伍之三十 研究性学习 / 294
- 伍之三十一 修成正果 / 295
- 伍之三十二 殊途同归 / 297
- 伍之三十三 跟电视剧,做“韩剧小王子” / 300
- 伍之三十四 一塌糊涂 / 300
- 伍之三十五 闭关修炼 / 303
- 伍之三十六 5个报告,2个小时 / 303
- 伍之三十七 拼爹 / 306
- 伍之三十八 一早“基”情 / 307
- 伍之三十九 剩饭达人 / 309
- 伍之四十 战争告败 / 310
- 伍之四十一 出科考 / 310
- 伍之四十二 观摩出科考 / 311
- 伍之四十三 珍惜在影像科最后的时间 / 312
- 伍之四十四 在影像科最后的早读片以及被“妖魔化”的新主诊 / 313