



健康星期五

*Jiankang
Xingqiwu*

王国平 张巧花 霍仕俊 著




山西出版集团
山西科学技术出版社



健康星期五

*Jiankang
Xingqiwu*

王国平 张巧花 霍仕俊 著



山西出版集团
山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

健康星期五/王国平,张巧花,霍仕俊著. —太原:山西科学技术出版社,2008. 8

ISBN 978 - 7 - 5377 - 3265 - 9

I. 健… II. ①王…②张…③霍… III. 医院 - 人间关系 - 中国 IV. R197. 322

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 130512 号

健康星期五

- 作 者 王国平 张巧花 霍仕俊 著
出 版 山西出版集团·山西科学技术出版社
(太原建设南路21号 邮编:030012)
邮 箱 zhanglp72@sohu.com
发 行 山西出版集团·山西科学技术出版社
(电话:0351—4922121 0351—4956025)
经 销 各地新华书店
印 刷 太原红星印刷厂
开 本 850×1168 1/32
印 张 10.375
字 数 256千字
版 次 2008年8月第1版
印 次 2008年8月第1次印刷
书 号 ISBN 978 - 7 - 5377 - 3265 - 9
定 价 32.00元
-

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。



序 言

山西省肿瘤医院王国平、张巧花、霍仕俊同志在出版《健康星期五》一书前，曾将样稿送于我阅。读过之后，很有感触。

山西省肿瘤医院以“健康星期五”这一活动为载体，以人文关怀为宗旨，以医学康复指导、健康干预为主题，一方面把临床医疗的范畴延伸到康复的过程中，有效地降低肿瘤患者出院后的复发率，另一方面通过开展活动，把医护人员和患者摆到同一位置，医患双方利益一致、地位平等、目的统一，营造了和谐的医患关系，创造了良好的医患合作氛围，医生赢得了患者的充分信赖，从而最终达到医患共同对付肿瘤“杀手”的目的。许多患者在肿瘤的治疗、康复过程中，不仅得到了医护人员细致周到的服务，而且通过参与“健康星期

五”系列活动，学到了防癌抗癌知识，从医院走出的不仅仅是康复者，而且是健康知识的传播者。

《健康星期五》这本书真实地记录了山西省肿瘤医院医护人员与淋巴瘤患者之间发生的故事，倡导医患共同“构建和谐、促进健康”的核心理念，探讨了医患之间的新型关系模式。医学是自然科学中最具人文性的学科，医学治疗和护理也应该是最具人文关怀的工作。在我国构建和谐社会的进程中，在深化医药卫生体制改革即将展开的关键阶段，构建和谐的医患关系是我们做好卫生改革和发展工作的基础。“健康星期五”活动中所蕴含的理念值得医疗机构参考和借鉴。

以上是我个人对本书的一些看法，特写此序。

卫生部部长



2008年6月于北京



前 言

《健康星期五》，是本书的书名。

“健康星期五”，也是本书要倡导的医患双方共同构建和谐、促进健康的核心理念。

也许有朋友要问，为什么会起这么一个没有新意的书名，或者是说《健康星期五》有什么的含义呢？

其实，知道不知道为什么把书名定为《健康星期五》，或者说知道不知道“健康星期五”有什么意义，都不是最重要的。而最重要的是只要有朋友关注《健康星期五》和“健康星期五”就可以了。也就达到本书的目的了。

可以想象，一个婴孩在诞生前，每一位做父母的都一定会为自己的婴儿叫什么样的名字大动一翻脑筋。而每位做父母的又总是为自己的孩子最后定下的名字，心有些许的不太满意，或者说有丝丝遗憾。因为，中国的文字实在是太过于博大精深，想要用几个汉字表达一种愿望和愿景，也并不是一件容易的事情。

当初“健康星期五”这个名字并不是用来做书名

的。而是山西省肿瘤医院以血液科为示范新推出的一项从“细节”上转变医疗作风，构建和谐医患关系，医生患者共同促进健康为主题的活动名字，叫“健康星期五”。起初，大家为了给这个活动起一个满意的名字。我们几个人专门约到一家咖啡厅里商量，你一言我一语的，有人说叫“健康你我他”，也有人说叫“健康每一天”，也有人说叫“健康大家”或者“健康天天”等等。大家都觉得每个名字都不错，又觉得都不尽满意。不过有一个主题思路是明确的，就是不能偏离“健康”这个主题。有分歧的是“健康”后面应当囊括什么内容才最为合适？“你我他”也好，“每一天”也好，或者说“大家”、“天天”也好，都觉得有点太“大”。凡事只要“太”就势必显得“华而不实”或“夸大其词”，而这些又恰恰不是我们的作风。讨论来讨论去，最后终于定下了“健康星期五”这个名字。因为我们有一个美好愿望，就是将爱心献给所需要的人。

我们知道，星期制是目前世界各国通用的一种制度。从星期一到星期七的名称最早起源于古巴比伦。公元前7~前6世纪，巴比伦人便有了星期制，把每周分为七天，分别日、月、火、水、木、金、土七个星神的名称来命名，由七个星各主管一天。当这种星期制度由巴比伦、古希腊、古罗马等地传到不列颠后，当地人又用自己信仰的神的名字改造了4个名称。因此就形成了今天英语中的1周7天的名称：Sunday

(太阳神日), Monday (月亮神日), Tuesday (战神日), Wednesday (主神日), Thursday (雷神日), Friday (爱神日), Saturday (土神日)。既然, 星期五是爱神日, 我们把“健康星期五”作为奉献爱心的一天, 也许是我们最终极的目的。

“健康星期五”活动运行一段时间后, 深受广大肿瘤患者、淋巴瘤康复者、家属、医护人员和社会各界的好评。因此, 在成书的时候, 也就理所当然地把“健康星期五”用做《健康星期五》了。至此, 我们赋予它的含义, 或者说期望至少有两个层面的含义: 一层是“健康星期五”是一个医生和患者共同开展的以“健康干预、健康指导”为主题的活动; 一层是“健康星期五”是本书的名字。

医学是自然科学中最人文性的, 也是人文科学中最具科学性的。尤其是当现代医学技术发展到了分子生物、基因、克隆水平时, 似乎没有比人性和人文化医疗更能引起人们的关注了。这是近年来在专家和专业人士界形成的一种共识。而且这种共识在有识之士的积极探索中, 已把追求人性化服务作为医学界一种新的境界, 来惠及广大患者和社会。山西省肿瘤医院就是这样, 在这种新的文化理念引领下, 针对肿瘤患者的特殊性, 以血液科为示范, 开展了“健康星期五”系列活动, 使医院和患者、医生和患者的关系恢复到了融洽、亲密、和谐、平等的台面上。这不仅在医疗运作中构建了医患关系新模式, 而且真正维护了广大

肿瘤患者的最大利益。

新的医学理念和实践表明：医患关系的融洽，可以促进医学科技的进步，使医疗行业作风从根本上得到好转和改善，最终达到医患共同战胜病魔；反之，医学关系的紧张，使医疗行业作风步入“恶性循环”，可以导致医学科技的倒退。山西省肿瘤医院以“健康星期五”为载体和形式，以人文关怀为宗旨，以医学科学康复指导、健康干预为主题，通过开展各种形式的活动，从体制和机制上改善医患关系，创造良好的医患合作氛围，达到医患共同对付肿瘤“杀手”的目的。一是探求新形势下医患关系新模式，营造医患“零”距离、无“限期”共同战胜疾病的机制；二是把传统只面对住院患者的临床医疗行为，延伸到出院后的康复患者，甚至亚健康和健康人群，并对其进行跟踪治疗；三是为康复期患者提供科学、规范的康复指导，随时纠正、解答其在康复期存在的不科学行为和困惑；四是进行健康干预和指导；五是进行相关课题研究，搜集、统计、整理相关健康运行数据。

通过实践证明，“健康星期五”一是改善医患关系的最佳结合点。山西省肿瘤医院创建“健康星期五”，这种形式把医护人员和患者摆到同一位置，医患双方在活动中利益一致、地位平等、目的统一，医患双方关系表现为医患共同关系。自医疗改革以来，医疗运作由过去单纯的“福利”行为转为“市场”行为，医患关系在这种转型过程中发生了本质变化。过

去的患者“求”医过程演变为患者“择”医过程，以“服务”为主导的医疗行为转变为以“消费”为主导的医疗行为，医生“主宰”患者消费的“模式”在实际医疗运作中受到很大程度的冲击，这种来自患者意愿的“冲击”，其实是“背离”医疗科学自然属性的，使医患之间横加了一种不容易逾越的“障碍”；尽管医护人员所拥有的医学科技知识和所积累的丰富临床经验，相对于患者来说具有绝对的权威，但由于患者的知情权、消费权等等权利被“医疗市场”行为的“激活”，致使医患之间在实际运作中又附加了一种“契约”关系，即患者到医院拿钱不但要“买”康复，而且要“买”到健康甚至生命，患者的愿望超出医学科技现实和医疗水平能力的现象，弄得医生在实际工作中不得不“谨小慎微”的看患者“脸色”，医患各自的“自我保护”本能更使医患之间的关系“疏远”；在这种形势下，医院必然会采取一系列服务改进措施，以“拉近”医患距离，但现实中由于患者“自我维权”观念的“超前”和其医学知识及其他观念的“滞后”，往往认为医院的“优质服务”只是为了“掏”其“腰包”。这些都充分说明医患关系从过去的单纯“态度”问题进入了一个新的多维“怪圈”，也表明医患之间的理解和沟通要重新寻找新的途径。山西省肿瘤医院“健康星期五”恰恰是在这种需求下诞生的，适应了与时俱进的医患关系的需要，医患之间的种种矛盾在“健康星期五”活动中可以得到协调，良好医

患关系为此注入了生机和活力。

二是医院在改革发展中新的经济增长点。随医疗市场的形成，过去那种单纯靠设备和人才实力“打拼”的潜能越来越小，一是缘于“硬件”资源的相对“饱和”，二是缘于那是一种“高投入”型的“高效益”，“市场”空间和“利润”空间都相对较小。山西省肿瘤医院以“健康星期五”的形式把医生和患者关系提升到了一个新的平台上，最直接的益处就是赢得了广大患者的充分信赖。医护人员把“带着感情为患者看病，担着责任为患者花钱”的理念，不仅点点滴滴的渗透到了医疗运作的实际中，而且是渗透到了康复者（会员）的康复过程中。在这种过程中，医院创造的是学科团结合作精神和团队精神，创造的是医院的“品牌”形象，患者和会员对医护人员产生的信赖，有效地扩大了肿瘤医院的社会知名度和认知度，且这种信赖在日益成熟的医疗市场竞争中是最为至关重要的，这完全符合市场竞争的基本规律。

三是探索医学新模式的切入点。按照世界卫生组织所定义的人的三大功能：“器官和脏器水平的身体功能”、“人的个体活动能力”和“社会活动能力”，这就要求医学模式要从单纯恢复患者身体功能的层面，提升到个人活动能力的恢复和社会参与能力的恢复上来。山西省肿瘤医院开展“健康星期五”，最实质也是最关键的一点，就是把临床医疗的范畴延伸到康复的过程中。目前判定临床医疗效果，主要是靠各种仪

器的检测指标和医生的临床经验判定患者是否治愈。所谓“治愈、好转”出院，也仅仅是患者症状的消失和缓解，而且这种“治愈或好转”往往是可以“逆转”反复的，尤其是对肿瘤患者来说，复发的可能远远高于综合医院的普通患者。因此，有效地降低肿瘤患者在出院后的复发率，从而提高肿瘤患者的生存年限和生存质量，让更多肿瘤康复患者平稳地度过出院——康复——健康的“瓶颈期”，是医学新模式下亟待探索的。在“健康星期五”活动过程中，医护人员千方百计，采取各种手段使患者的身体功能得到最大程度恢复，包括运动、感觉、言语、认知、情感、心理、精神等功能的恢复，这种对医患之间的合作既把医护人员对患者的服务延伸到院外，进行着一种“无限期”、“无边界”的合作，而且把医学领域的范畴延伸到康复过程中，这为医学发展和医院改革开辟了崭新的领域。

《健康星期五》真实地记录了山西省肿瘤医院血液科医护人员与淋巴瘤患者之间发生的真情故事。在《健康星期五》中，用一个个活生生的事实告诉人们：医生和患者如同亲友般亲近，如同朋友般的坦诚，如同战友般真挚，医生和患者充满了理解与信任，充满了感激与和谐。医护人员们为了一个个肿瘤患者默默奉献几十年如一日，像天使一样，给患者以无微不至的关爱与呵护，不仅为拯救患者的身体而日夜操劳，而且为拯救患者的心理健康而不懈探索。有的患者在

医护人员的精心施治下，完全康复、重新融入社会，成为企业家、经理、老板、官员、律师、留学生……但无论他们走到哪里，每当新年钟声响起的时候，他们都不忘给医护人员打一个拜年电话或寄一张贺卡，或者重新“回家”看望给了他们“第二次生命”的医护人员；有的患者治愈康复后或当了新娘、做了妈妈、考上了大学，或重返工作岗位……他们没有因为曾经患过“肿瘤”被社会“抛弃”，被家庭“抛弃”，他们像健康人一样，幸福快乐地工作着、生活着、为自己的人生奔波着……有的患者在治疗、康复过程中，不仅得到了医护人员细致周到的服务，而且通过参与“健康星期五”系列活动，学到了防癌抗癌、健康饮食、心理调适、瑜珈训练、医学科普、健康干预等知识，从这里走出的不仅仅是“康复者”，而且是“有学问者”，是健康知识的传播者；当然，也有的肿瘤患者永远地离开了这个世界，但他们在生命的最后一刻，是坦然安详地离开的，他们没有遗憾和抱怨，而是对医护人员充满感激和感恩，即使在临终前的一刹那，也不忘嘱托家人和孩子，给医护人员送一面锦旗或“道一声谢”……

本书共分五部分，分为真情故事、心灵咖啡、瑜珈酒吧、营养小屋、健康星期五。记录的是真人真事，描写的是真情真意，弘扬的是真理真道。在病痛、惶惑或失落之际，书中的故事给读者以慰藉，癌症不等于死亡，医患永远是朋友，人间处处有真情。细读本

书可以悟出：在第一层面上，肿瘤医院有其特殊性，主要表现为：肿瘤患者相对于一般患者，最大区别就是肿瘤患者更需要人性化的关爱，尤其是在医学科技尚未完全破解“肿瘤”之密码，临床上针对肿瘤所采取的手术、放疗、化疗、基因、生物、介入、综合治疗等手段，虽然有效地延长了肿瘤患者生命，提高了肿瘤患者生存质量，减轻了肿瘤患者痛苦。但这并不意味着人类攻破了“肿瘤”医学难题。当面对肿瘤，医学手段“束手无策”时，医护人员所能做的只有给予肿瘤患者更多的人文关怀，此乃其一；肿瘤患者相对于一般患者，在求医过程中最本能的愿望是求“生”，患者是抱着把“生”的希望交给肿瘤医院而来的，这就意味着肿瘤患者对肿瘤医院的期望值远远高于综合医院，肿瘤患者的特殊需求，决定了肿瘤医院必须在医生和患者中间架起一座相互沟通的桥梁和纽带，让医护人员和患者来共同携起手来对付人类健康的第一杀手“肿瘤”，此乃其二；医学实践证明，人性化的医疗服务不仅能使患者享受到被尊重的愉悦，使患者的权利得到保障，从而使医患关系亲密起来，而且是病体得以康复的“催化剂”，尤其是对于肿瘤患者来说，人性化服务的健康催化作用更为显著，此乃其三。在另一层面上，肿瘤医院和综合医院一样，在医疗市场竞争日益激烈的新形式下，都面临着：一是在靠技术、设备、设施、环境、人才等“硬件”来赢得医疗市场份额“空间”越来越小的情况下，医院只有选择

以优质的服务“打拼天下”，扩大市场份额；二是伴随着《医疗事故处理条例》、《医师法》、《护士法》、《举证倒置》等法律和相关规定的出台，患者的维权意识日益增强，医院在改革进程中，必然要把改善医患关系作为医院进入实质性市场竞争的最佳突破口，采取种种有效举措，并提到重要议事日程实施；三是多年来医疗行业在经济利益驱动下，一度出现的行业不正之风，不仅在某种程度上玷污了医护人员“白衣天使”的神圣形象，而且“扭曲”了医患双方本来正常的融洽关系。随着医疗运作中日趋形成的市场化行为，社会越来越强烈地呼唤医护人员重塑白衣天使形象。尤其是在2003年我国抗击SARS中，医护人员面对疫情表现出那种无私无畏的高尚情操，更加激起了人们对“白衣天使”的渴望，即医护人员固有的“天职”不能丢。这既是医院在新一轮市场竞争中的“软肋”，同时也是赢得医疗市场的“契机”。基于此认识 and 理念，山西省肿瘤医院推出的“健康星期五”系列活动，是在新形势下探求构建和谐医患关系新模式中值得思考和推崇的，这也许正是本书所期望的目的。

“健康”是人类最重要的财富，有了健康才能有一切，有了健康一切才变得有意义。然而，在现实真正拥有“健康”或者说拥有真正“健康”者，并不是完全个人和个体的事情。要想“健康”不仅需要知识、理念；而且需要环境和条件。而且在本书中的“健康”不仅仅是指身体上“无病”，而是包括身体、

心理、社会角色、社会关系全方位的“健康”。作为医务工作者，能够给更多的受众提供健康的环境、传播健康的知识、倡导健康的理念、打造健康的平台、构建健康的关系，何乐而不为呢？

书中故事患者人物均隐去真名，请读者能够理解。

本书在撰写中，张琦、白敏、任丽娟三名在山西省肿瘤医院血液科攻读血液肿瘤专业的研究生，血液科侯淑玲副主任医师，山西省肿瘤医院宣传部马杰等同志付出了辛勤的劳动，在此特表示谢意。

由于作者水平有限，时间仓促，书中难免会出现这样和那样错误，敬请读者朋友批评指正。

王国平 张巧花 霍仕俊

2008 年元月于太原

目 录

真情故事

1. 上世纪 80 年代, 第一例骨髓移植 2
2. 每当新年钟声响起, 医生总能接到病人的拜年电话 5
3. 关爱和故事陪伴小患者康复 10
4. 一个淋巴瘤患者儿子的故事 14
5. 医生帮助这对夫妻实现了爱的诺言 19
6. 淋巴瘤康复者的幸福生活 23
7. 用爱心和医术战胜“死神” 27
8. 把爱延伸到患者家中 31
9. 母女俩先后患上了同一种肿瘤 37
10. 第一位病人, 让我充满自信 41
11. 迟送的锦旗, 真诚的感谢 45
12. 淋巴瘤的生死恋 49
13. 姐弟情深 52