



挂不准号？看不上病？弄不懂化验单？
90后小大夫风趣犀利回应各种槽点

不就是 看个病吗

(赵雅楠 著)



让中国式就医从此省钱、省力、省时间
看病可以如此简单



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

不就是 看个病吗



(赵雅楠
著)



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

不就是看个病吗 / 赵雅楠著. — 北京 : 北京联合出版公司, 2017.6

ISBN 978-7-5596-0451-4

I. ①不… II. ①赵… III. ①医疗卫生服务—介绍—中国 IV. ①R199.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第115721号

不就是看个病吗

作 者 : 赵雅楠

选题策划 : 知 是

责任编辑 : 咎亚会 夏应鹏

封面设计 : 门乃婷工作室

版式设计 : 佳 佳

责任校对 : 袁大威

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

河北鹏润印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 160 千字 140 毫米 × 210 毫米 1/32 印张 9.5

2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5596-0451-4

定价 : 39.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-82069336

目录

contents

预检

001

哪儿疼挂哪科，再也不用担心挂不准号了

挂号这门技术活儿，抓早动快，精准定位，缺一不可

分诊

010

最全面最清晰的医院科室清单来啦

快人一步拼的不是网速，而是常识

真伪

021

拆穿骗子医院，六招识破陷阱

医托“爬”上网，坑你没商量

面诊

036

人人都好用的找准对口专家绝招

学会这三招，98% 的专家都逃不出你的火眼金睛

挂号

046

一举成功，需要这样的挂号方法

如何让一个疲惫的老专家在工作中开心地增加工作量

初诊

056

只有大夫们才知道的省钱最优方案

普通门诊开检查单，专家门诊买诊断思路



号贩子

062

滴滴滴，你已经被黄牛小雷达扫到啦

黄牛党的那些招儿，你也用得上

敬老

070

父母在，不远游，游必有备

老人看病三大难：找不到，挤不动，等不及

检查

083

没啥，我们只是需要提前做的工作不一样

请再多憋 15 分钟，之后整个世界都是你的

急诊

091

这个节骨眼儿闹腾，家属你太狠心

每一场医闹，都在吹散生命之火

医保

101

省钱大招，缴费前先去问门诊医生或医保办

致那些年因为不懂医保而多花了的冤枉钱

医患纠纷

109

误诊 VS. 医疗事故

即使一流的医院也有 20% 的误诊率，真正的委屈其实是“医术不佳”

病历

118

挂十几块钱的专家号享受几百元的国际门诊

就诊之前写病史，病因、症状和诊疗过程缺一不可

过度医疗

134

从医生的全世界路过

医学素养就像内衣，不能逢人就证明你有，但要有

问诊

142

这样聊，惜字如金的大夫也会滔滔不绝

聪明的患者，一次就能问清楚

江湖

149

医院科室龙虎榜，痛痛痛，忙忙忙

忙碌之中的荒诞，安全背后的危险，冷漠面孔下的热心肠

陪诊

156

爱你千日，给力一时，好家属是这样炼成的

遵循分工协作四定律，三人行男女混搭全程开挂

检查

163

是“镜”还是“穿”，有创无创很关键

是不是硬汉，膀胱镜说了算

化验单

184

看懂血常规，这点简单技巧够用了

红道跑运输，白道守家门

黑名单

191

被侮辱与被损害的

不理性维权，受损害最多的还是自己

复诊

201

信任，是一切美好的开始

要想查得清，就要查得全；要想查得全，就得得多花钱；不想多花钱，争当“傻白甜”

住院

209

赖床的“蝴蝶效应”

医药费流向大揭秘！这事儿也许和你想的不一樣

移植

215

世界很大，幸好有你

没捐肝前，总盼望着孩子能站出来救父亲；等孩子同意了，却又为年轻的生命担心，怎么办

器官捐赠

225

在他们需要的时候，上帝派来了天使

他的温度将在别人的身体里回升，他的心脏将持续在这个世界上跳动

红包

233

拒收协议，反成红包提醒神器

世界上没有两个完全相同的手术，也没有两个完全相同的恢复时间

治愈

242

概率就在那里，不离不弃

红包的功效也许并没有那么强大

麻醉

249

疼了能睡，不疼能醒，就是这么任性

酒量好对于麻醉来讲，也许并不是一件好事儿

医嘱

259

治愈系重口味

“振动泵”“肛塞”“拔管”“烈焰红唇”……满满的都是干货

好大夫

272

怎么选？分清里子和面子

永远不要从一个人嘴里判定大夫的优劣

随访

281

医生的归医生，病人的归病人

换药、停药、减药，都是性命攸关的事



预检

哪儿疼挂哪科，再也不用担心挂不准号了

挂号这门技术活儿，抓早动快，精准定位，
缺一不可

大部分人一进医院，基本上两眼一抹黑，既听不懂导医台护士的忠告，也找不到要去做检查的科室。就说这最关键的第一步，身体哪块儿病了，在情急之下都描述不清。

当然，这急坏的可不只是患者，还有我们医院的玲姐。

玲姐是我们医院有名的美小护，集高智商与高情商于一体，说话、办事特别利索，一秒钟蹦两三个字是她的工作常态，常年镇守在导医台这个患者必争的“风水宝地”，从早上六点半就要三头六臂，开始眼比手快、手比脑子快地交通指挥，分流患者，答疑解惑。

遇到头疼脑热的，直接左手一指“往左出医院，直走 20 米去发热门诊”；遇到外伤骨折的，直接右手一指“直走 5 米去急诊”；来个慢性病的，一边听患者描述，一边让患者填单子。以玲姐的应变能力，同时回答三五个患者的问题那都不是事儿，只不过患者常常抢问，还要求玲姐抢答，这就使得玲姐经常被次序问题烦扰，不知如何是好。

就说这“挂哪科”的问题，有的人来得晚，但思路清晰、嘴皮子麻利，只喊一句“我胃疼”，玲姐想都不带想地说：“挂消化内科，前方挂号，后上四层门诊。”

有的人忸忸怩怩，半天才蹦出几个字儿“我怀孕了”，玲姐也是处理得游刃有余，直接说：“要孩子的去产科，不要孩子的去妇科。”答得干净利落，就是旁人只看挂号便能判断出女子的意愿，真是隐私全无。

要说最麻烦的，莫过于这样一种人，来得早但啰啰唆唆：“大夫，我前天这里疼，这两天疼的位置靠下了。”玲姐瞪大了眼，听患者描述得云里雾里，疼的位置硬是从乳房指到了肺，接着从肺下移到了胃，急得玲姐忙问：“你到底什么症状最重？乳房疼就挂乳

腺外，肺不舒服就挂呼吸内，胃疼直接挂消化内，如果都疼，就直接挂急诊，然后请大夫会诊。”

这下可好，此言一出，惹得患者及其家属各种不快。患者心想，凭什么那个胃疼的是后来的，你给人家肯定句；我们先到的，你却给我们来了个选择题，让我们四选一，这还有没有王法，凭什么后来者优先？

但这还不是最棘手的，最棘手的是完全语言不通。有一次，一个印度患者说着印度风味的英语，对着玲姐又唱又叫，手舞足蹈地表达病情。玲姐瞪着眼不知所云，见到我从旁边经过，赶紧拖来充当翻译。

我看了看这三个印度人，根本分不清谁是患者谁是家属。当我用英语问他们哪里不舒服时，那个手舞足蹈的男人仅仅甩给我一个词 “infertile”^[1]。

噢，这不是“贫瘠”的意思吗？我看他们发育还都挺好，没有贫瘠啊，可是他一直非常着急地在我的头顶比画着，有那么一瞬

[1] “infertile”一词既有贫瘠之意，也有不能生育的意思，当时我只想到贫瘠之意，因此造成了误会。

间，我以为自己豁然开朗了：两个男士个个一米八开外，只有一个女士略与我平齐，莫非对于他们来说长成我这种身高就算是贫瘠？

于是，我恶狠狠地在纸条上写下了“内分泌科——生长发育门诊”，然后告诉他们把这个纸条给挂号处就行，继而愤然离开……

这一幕可把玲姐逗坏了，玲姐说，早些年，她当急诊护士的时候，上的是 24 小时的班。一天清晨，她刚准备下夜班，就被一个表情痛苦的男人拦住了。男人一站定，二话不说开始脱裤子，吓得玲姐以为遇到了“露阴癖”，差点给精神科的老师打电话。结果男子张口说：“大夫，我痒。您这是急诊救急，先给我止止痒吧！”

玲姐惊得目瞪口呆，周围的人也都蒙了，弄明白了他的意思，玲姐赶紧说：“您还是上三层皮肤科看看吧，他们专业止痒。”

男子却着急起来：“大夫，我这是性病，你怎么让我去皮肤科呢？”

玲姐也不含糊：“您是街头小广告看多了吧？这里没有性病科，只有皮肤科，性病就看皮肤科。”

类似的段子实在太多了，玲姐的无奈也有很多，不过，跟患者

在导医台洋洋洒洒浪费的宝贵挂号时间相比，这些都算不上什么了。

对于患者来说，真正的无奈是只差一分钟，专家号没了。

可是如果导医台没有像玲姐这样三头六臂的人，如果你在来医院之前没有做任何功课，啰里啰唆说不清自己的症状，不仅耽误自己的时间，还会耽误其他患者的时间。玲姐是稀少的，患者群是庞大的，生命是可贵的，谁的时间在挂号的时候都耽误不起。

所以，作为聪明患者的第一步，我们应该在挂号时脱口而出“我哪儿疼挂哪科”，而不是做一个行动派，撩起衣服给大夫看，更不用在大庭广众之下，把自己的病情搞得尽人皆知。

挂号是门技术活儿，抓早动快，精准定位，缺一不可。如若你对自己的构造把握得很好，那么就能在时间上抢占先机。

就拿人体来说，一个骨架撑起一副皮囊，中间填塞大量的器官，最复杂、最难挂准号的就是这部分。

对于骨头和皮肤来说，骨头断了或者皮肤长痘、起疹子，凭常识就能迅速判断要去骨科和皮肤科。

只不过，如果你的视线再广阔一些，就会发现，皮肤不仅仅只覆盖脸蛋、胳膊、大腿，会阴区也一并被覆盖，这也是为什么那个

瘙痒难耐的男子要去看皮肤科，让他抓狂的是生殖器上的那块皮，只要是皮的事，都归皮肤科管。

烫伤除外，烫伤去烧伤科看。

除了骨头和皮肤外，中间填塞的大量器官都在我们圆鼓鼓的胸和肚子里，90%的问题都在这里。如果你能把这里的次序都搞清楚，那么离“挂准号”就不远了。

先说说胸和肚子的最大差异。胸是有盔甲的，肚子没有盔甲，软软的。顺着肋骨摸，有肋骨覆盖的地方叫作胸腔，没有肋骨覆盖的地方叫作腹腔。肋骨的外面悬挂着的两块脂肪组织，就是乳房。如果胸疼，最好先好好感觉下是里面疼还是外面疼。外面疼的先推测是乳房问题，挂乳腺外科；如果乳房没事，就可能是肋骨炎，挂骨科或者胸外科；如果都没事，确定是里面的问题，就得好好说道说道了。

就跟电影《美女与野兽》中野兽要保护美女一样，胸之所以让肋骨保护，也是因为胸腔里面的器官太过娇弱。如果非要形容一下胸腔里的构造，就像一把扇子打开，上面放了一个窝头。这把扇子是肺叶，朝上的扇子柄是气管，而这个窝头，就是大名鼎鼎的人体

“马达”——心脏。马达坏了要先去心内科看看，不行再转到心外科；如果气管和肺坏了，喘不过气来，直接去挂呼吸内科；要是喘憋的位置靠上，可能就是喉咙的事，要去耳鼻喉科看看。

除了胸腔里的这些娇脏，腹腔里其余的器官可谓鱼龙混杂，各个器官的综合作用就是将“饭”成功变成“屎”。

一份香喷喷的午饭经过口、食管到达胃，在胃里进行第一步酸水浇灌。这个过程一般会经历 4~5 小时，然后成功捂出成为屎的第一步——酸臭味，换个专业的说法叫作“食物消化”。

接着，混合的食物会进入肠道。在这近乎密闭的冗长通道里，接受来自胆囊和胰腺的液体滋润，分解消化。胆汁在滋润食物的同时，也给这层食物抹上一层天然的绿色，这个颜色最终将变为尿黄色。于是，混合着各种消化液的食物在肠道细菌的作用下，成功地十里飘臭，臭名远扬，这就是我们每天都需要排出的“屎”——屎的微观组成其实就是食物残渣和细菌碎片。

你可以清晰地看到，腹腔里装的器官大部分都是为消化而服务的——胃和肠子提供场地，肝和胰腺提供消化液，所以，这些器官出了问题都可以先挂消化内科。不过，具体情况具体分析，要挂准

号，搞清楚肚子里器官的位置特别重要。

如果你刚刚成功摸到了胸腔，那么没有肋骨保护的软绵绵的下方，就是腹腔。腹腔的入口，正是胃。你看各种胃药的广告，手捂的位置都特别到位，就是在肚脐上一手掌正中的位置。这个位置可谓“巨星”云集，不仅有胃还有背后的胰腺；手掌的右上方是肝脏，左后方有著名的血库——脾脏；手掌以下，就是各种肠子缠绕，靠中心的是小肠，大肠在四周环绕。整个肚子都是为了消化食物而辛勤工作，所以，肚子里 90% 的慢性问题要挂消化内科。

如果是突发性肚子疼，除了看急诊，还可以挂普外科。因为很多时候，男人们打架，一脚飞起来，偏左^[1]可能踢得对方肝破裂，正中有可能挫伤胰腺，偏右就会脾破裂引起大出血，这些都属普外科的范畴。

当然，在一些大医院，普外科又分了小科，所以这些地方的疾病还可以挂肝胆外科。

如果你捂胃的右手能映射到后腰，那么指尖和掌根的位置就是

[1] 此处左右是针对施暴的那人而言的，是施暴者看的左右，以患者为参考物，脾脏在患者自身的左侧，施暴者在患者对面，朝右踢会造成脾破裂。肝脏的左右同理。

左肾和右肾。虽然很多男性非常愿意将肾疼转述为腰肌劳损，狭隘的认知使得他们认为肾有问题就是肾亏，但肾亏很明显是个中医术语，在西医的字典里基本不存在。我们的诊断课本里从没见过肾亏的诊断，有的只是“肾炎、肾结石”。因此，如果某天你尿液发生了变化，同时后腰疼痛，就要考虑挂“肾内科”或者“泌尿外科”。

至于再往下的位置——裤裆水平，不用多说，大家自有分寸。

笼统来说，若是浅表的皮肤问题（包括各种性病），大家都可挂皮肤科。

若深层点，影响到尿道，大家还可挂泌尿外科。

而如果在要宝宝的事情上出现了问题，非要男女有别一下，男性可以挂泌尿外科，女性挂妇产科；如果夫妻俩一块儿出现问题，共同挂不孕不育科也是不错的选择。

听着我这一通总结，玲姐满意地笑了：“小赵，你真该把这些总结打印出来，在门诊门口发放，这样我上班就可以赛神仙啦。”



分诊

最全面最清晰的
医院科室清单来啦

快人一步拼的不是网速，而是常识

其实，真要让玲姐赛神仙，我这点三脚猫的总结还不够。要想比人快一步，利用电子产品来预约挂号，拼的还真不是网速，而是常识。

打开各大医院的预约官网，无一例外的都是颇为丰富的界面。不过，那些飘动的画面都是浮云，真正对你有用的，是一个叫作“科室导航”的栏目。大部分三甲医院的“科室导航”都很醒目，官网的主页上就有。有的医院，科室导航藏在“医疗特色”里，这都不是什么大问题，你挨个点点看，看见“科室”两字就点进去。

点进去的那一刹那，相信你已经惊呆了，突然蹦出了几十个似懂非懂的科室。就拿综合实力全国前五的医院来说，第四军医大附