

哪怕你是一个知识女性
对自己身体的了解程度也可能不到 **5%**

只有医生 知道! {2}

@协和张羽 发给天下女人的私信

如果你阅读的是惊涛骇浪
读完后也请放慢呼吸~

张羽 / 著



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

只有医生知道!{2}

@协和张羽 发给天下女人的私信

张羽 / 著



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

只有医生知道! .2 / 张羽著. —南京: 江苏文艺出版社, 2013. 11

ISBN 978-7-5399-6595-6

I. ①只… II. ①张… III. ①女性-恋爱-通俗读物
②女性-婚姻-通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第224858号

-
- 书 名 只有医生知道! .2
-
- 著 者 张 羽
责 任 编 辑 孙金荣
特 约 编 辑 齐文静 赵 娅
文 字 校 对 闫凤梅
封 面 设 计 门乃婷工作室
出 版 发 行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏文艺出版社
出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.jswenyi.com>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷 北京兆成印刷有限责任公司
开 本 700毫米×1000毫米 1/16
印 张 20
字 数 239千字
版 次 2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷
标 准 书 号 ISBN 978-7-5399-6595-6
定 价 35.00元
-

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

PREFACE 自序

我手写我心

献给全天下的女性和未来的孩子们

《只有医生知道！》从有写作想法到正式出版，前后历时两年。正式提笔那天，一位叱咤出版界多年的大哥语重心长地对我说：“一本书的定价差不多 30 多块，打完折也要 20 多块，这钱在小城市够普通一家人吃顿红烧肉或者烧鸡了，想想他们为什么要买你的书呢？”

新书下厂印刷的那天，我感觉心一下子被掏空了，心怀忐忑，坐立不安，一是太在乎看重并引导自己走上写作之路的兄长们，怕没有合格的作品作以交代；二是太在乎它是否对读者真的有帮助。

后来，书一不小心就火了，读者好评如潮，销售异常火爆，出版社不断加印，媒体和书评人给予的评价也是正能量爆棚，还拿了南中国地区最具影响力的非虚构类图书大奖，这是我这个初次尝试写作、根本没什么文采可言的普通妇产科医生做梦都想不到的。

书封上有这样一句广告语：“哪怕你是一个知识女性，对自己身体的了解程

度也可能不到5%。”这是一句非常优秀的文案，但是说实话，对此我一直抱有疑虑，总想着现代女性的受教育程度普遍提高，医疗条件也比从前好很多，应该不至于吧？随后，从每天大量的读者反馈中，我发现很多女性真的对自己的身体了解太少，或者说误区太多，由此带来的伤害更是巨大的，尤其是面对错综复杂的性、避孕、孕育、生育和养育问题。

例如很多女孩子不懂避孕，认为无痛人流就是无害人流，没什么大不了的，不就像得了一场重感冒吗？很多女孩子不懂得紧急避孕药是避孕失败的补救措施，而是先痛快一番，然后吃两片药就以为万事大吉了；很多女孩子不懂性的健康和安​​全，不懂得保护自己，患上性传播疾病，年纪轻轻就破坏了自己整个生育系统，待到尘埃落定准备做母亲的时候，追悔莫及。

一本书的容量毕竟有限，还有太多的女性健康问题要和大家讲，还有太多含泪带血的故事要说给女性朋友们听，因为女性真正了解自己的身体结构，按照科学的方法爱护自己，一旦出现问题懂得向谁求助，懂得预防和及时治疗，那么，很多悲剧本来就可以不必发生，很多幸福本来就可以伴随一生。

于是，无数个工作以外的琐碎时段累加在一起，无数个点灯熬油的零散夜晚积攒在一起，又有了这本《只有医生知道！2》。写完这一本，我正式步入人生的不惑之年，应该说写作情绪更加清醒和理智，抛却了诸多个人的小凌乱和大烦恼，尽量做到精彩讲故事、明白说科普。实现“上医治未病”的古训，践行老协和人一直都在提倡的“一盎司的预防胜过一磅的治疗”，是我完成此书最大的心愿。如果功力还无法达到，我也将继续努力，起码用文字对这个时代的

医学现状做一真实记录。

很多读者朋友问，张医生你会不会弃医从文？接着还列举了眼前的冯唐、现代的鲁迅，以及国外的毛姆和契诃夫。实际上，我自己知道，大家喜欢我的书，就是因为我是从真正临床工作的水深火热中摸爬滚打过来的，故事是真实的，情感是真切的，科普是动真格的，字里行间是掏心掏肺的，看完书，您的很多困惑是能够真相大白的。所以，我会坚持年轻时候的梦想，做好医生这份安身立命的工作，只要读者喜欢，我会一直坚持写下去。

能够在三年时间内完成这两部作品，我必须感谢一直培养我的北京协和医院，多年传承的宽广、博爱、做大事不拘小节的医院文化，让我有勇气以一个医生的身份，从一个相对保守的行业走进公众的视野。也正是因为它的宽厚仁爱 and 自由精神，使得很多协和医生有机会活跃在微博平台，他们讲故事、说科普、聊生活、论体制，还原医生的本来面目，拉近医患之间的距离，让彼此真诚相待，在和疾病斗争的过程中，更加心手相连、同仇敌忾。

感谢先生多年来的支持，幸福就是平心静气的相处，然后一起慢慢变老。感谢孩子，如果没有他们，出版社可能已经在印《只有医生知道！3》了。不过老话说得对，女人过日子就是在过孩子，他们正是我们人生无比重要的课题。

最后，谨以此书献给全天下的女性和未来的孩子们。



2013年10月25日于澳门

目录

CONTENTS

第一章 PART ONE

我的朋友怀孕了

- 01.约一半以上的流产是因为胚胎染色体异常 / 002
- 02.剖宫产后再怀孕，小心疤痕妊娠 / 006
- 03.无论面临什么险境，都别轻易放弃子宫 / 012
- 04.恶心、头晕、嗜睡和尿频，这些都可能是早孕反应 / 017
- 05.哪怕是妇产科女医生，也会避孕失败 / 021
- 06.吃避孕药可能会得静脉血栓，但概率极低 / 029
- 07.医生开给病人的第一张处方应该是关爱 / 035
- 08.紧急避孕药的服用方法不当，作用等于零 / 040
- 09.戴安全套是一种现代文明 / 045
- 10.所有医生都不想碰上的杀手：羊水栓塞 / 052
- 11.初乳赛黄金 / 057
- 12.患者之间随便换病床可能引来“杀身之祸” / 063
- 13.女性最佳的生育数是2~3个 / 067

第二章 PART TWO

阿弥陀佛，我拿掉了她的孩子

- 01.注意：你怀的可能是“坑爹、坑娘、坑大夫”的“三坑胎” / 076
- 02.人流不是刮完就了事，漂到绒毛才算功德圆满 / 082
- 03.人流并发症虽是小概率，落在你头上就是100% / 086
- 04.宫颈癌是一种性传播疾病 / 093
- 05.没有消息就是好消息 / 099
- 06.宫颈妊娠如何判定 / 106
- 07.霹雳手段与菩萨心肠 / 113
- 08.铁打的协和流水的小兵 / 118
- 09.打算药流的，要先确认是否宫内孕 / 122
- 10.阴道清洁度检查是无良医生的惯用伎俩 / 128
- 11.阴道也有高智商 / 134
- 12.万事预则立 / 138
- 13.险象环生的刮宫术 / 143
- 14.东窗事发，谁的青春没“二”过 / 150

第三章 PART THREE

天使之炼

- 01.我通常这样问候病人：“你拉了吗？” / 156
- 02.还是要去好医院 / 159
- 03.做个剖宫产，鬼门关上走三回 / 166
- 04.一次剖宫产不代表永远要剖宫产 / 171
- 05.剖宫产和腹壁子宫内膜异位症 / 174

06. “叫床”尚未成功，同志仍需努力 / 177
- 07.能顺利抢到住院床位的五条“潜规则” / 180
- 08.医生最怕听到什么话 / 185
- 09.入院注意事项可不是你想的那么简单 / 189
- 10.当妇产科男大夫面对美女的隐私部位 / 193
- 11.什么叫原发不孕？什么叫继发不孕？ / 201
- 12.过夫妻生活时不要思考，不然上帝会发笑 / 210
- 13.子宫诚可贵，卵巢输卵管价更高 / 213
- 14.我曾经命令一对夫妻：你们今天要过一次性生活 / 221
- 15.男人的快感和痛苦为何如此类似 / 226

第四章 PART FOUR

在中国，医生有医生的问题，病患有病患的问题

- 01.想找好医生，就看本院大夫都找谁看病 / 232
- 02.肌瘤、囊肿、积液，没准都是障眼法 / 237
03. “宫颈糜烂”是一种正常的生理现象 / 245
- 04.错割了宫颈真要命 / 249
- 05.宫颈病变是“最容易变好的坏孩子” / 255
- 06.急性腹痛，警惕黄体破裂 / 260
- 07.没点性常识，还滚什么床单 / 265
- 08.女童阴道出血，需要考虑阴道异物 / 268
- 09.绝经后出血是大病先兆 / 271
- 10.孕妇乘车一定要系安全带 / 275

11. 孕期阴道出血，别闭着眼睛就知道保胎 / 279
12. 女儿每月腹痛无月经，当妈的可得长点儿心 / 282
13. 有一种自摸是必须的——定期自检乳房是女性的必修课 / 286

尾 声 SPECIAL EPISODE

子欲养而亲不待，你要生而卵不再

01. 上环是国际公认的绝佳避孕方式 / 290
02. 上环能有效降低患子宫内膜癌的风险 / 296
03. 琳琳说：我要给李天生个孩子 / 301
04. 人生不能等的事就是生孩子 / 305

第一章 | PART ONE



我的朋友怀孕了

01

约一半以上的流产是因为胚胎染色体异常

年后，被我从急诊厕所直接推进手术室、开刀救命的宫外孕女孩小妍的妈妈打来电话，说了一大堆感激的话之后，希望能请我在王府饭店吃顿饭，顺便把我借给小妍的 1300 块钱还了。

我本能的反应是拒绝，因为我妈打小教育我，拿人家手短，吃人家嘴短。她常说，处于剧烈震荡的利害关系之中的人，难免互相算计，在一起吃喝不香。一进协和，教授就一直教育我们，医生就是医生，病人就是病人，别把关系搞得不清不楚不明不白。但是，我心里始终不认为我和小妍一家仅仅是医生和病人之间那么简单，又想到与协和一条煤渣胡同相隔、富丽堂皇的王府饭店，自己只在路过的时候去大堂洗手间尿过尿，享受过免费卫生纸，就简单推辞后，爽快地答应了。

其实，最重要的原因是，吃完饭，就能拿到小妍她妈还我的 1300 块钱，解我“月光女神”的燃眉之急。

好姐妹有福同享，我打算让琳琳跟我一块儿去见识一下外面花花世界的精彩，而且借给小妍的钱里头，还有她出的500块。这500块不光救了小妍，更重要的是救了我。要是初出茅庐的小小住院医师一出手，就有病人倒地毙命，当场死在自己手上，职业生涯差不多也该就此搁屁了。

下午四点半，我看完门诊直接回病房，先去人流室看琳琳有没有收工。

“哥们儿，还有几个人流没做呢？”我趴在人流室外大门的门缝处轻声地问。

“没了，下午的都做完了，不过刚才急诊打电话，说有一个胚胎停育难免流产的病人需要马上刮宫，我正等着病人上来呢。”

“那你先忙，别忘了晚上吃饭的事儿，下班我们回宿舍换了衣服，一起去啊。”

“嗯，知道了。”

我看了一圈自己的病人，又干了些杂活，听见有人用轮椅推着病人急匆匆进入人流室的声音，于是放下手里的病例，赶过去帮忙。

这是一个32岁的女性，人流过两次，剖宫产生过一个女儿，平素月经规律，28天一次，停经5周的时候，尿妊娠试验阳性，目前已经停经8周，下午无诱因突发腹痛，伴有阴道出血，被同事送来协和急诊。

三天前，她在单位附近的医院已经做过B超。我翻看她的B超报告，发现只描述在子宫里看到一个形态不规则的胎囊，没有胎芽和胎心。按照早期胚胎的正常发育曲线，女性停经5周，B超应该能看到胎囊，停经7周，B超应该能看到胎芽和胎心搏动。停经8周的子宫，至少应该有1厘米以上的胎芽，而且胎芽上应该有原始的心管搏动。所以，这个病例基本可以诊断胚胎停育。女性的身体是很聪明的，一旦胚胎停止发育、失去活性，身体多会在第一时间进

行识别，然后发动子宫收缩，将发育不良的胚胎排出子宫，让身体重新再来。

并不是每一次精卵结合的开始，都能以怀胎十月和足月分娩善终。人类的自然流产率占全部妊娠的10%~15%，其中80%以上是发生在3个月之内的早期流产。

很多早期流产的妈妈会像失去了真正的孩子一样伤心，继而反思甚至责备自己做错了什么，例如连续加班、晚上唱了卡拉OK、办公室装修、饭桌上被动吸烟、喝了两口红酒，等等，这时她们常悔恨不已，甚至陷入深深的抑郁。实际上，以上这些风吹草动都不是导致流产的致命性因素，胚胎染色体异常才是大部分流产的主要原因。针对早期流产物的检查发现，大约一半以上的胚胎都有严重的染色体异常。

此外，母亲患有严重的全身性疾病时，例如心力衰竭、严重的贫血、高血压、慢性肾炎或者严重的营养不良，聪明的身体也会主动采取丢卒保车策略，首先屏蔽掉的就是生育能力。即使意外或者勉强怀孕，随着妊娠的进展，到身体无法耐受之时，发生自然流产的风险也是极高。其他导致流产的因素还包括母亲的内分泌异常，例如黄体功能不足、甲状腺功能低下、严重的未得到满意控制的糖尿病等。

胚胎是综合了父亲和母亲双方遗传物质的一个新生命个体，对于子宫来说是一个外来物，它需要母亲的体化为一个容纳和接受的温暖怀抱，才能彻底扎下根来。一旦母亲的身体出现免疫功能异常，例如母儿血型不合、抗磷脂抗体综合征等情况，都可能使胚胎受到排斥而发生流产。

应该说大多数胚胎停育只是女性孕育胎儿过程中的一次偶发事件，一次流产后，大多数女性还是能够最终获得自己的孩子的。即使通过检查证明胚胎的

染色体有问题，也不见得父亲或者母亲任何一方的染色体有问题。多数情况下，父亲的精子和母亲的卵子都是正常的，只是在减数分裂、染色体重新配对结合成一个新生命的过程中，出现了致命差错，导致胚胎染色体的数目或者结构异常。此外，早孕期间严重的感染、药物等不良作用也可能引起子代染色体异常。这些胚胎通常在前3个月发生自然流产，即使少数妊娠至足月，出生后也可能为畸形儿，或者有严重的代谢或功能缺陷。

自然流产只有连续反复发生超过3次或者以上，才有必要进行全面彻底的检查。在没有明显线索的情况下，只能逐一筛查排除，甚至需要全身上下地毯式搜索，犹如大海捞针。即便如此，仍有一部分流产是找不到原因的，更无从治疗。

这个病人已经发生严重腹痛和大量阴道出血，流产在所难免，这是妇产科急诊的常见病。通常，大多数女性靠自身机能也是能够完成整个流产过程的，但是往往耗时良久、出血过多、疼痛严重，身体极度痛苦，精神极度紧张。妇产科医生不会听之任之，一个几分钟就能完成的刮宫手术可以尽快帮助病人清理宫腔，终止出血和疼痛，将苦难的过程尽量缩短。

当时的协和急诊，是北京城里为数不多的可以进行妇产科腹部B超检查的医疗单位，但是还没有经阴道B超，病人做检查之前必须先憋尿，就算使劲喝水，肾功能相当良好，至少也要30分钟到1个小时才能完成满意的膀胱充盈。急诊医生看到外院B超的诊断明确，病人又捂着肚子痛得直不起身来，于是赶紧转送到病房急诊刮宫。

02

剖宫产后再怀孕，小心疤痕妊娠

去王府饭店这样的五星级酒店吃饭，我还是第一次，下班后怎么也要洗个澡，换身漂亮衣服，好好捋犒一下。为了争取更多时间，我赶紧帮琳琳写病历。

琳琳让病人小便后上床检查。

病人确实很痛，一直弯着腰，上完厕所好不容易才在护士的搀扶下上了检查床。

琳琳没有直奔我们妇产科的主题进行阴道检查，而是先测量了血压心率，除了心率超快，血压还算正常。这个可以理解，疼痛本身就会引起心动过速，我俩都没太在意。

接着，琳琳检查病人的肚子，没想到琳琳的手刚放到病人肚子上，病人就嗷的大叫一声，吓得琳琳把手抬起老高，对病人说：“您真的那么疼吗？”

“哎呀，疼死了，尤其是这里，要命的疼，您别再碰了，求您了，快给我打麻药，让我昏过去好了。”病人满头大汗，一边指着小肚子，一边不耐烦地回答。

“一直在疼，还是一阵一阵的疼？”琳琳接着问。

“一直疼，一直疼，根本不歇着，快要疼死我了，大夫。”

按理说，流产之前肚子疼，是因为要把肚子里的孩子挤出去而产生的子宫收缩，这是非常正常的现象。这种子宫收缩在最开始的时候，通常是间歇性的，也就是说，肚子只是一阵一阵的痛，到了最后阶段，子宫会发生强制性的无间歇收缩，此时腹痛持续加剧，直至彻底排出子宫内的组织物。不管怎么说，病人出现持续性的激烈腹痛，伴有腹痛压痛是要引起重视的，情况可能不是流产这么简单。

琳琳没有退缩，而是对病人说：“您的疼痛非同一般，我要检查清楚，抱歉，还会有些痛，您要尽量配合我。”

琳琳又下压了她的小腹，每按一下都是一声尖叫，疼痛部位主要集中在耻骨联合上方的一块地方，琳琳按压腹部后，突然有意识地将手抬高，病人差点跟着跳起来。天啊，除了腹部局限性压痛，还有反跳痛，肚子里真的有情况。

“帮我记录一下：腹肌紧张，耻骨联合上方局限性压痛、反跳痛，没有移动性浊音，腹部听诊肠鸣音明显减弱。你再翻翻她病例，看有没有我们医院自己的B超检查。”琳琳对我说。

“没有，只有一个外院B超，需要紧急呼叫超声科医生会诊。”

我放下手中的笔，电话呼叫会诊医生。对方回了电话，答应立刻来做B超，因为她正在老楼开会，希望我们能到超声科亲自推机器，这样人机可以尽快在病房会合，节约时间。我看了一圈，病房里唯一的外勤人员带病人外出做检查了，三个实习医生下午上大课，不在病房，为了争取时间，我只能自己去推机器了。