

聪明人看病 选对医生看对科

CONGMINGREN KANBING XUANDUI YISHENG KANDUI KE

陆卫军 吴 旻 编 著



 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

聪明人看病选对医生看对科 / 陆卫军, 吴 旻编著 . —北京: 人民军医出版社, 2006. 9

ISBN 7-5091-0222-7

I. 聪… II. ①陆… ②吴… III. 疾病—诊疗—基本知识 IV. R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 009020 号

策划编辑: 崔晓荣 文字编辑: 薛 锺 责任审读: 周晓洲
闫树军 出 版 人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

电话: (010) 66882586 (发行部)、51927290 (总编室)

传真: (010) 68222916 (发行部)、66882583 (办公室)

网址: [www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷: 潮河印业有限公司 装订: 京兰装订有限公司

开本: 787mm × 1092mm 1/16

印张: 18.75 字数: 248千字

版、印次: 2006年9月第1版第1次印刷

印数: 0001~5000

定价: 29.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

电话: (010) 66882585、51927252

内 容 提 要

作者是一位长期从事临床工作的医生，经过在多个城市的大、中、小医院的调查，接触了不同阶层、不同类型的患者，针对他们在医疗过程中的各种困惑，结合作者的临床经验，从患者的角度分别论述了怎样搞好医患关系、判断病情、医院的科室划分与收治疾病的范围以及怎样根据身体异常情况选择科室和医生，同时向大家介绍了一些看病的程序，省时、省力和省钱的技巧。本书语言通俗易懂，是一位医生朋友在与患者的倾心交谈。只要你认真地看下去，一定会获益匪浅。不用多久，你会成为你自己和家人的健康保护神。

责任编辑 闫树军 崔晓荣 薛 镭

前 言

我在临床已经工作十几年了。医疗这口饭不但吃得很累，更多的时候觉得很苦涩。看到许多病人因为不懂得怎么看病，有些由小病拖成大病；有些被江湖游医或私人黑门诊骗光了救命钱；还有一些治疗专业要求很高的疾病，却不知道怎样找个好医生，结果糊里糊涂地被不知天高地厚的庸医痛下杀手，造成病人残疾，甚至死亡。总不禁让人扼腕叹息。

我先后在多个城市的大、中、小医院做调查，接触了各种不同阶层、不同类型的病人，针对他们在医疗过程中的各种困惑，结合我的临床经验，完成了《聪明人看病，选对医生看对科》这本书。

本书阐述一个聪明的病人不但能尽早发现症状，而且能把握最佳就诊时机，选准医生、看对科室。从不同的角度分析病人和医生的特点和关系，并以比较通俗易懂的语言把神秘的医学呈现在读者面前，同时把一些相对常见但容易误诊、误治的典型病例介绍给读者。在五花八门的症状一章，将各种症状进行归纳整理，另辟蹊径，将实用性和可读性结合起来，让读者在轻松的阅读中能有所收获。另外还在书中教给你一些找医生看病时的技巧，看病时如何省钱的门道，让你不但会看病，看好病，而且能少花钱。

陆卫军

2005年10月于上海

CONTENT 目录

第 1 章 茫然的病人	1
病人怎样维护自己的权益	1
端正看病的态度	3
如何与医生搞好关系	5
第 2 章 走下神坛的医生	7
等级森严的医生	7
好医生具备哪些素质	9
如何找到一个好医生	12
选医生不要走歧途	13
第 3 章 医院绝不是“人间地狱”	21
医院的分级	22
如何辨别好医院	22
选择适合自己的医院	23
第 4 章 神秘的医学	25
中医在现代医学中的地位	28
西医，内外有别	29





不甘寂寞的内科	30
外科，不只是会开刀那么简单	131
第 5 章 身体异常，疾病袭来.....	199
自我感觉到的异常	199
看到的异常	246
摸到的异常	254
检查异常	257
第 6 章 熟悉程序，完美就医.....	265
挂号	265
候诊	271
就医时如何与医生交流	272
检查准备与注意事项	276
为防止误诊，病人的注意事项	281
看病后，病人还要做哪些工作	284
取药	285
第 7 章 看病省钱妙招.....	287

第1章 茫然的病人

病人怎样维护自己的权益
端正看病的态度
如何与医生搞好关系

病人怎样维护自己的权益

病人的权益说白了就是普通消费者的权益，但具有一定的特殊性。病人与医护人员相比，缺少医学知识，必须借助医务人员解除自身疾病，故常处于被动和服从的地位。因此，在医院里要想使自己的权益不受侵犯确实不容易。其实保护自己权益最聪明的办法是避免让别人侵犯自己的权益。就好像军人维护国家和平的上上策不是去和别人战斗，而是通过自己的努力让战争消灭在萌芽状态，或根本就不让其发生。我总结了以下几点病人保护自己权益的注意事项供大家参考。

1. 精明能干 上海人
到那个医院看病，医生护士
都会小心翼翼，生怕有什么
把柄落在她手里。我见过一
个上海病人，其家属从入院
就拿一个小本子每天记啊记
的，开始也不知他记什么。
后来，病人快出院了，他把





聪明人看病.....选对医生看对科

小本子给我们看，原来上面密密麻麻地记满了病人在我科的所有治疗经过，哪一种药在什么时候用的，是谁执行的等等都记得一清二楚。好在治疗没有差错，否则就会给你搞点麻烦来。虽然太精明，太会算计也会招人烦，可确实有可取之处。起码在治疗时要小心谨慎，医药费上不敢蒙你。

2. 不卑不亢 看病时，态度非常重要。既然装可怜不行，太精明也不妥，那就取个中庸之道。北京人在这方面做出了表率作用，他们态度不卑不亢，能与医生坦然交流。给人的感觉不那么盛气凌人，但也不太好欺负。医护人员碰到这些人，想搞点小动作，心里得掂量掂量。

3. 礼貌待人 俗话说，抬手不打笑脸人，一个讲礼貌的人容易得到别人的尊重，受人尊重就是一种权益。到医院看病都需要注意哪些礼仪呢？

(1) 到医院看病，首先说话声音不要太高。我在门诊时经常听到有人在医院走廊上旁若无人地说话、打电话，那声音隔着门也听得清清楚楚，思维很容易受到影响，非常让人讨厌。

(2) 在接受医生诊治时，不要对医生指手画脚，那样医生就无法给病人进行正确处置，因为医生的处置方法可能会与病人要求的完全不同。如果你确有不同的意见，等医生看病间隙时用委婉的方式和医生交流，也许可以取得较好的结果。

(3) 医院作为一个公共场所，到医院看病的无论是病人还是病人家属，都要遵守公共场所的文明礼仪。比如不能将果皮纸屑等随地乱扔，也不能让孩子随地大小便。如果有病人在看病，其他病人必须在门外等候，等候护士叫号后再进入诊室。

4. 不要装可怜 按理说，人人都有怜悯之心，可医生见过的可怜人太多了，以至于都有点“麻木不仁”了。我见过卖房卖牛给母亲看病的，也见过借高利贷来救儿子命的。又有几个人比他们还可怜呢？你确实经济困难那无可非议，只要你诚恳地和医生交流，医护人员会在权责范围内给你帮助。

如果你的权益真的受到了侵犯，你可以与医院协商解决。也可以向医疗事

故处理部门投诉。最后还可以向人民法院起诉。

端正看病的态度

1. 看病的态度 俗话说：知己知彼，百战不殆。看病就好像打一场没有硝烟的战争，看病前了解自己，给自己定好位，是打赢这场战争的基础。在这场战争中，我们的敌人是疾病，医护人员是我们的同盟军。

(1) 有病就看，不要给自己借口：IBM 公司的总裁汤玛士·华生以前就是这样的一个典型。

华生原本就患有心脏病，有次旧病复发，医生建议他必须马上住院治疗。他立刻焦躁地回答：“IBM 可不是一家小公司呀！每天有多少事情等着我去裁决，没有我的话……”

“我们出去走走吧！”这位医生没有和他多说，亲自开车邀他出去逛逛。不久，他们就来到近郊的一处墓地。

“你我总有一天要永远地躺在这儿的。”医生指着一个个的坟墓说：“没有了你，你目前的工作还是会有别人接着来做。你死后，公司仍然还会照常运作，不会就关门大吉。”

华生沉默不语。第 2 天，这位在美国商场上炙手可热的总裁就向 IBM 公司的董事会递上辞呈，并住院接受治疗，出院后又过着云游四海的生活；而 IBM 也没因此而倒下，至今依然是举世闻名的大公司。

有病就治，不管你有多忙，要知道健康永远是第 1 位的。地球决不会因为少了你就停止转动。不要让小病拖成大病，害人害己。

(2) 不要优柔寡断：不少病人得了某种严重的疾病，在选择治疗方法时往往无所适从。比如，有人得了肝癌，医生建议他做手术切除，他却怕这怕那，不知道如何选择。碰到这种情况该怎么办呢？在回答这个问题之前，我们再来听个故事。

有人问一位老船长：“大海上的天气不可预测，如果你的船行驶在海面上，





聪明人看病.....选对医生看对科

通过气象报告，预知前方的海面上有一个巨大的暴风圈，正向你的船袭来。请问，以你的经验，你将会如何处置呢？”

老船长微笑着反问发问的人：“如果是你，你又会如何处置呢？”

问者偏着头想了想，回答道：“返航。将船头掉转180°，远离暴风圈。这样应该是最安全的方法吧？”

老船长摇了摇头道：“不行，当你掉头回航，暴风圈还是会袭向你的船：你这么做法，反而将你的船与暴风圈接触的时间延长了许多，这是非常危险的。”

另一人忙道：“那，如果将船头向左或向右转90°，试着脱离暴风圈的威胁呢？”

老船长仍然摇摇头，微笑道：“还是不行。如果这样做，船身的整个侧面，就将暴露在暴风雨的肆虐之下，增加与暴风圈接触的面积，结果更加危险。”

众人不解，问道：“如果这些方法都不行，那究竟应该怎么做呢？”

老船长肯定地说道：“只有一个方法，那就是抓稳你的航轮，让你的船头不偏不倚地迎向暴风圈继续前进。惟有这样做，才可以将船与暴风圈接触的面积化为最小；同时，因为你的船与暴风圈彼此的相对加速度，还可以减少与暴风圈接触的时间。你将会很快地发现，你已经安然冲过暴风圈，迎接另一片充满阳光的蓝天。”

众人听到这里一阵沉寂，不禁为老船长的智慧所折服。

故事听到这里，相信有不少人都有了答案。当病魔向你逼上来时，面对生命中的滔天巨浪，逃避是不行的，只有勇敢地迎上去，用最短的时间结束战斗，你的生命里才能再见阳光。如果你优柔寡断，迟迟下不了决心，病魔会慢慢地从生理上和心理上摧毁你，等你被逼得走投无路，连还手之力都没有时，就只有挨宰的份了。

(3)让自己坚强起来：如果病人希望能恢复健康，关键在于，自己先要能坚强起来，为自己的健康负责，知道自己需要什么，而不是把健康的责任推给医生



及护士。我们都知道，一个没有求生欲望的病人，即使再好的医生也救不了他。在与病魔的斗争中，病人永远是主力军，即使是被称为白衣天使的医护人员，也只是起辅助作用。但不少病人求医的态度是，一条命就交给医生，把责任全推给医护人员，极少体会到医学不是万能的，医生不是神，医生也需要病人的协助。踏入21世纪，能懂得吸收必要的信息，为自己的健康负责，才是最聪明的病人。而有这样的心态，也才能与医护人员互助合作，作个聪明且理性的病人。

（4）看病要有理性：面对疾病，我们是否也可以做到理智一点，聪明一点呢？有些病看起来吓人，其实也是雷声大，雨点小，不治疗也会好。有些只要找到正确的方法，很快就能治愈或有所好转。

看病的态度很重要，它和我们生活中许多处世态度是相通的，当你面对疾病手足无措时，不妨静下来思索我所列举的以上4种看病态度，也许对你会有点启发。

2. 茫然的病人 有个比喻打得好：人的健康是1，其他成就如学业、事业、婚姻、财富等都是1后面的0。0越多越好，但没有了1，就什么都没有了。随着人们健康观念的改变，“病人”的含义较以前也有了扩展。

世界卫生组织在《欧洲病人权利准则》中给病人的定义是：“凡接受保健机构服务者，不论有无疾病都是病人。”然而在国内，病人在医院总有一种紧张感和恐惧感。原因是一个不懂医学常识的病人，即使他智商再高，在医院这个特殊的环境里，都会变得茫然不知所措。

如何与医生搞好关系

近年来医患关系紧张、医疗纠纷加剧。医患关系紧张，医护人员有相当大的责任。但有些病人因为不知道如何与医生交流，不知不觉中在一些不起眼的小事上就把关系搞僵了。

其实要跟医生搞好关系确有一些方法，不花钱也能取得不错的效果。

（一）值钱的礼貌

以前听过一个小故事，一位很有名的剧院经理来拜访大仲马。一见面，他



聪明人看病.....选对医生看对科

连帽子也没脱下，就冒火地问这位剧作家为什么把最新的剧本卖给一家小剧院的经理。大仲马承认有这么回事。这位经理于是出了一个远远胜于他对手的高价，想把剧本买回来。大仲马笑了笑说：“其实你的那位同行用一个很简单的方法，就以很低的价格把剧本买走了。”

“那是怎么回事？”

“因为他以与我交往为荣，并且一见面就脱下帽子。”

这个故事提示我们，在就医过程中，必须自始至终保持礼节礼貌。你想想，如果医生刚做完手术下来，累得都不想动了，查房时，碰到一个言语很冲的病人，你想他心情能好吗？如果您说一句：“医生，辛苦了”。让人如沐春风，好感油然而生。

（二）产生共鸣

近几年医患关系紧张成为大家关注的一个重要社会问题，但其中很重要的一点是，医患双方在许多问题上认识有差距，有时这种差距相当明显，以至于截然相反。你要了解一些常识，正视目前的医疗形势。许多病人得病之后急于求成，不切实际地渴望医护人员能手到病除、妙手回春，如不然则感到失望，大发牢骚，乃至谩骂、殴打医生。如幻想一朝药下去，疾病一扫光是行不通的。理解医生有时并不难。

（三）重勾通

拉关系中国人最在行，相信大家有这个能力。医患关系的商业化使得关系学在医疗行业大行其道。要想得到顾客至上，以病人为中心的服务，与医生联络感情是很重要的。但病人与医生联络感情靠送“红包”是不可取的，因为即使品德很差的医生，在用药和手术时也会尽力做到最好，否则出了岔子他本人也不好受，因为受损的是自己的信誉，信誉是多少金钱也买不来的。

第2章 走下神坛的医生

等级森严的医生
好医生具备哪些素质
如何找到一个好医生
选医生不要走歧途

等级森严的医生

由于医生这个职业与人们的生命、健康息息相关，医生哪怕一次小小的失误就有可能造成严重的医疗事故。正因为人命关天，医院里的等级制度非常森严，每一个等级都拥有一定的权利，同时又承担着相应的义务和责任，等级越高，权利越大，承担的义务和责任也就越大。

1. 住院医师 5年制的医学院校毕业生分配到医院，在完成1年的轮科，通过国家执业医师资格考试后成为1名住院医师，在上级医师的领导下开展工作。住院医师，顾名思义就是住在医院的医师，为什么这样称谓？因为只要科室有事，住院医师必须24小时随叫随到，即使他正在吃饭、睡觉。如果连续有急诊手术或他所负责的病人出现危险，住院医师必须日夜在病区工作，直到手术结束或病人病情稳定。住院医师由于临床经验和工作能力都有限，除了一些常规的治疗及小手术他们可以独立完成外，其余的都必须请示上级医师，协助上级医师或在上级医师的指导下完成。

2. 主治医师（医学院校相当于讲师） 住院医师工作5年，通过全国职称考试就有机会晋升主治医师。从住院医师到主治医师算是有了一个小小的





聪明人看病.....选对医生看对科

飞跃了。他们可以独立完成中等手术，除了特殊情况，一般病人的病情变化都可以独自处理了。当然同时也就承受了比住院医师大得多的责任。由于现在医疗行业风险增大，主治医师并不能开展具有创新的手术。风险稍大的手术他们大都是作为助手参与。

3. 副主任医师(医学院校相当于副教授) 真正的飞跃是由主治医师晋升为副主任医师。一旦成为副主任医师就进入了“专家”行列，他们一般可以分管一个医疗小组，对每一个病人的处理都有独立决策的权力。病人能否住院，何时手术，何时出院，治疗时用什么药，治疗方案等，都由副主任医师来决定，因此作为病人这也是重点打交道的对象。





4. 主任医师（医学院校相当于教授） 主任医师比副主任医师高一层，虽然他们的权力和义务在现代医院中并没有太大的区别，但他比副主任医师更有机会担任一个科室的行政领导如科室主任或副主任。

好医生具备哪些素质

1. 好医生有深厚的基本功和严密的逻辑思维能力，不完全依赖仪器看病 北京解放军总院有个病人手术后长期发热，各种先进仪器反复检查了近1个月也没有发现问题所在，用了许多高级的药物也没有一点效果。就在病人已经快不行了，家属已准备放弃治疗回家时，总医院的黄志强教授出差回来例行查房，正好看到这个病人，医生向他介绍了病人的情况。黄教授听完汇报后言简意赅地询问了病史并作了查体，即断定病人是膈下积液。别的医生都觉得不可能，虽然当初也想到这一点，但B超、CT反复检查都没有看到，应该可以排除。黄教授没说什么，皮肤消毒后，用一根细针在局部穿刺，抽出约20ml液体。病人又经过几天调理治疗很快就恢复健康出院了。黄志强教授是国内著名教授，凭借深厚的基本功（病史、查体），严密的逻辑思维能力可以排除一些临床医生赖以为生的高级仪器的干扰，用最简洁，最省钱的方法达到最佳的效果。碰到这样的医生真是三生有幸。

2. 好医生不但要有深厚的理论基础，而且要有高超的临床实践的能力 现在到临床工作的有许多是在医学院读了十几年书的高学历医生，这些医生理论知识很深厚，一个话题能洋洋洒洒地高谈阔论大半天。可到了具体的病人身上，就晕头转向了。有些外科医生，在院校时大部分时间在实验室工作，等到了临床上也不去踏踏实实地练习手术基本功，结果是高知低能。有些人即使有了主任医师的头衔，但手术操作能力及条理性有可能还不如一个高年资的住院医师。

在这里我再举个好医生的典型，上海东方肝胆外科医院的吴孟超教授。吴孟超教授是我国肝脏外科的创始人，他早年研究肝脏解剖，使肝脏手术有了实



聪明人看病.....选对医生看对科

实在在的理论基础。做的肝癌手术病人最长已存活了20多年。现在他已80多岁了，还可以1天做3台肝切除手术。有一次有个下级医生做肝切除手术时，可能是剪破了某根血管，出血汹涌，腹腔里可以说是一片“汪洋”，根本就找不到出血点在什么地方。病人的血压看着往下掉，两个静脉通道输血都来不及。危急关头请来了吴老，他眼看天花板，在血泊中摸索了几秒钟，用一把止血钳在血里一夹说：行了。吸干腹腔积血一看，果然，止血钳夹的正是一根出血的动脉。大家都惊叹不已。其实看起来吴教授那轻巧的一夹似乎比较简单，但这个看似简单的动作却显示了吴老对肝胆系统血管走行的精确掌握和几十年脚踏实地的临床基本功的修炼，两者缺一不可。那个病人旁边如果没有吴老这个保护神，就难逃这一劫了。

3. 好医生要有敏锐的观察力 往往在普通医生不以为然的地方发现问题的症结所在 我以前的主任王光伟是享受国家特贴的知名专家，有一次一个胆囊息肉的病人做胆囊切除手术。手术前各种检查都没有发现其他异常，可手术探查时王主任发现病人的胆总管壁稍微厚一点，一般人认真看根本就看不出有什么异常。王主任认为应该是长期慢性炎症引起的，不排除胆管里有结石或其他物质存在的可能。但用手摸没摸到任何异常。在切除胆囊后他又做术中胆管造影，结果真的在胆总管的下方发现一个结石，结石所在位置是B超检查的盲区，一般不容易看到。如果当时没有王主任敏锐的判断和务实的医疗作风，这个结石可能就会遗漏了，病人有可能会因此而引起一些严重的并发症。好医生看病决不大而化之，他们可以在别人不以为然的地方有全新的发现。对普通医生来说，要达到这种高度，不但要有严谨的治学和工作态度，更要有对病人高度负责的精神，二者缺一不可。

4. 好医生不但要会看病，而且要重视病人所处的社会环境、心理和经济环境 北京某病人无法忍受肿瘤晚期的疼痛，自缢于家中。由医学专家组成的事故鉴定组没有否认医方的过失，其中一条就是医方对病人肿瘤晚

期的疼痛和不能排尿的现象处理不够及时、不够主动,还有位70岁的老年妇女骨盆骨折,在医院治疗后回到家休养,她家住在3楼,没有电梯,回到家后很难外出活动,如同被囚禁。因此,好医生不仅能治疗病人眼前的疾病,还要考虑治疗后病人的生活质量与回归社会的问题。

5. 好医生要有出色的接受和表达能力 作为医生,要知道怎样和病人交流,要清楚地描述病人的病史,用正确恰当的语言把诊断结果告诉病人。现在大医院里给每个病人和医生交流的时间很短,大夫必须学会医患沟通的技巧,有的医生花了30分钟也不了解病人希望解决的问题,而一个训练有素的医生对病人的问题有很好的感知力,只问几个简单的问题就抓住了要点。尤其是一些有丰富经验的专家在不到5分钟的时间里获得的信息比一般医生半小时获得的还要多,而且他们还可以在极短的时间里做出正确的分析判断。因此,病人只

