

# 做个好患者,治疗更有效



“好患者”是三个奇怪的字眼,做个好患者似乎是个伪命题。但我还是要告诉你,做个好患者很重要。

周老师是第二次到门诊来了,之前他在其他医院做了结肠癌手术,又做了辅助化疗,3年后发生肝脏和肺转移,在控制了将近2年后,疾病又严重起来了。

“眼白黄了多长时间了?”我一边翻阅他按时间顺序整理的出院小结,一边问具体情况。“我发现眼白黄有4天了,小便也是黄的。原来肝区疼痛吃止痛药管用,现在不行了。”

我注意到他刚拍的核磁共振片,发现肝脏的转移瘤比上次大了许多,腹腔肿块已压迫了胆总管。“老周,你的淋巴结压迫了胆管,胆汁积在身体里,所以眼白和小便会黄。”

“这有生命危险吗?”“如果胆汁不能排出去,黄疸会加重,肝功能也会很快恶化,就会威胁生命。”“那有什么办法解决吗?”“我可以通过胃镜在你的胆总管里放一根支架,把狭窄堵塞的胆管撑开;但如果

狭窄得厉害,这套方案不成功,我还可以在超声引导下通过皮肤穿刺放个管子到你的肝胆管里,把胆汁引到体外,这样胆汁的消化功能就丧失了,但能解决你黄疸的问题。”

“那我肝区疼痛还有什么好办法吗?”“你会疼痛是肝里肿块引起的,还有很好的止痛药物可以用。”“嗯,那我一切听你的,我相信你。”

我接触周老师也就这么两次,但他是我眼里的好患者:信任医生,会鼓励医生;态度积极乐观,对自己病情的期望合情合理;会有序整理看病的资料,回答问题简洁到位。而且能正确对待疾病,治疗上也不自以为是。他也懂得高效率传递病情的关键信息,我们之间的沟通有效而流畅。

信任医生大家都容易理解,但对于鼓励医生,很多人却并不了解,实际上,患者对医生的鼓励在潜意识里能够非常强烈地影响医生。

生了病尤其是癌症,产生不同程度的焦虑是很正常的,但大可不必过度紧张,在现代医学里,癌症是慢性病,科学对待、合理预期、配合治疗,这样才是积极正面的态度。

从周老师身上可以学到去大医院看病的小技巧。除了选对专科医院和专业科室、提前了解专家特长、打听医生口碑、学会网上预约挂号外,很重要的一点是学会整理病历。大医院患者多,医生看病时间非常有限。在有限的时间里,就应发挥医生最大的作用。同样,医生的问诊无非是要进行初步判断,患者要准确告诉医生不舒服几天了、有什么变化、之前做过什么检查、结果怎么样、其他医生的诊断等。如果患者把一团乱麻扔给医生,医生脑子里也是糨糊一团;尤其在后面患者催得紧时,最简单的“打发方式”就是体格检查一下,再开几个检查。

做个好患者,还要在治疗上不自以为是。癌症治疗是个专业化非常强的领域,医生知道什么情况下该采取什么样的治疗方式,更了解治疗的疗效和预后以及毒副作用。

作为一个好患者,或者说作为一个聪明的患者,懂得和你的“战友”沟通病情,放手让你的“战友”为你一搏,那你才会有生机无限的未来。(浙江省肿瘤医院肿瘤内科主任医师 朱利明)

## 温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

## 一根导管帮心脏“减速”

正常成年人的心脏在安静状态下每分钟跳动60-100次,一旦心跳持续加速,就会有心慌、胸闷等症状。65岁的广州市民袁女士近日就因心跳快如“飙车”,被诊断为“心房扑动”。医院用一根小小的消融导管,6秒钟就给心脏减了速。袁女士实施过二尖瓣置换术+“迷宫手术”(房颤的一种外科疗法),这一次新发的心房扑动,让她有些意外。

“心房扑动简称‘房扑’,是常见的房性心律失常。”中山大学孙逸仙纪念医院心内

科主任王景峰教授指出,如果以250-350次/分的频率跳动,就属于房扑。

该院心内科副主任医师谢双伦表示,心外科手术后的房性心律失常,包括房扑、房速、房颤,机制复杂,单纯药物治疗效果差,射频消融术是最佳治疗手段。目前,该手术经导管向心腔内导入的射频电流损伤范围在2-4毫米,已成为目前根治阵发性心动过速最有效的方法。

王景峰提醒,做过射频消融术的患者需要每个月定期随访。(摘编自《广州日报》)

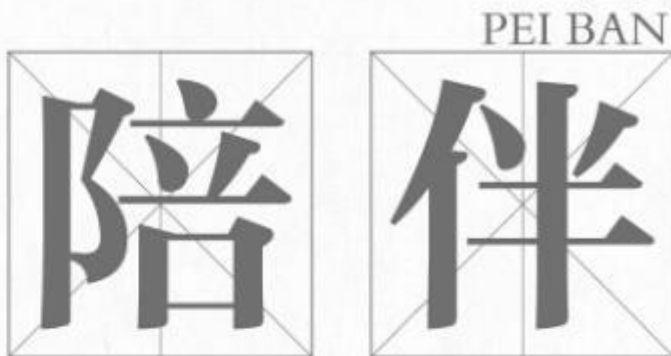
## 辛伐他汀不能与红霉素同服

冬季是高血脂多发病期。目前应用广泛的降脂类药物是他汀类,比如辛伐他汀、阿托伐他汀和瑞舒伐他汀。部分患者使用他汀类的药物觉得肌肉会有一些酸痛,这属于他汀类的不良反应:轻一点就是肌肉酸痛,再严重些能引起横纹肌溶解。在这种情况下一般建议停用,或换

用其他降脂药物。一些降脂药不能和某些抗生素一起服用,否则会产生一些不良的反应。比如辛伐他汀是通过肝药酶代谢的,在肝脏进行代谢。而有些抗生素比如大环内酯里的克拉霉素、红霉素,是肝药酶的抑制剂,使酶不能够代谢他汀,所以不能同服。(摘编自《新闻晨报》)

快乐老人报  
www.laoren.com 快乐伴一生

我是刘修英,  
空巢老人,  
75岁,上海人。



是最深情的告白

出门一把锁,进门一盏灯。  
给儿女打电话,  
最多聊三分钟,“妈,我忙,先挂了”;  
给快乐老人报的记者、编辑“孙子”们打电话,  
起码聊半小时,“奶奶,天凉了,记得加衣……”  
夜幕清晨,电话那头总有温暖守候。

快乐老人报全年定价 138 元

邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订  
阅  
方  
式

中国邮政订阅热线:11185  
中国邮政报刊订阅网(bk.11185.cn)  
微信订阅:扫描左边二维码  
报社咨询热线:0731-88906498