

外科女医生也可以干得很出色

《纽约客》杂志4月3日的封面为“我是一名女性,也是一名外科医生”。由法国艺术家玛莉卡·法夫雷设计的封面图以“手术室”为主题,刻画了手术室无影灯下,四位女外科医生站在手术台旁看向患者的场景。这张图引发全球女医生的强势围观。

美国威斯康星大学医学与公共卫生学院的内分泌科医生苏珊·皮特看到这个封面图后,发起了“外科医生就长我这样儿”的话题和接力挑战,呼吁女性外科大夫们现身,“让人们看到这个以白人和男性主导的领域中还有女性的身影”。很快,不仅美国各州的医生纷纷响应,连沙特阿拉伯、墨西哥、巴西、爱尔兰、英国和科威特等国的医生也晒出了自己手术的图片。

这一封面图的设计灵感来自于作者法夫雷的儿时经验:她在接受手术时,一位外科女医生的形象印在了她的心上。多年之后,当她从事艺术创

作时,那个凝望的目光潜意识里成了她的构思来源,让她独辟蹊径选择了把外科女医生作为外科医生的代言,而非此前千篇一律的男医生。她本没有刻意要有创新之举,只是尊重了自己的内心与情感记忆,而成功地打动人的作品往往起源于此,带给作者意料之外的轰动。

一个杂志封面图在全球医疗圈引起了这么大的轰动,它触动的是外科女医生少的现实。据美国医学协会的统计,美国的外科医生中只有19%是女性,她们当中有很多都在工作中遭到歧视。外科大夫尼亚美·威尔逊就曾发文诉苦:“一个身穿手术隔离衣的女性走在医院里,很少有人会认为她是医生,更别说外科医生了,人们通常都把她当护士。相反,如果是男性,只要穿着隔离衣,哪怕他只是个实习生,人们也会想当然地认为他是外科医生。”看来,对于女性在行业中的被视而不

见和不被高看,不少外科女医生都很有意见,很“生气”。而此次四位外科女医生同时凝望患者的画面真的是很有感染力:温馨而专业,尽管医用口罩遮住大半张脸,依旧明眸善睐、灵动深情,感觉是美女更是有着救死扶伤精湛技艺的安慰者与医治者。

不过,天使治病救人,却也有自己的烦恼,据报道,女性医生在晋升机会和薪酬待遇上也不及男性同行。根据美国劳工局统计的数据,2014年女性医生的工资只是男性医生的62%。美国网景公司发布的2017医生薪酬报告也显示,无论是全科还是专科,男性医生的工资都高于女性。据悉,近来,临床女医生数量逐年增加,比例也在不断提高。但外科女医生依然匮乏,外科医生性别比例依然失衡。除了男女在体力上的差异外,还有其他的一些因素,将女性阻挡在外科的大门之外。其中大环境的“暗示”不可小觑:“女性



《纽约客》杂志4月3日的封面:“我是一名女性,也是一名外科医生”。

不适合做外科医生”的传统观念影响着女性,令其为职业前途担忧。而如何协调家庭与工作的关系,也是一个问题。外科医生以忙碌著称,而还要兼顾家庭的外科女医生的忙碌强度就可想而知了。

缺乏榜样也是导致外科女医生人数少的原因。而事实上,外科女医生不乏成功的例子。如何将这些成功的例子突显于公众视野,让人们认识到:外科女医生,原来你也在这里,原来你也可以干得这么出色,让她们可以拥有一个成功而专业的共同姿势,这正是媒体和媒体内容创造者们需要给力的。

舟子

【打开天窗】

医生职称晋升靠什么

著名学术出版机构施普林格·自然出版集团宣布撤销旗下期刊《肿瘤生物学》的107篇中国肿瘤生物学领域的论文,涉及来自中国的524名医生及医学生。这些文章涉嫌同行评议造假。在作为撤稿第一单位的77家单位中,不乏交通大学医学院、复旦大学及其附属医院等知名机构。

美国的临床医生不需要写论文,只需要有执照,也没有复杂的职称体系。而中国的医生晋升职称,必须提交学术论文。单一的人才评价体系使得医生不能依靠技术和服务质量获得口碑。从住院医师到主任医师,需要时间和接诊量的累积。在此期间,论文成了一些医生晋升的“拦路虎”。

李克强曾表示,县以下医院多拿论文评定职称,是搞花架子。现在,那些损害学术公信力的论文,是否会随着职称评定制度的变化而销声匿迹?

真正的科研,绝对不是天天有成果,而临床还是几十年前的老套路。还是那句话:没有临床服务能力的医生,或者很少把时间花在患者身上的医生,无论有多少论文,对医疗资源相比其他国家更为缺乏的中国而言就是一个悲剧。

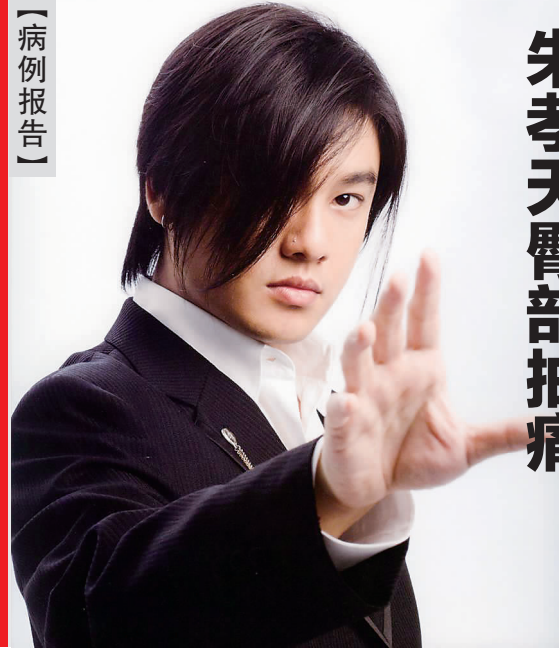
胡宁 饶茗柯

专家话说木糖醇

过多摄入木糖醇会导致肾脏损害,也可能出现高尿酸血症,甚至有因急性肾衰致死的个案报道。建议木糖醇每日摄入量不应超过50克,特别是高血糖合并高尿酸血症或肾病患者可以轮流食用含不同甜味剂的食品,以避免单种甜味剂摄入过量。

于青(上海市第一人民医院肾内科主任医师)

【病例报告】



朱孝天臀部抽痛

新闻回放:朱孝天去年曾应约参加一档节目的录制,但在录制前半个小时因臀部突然抽痛而缺席。后来,他表示自己患上了纤维肌痛综合征。全身广泛性疼痛是纤维肌痛综合征的一大特点。疼痛会遍布患者全身各处,尤以中轴骨骼(颈、胸椎、下背部)及肩胛带、骨盆带等处为常见。

约90%的纤维肌痛综合征患者还有睡眠障碍,表现为失眠、易醒、多梦、精神不振。90%以上的患者自述容易疲劳,大概有15%的患者劳动力有下降。部分患者还有晨起关节肌肉酸痛僵硬的表现。

若出现上述症状,患者首先要有信心,可以通过游泳、有氧运动、温水浴、瑜伽等方法来改善症状,提高睡眠质量,同时尽快到风湿免疫科就诊。

药物治疗有止痛药、抗抑郁药、抗惊厥药这三大类,主要是用来帮助患者缓解疼痛、改善疲劳、帮助睡眠、消除抑郁等症状。但必须在专科医生指导下选择药物,千万不要自己随意购买药物服用。

伍仞 游华玲

【全科门诊】

肠道需要『娇生惯养』

肠道是人的“第二大脑”,情绪调节需要“34567”,即烦躁时间控制在3分钟内,担心时间控制在4分钟内,纠结时间控制在5分钟内,生气抱怨时间控制在6分钟内,郁闷时间小于7分钟。

按摩足三里、中脘、天枢等穴位,对改善肠胃功能有好处,10~20次为一组,以出现酸胀感为宜。

身体、双手有规律地摆动。身体扭向左时,右手在前,左手在后,右手轻拍小腹,左手轻拍后腰,反方向重复,做50~100次。这样能强化肠胃,缓解消化不良。

以肚脐为中心,两手掌旋转按摩腹部,顺时针按摩10分钟,对缓解便秘有好处。若要缓解腹泻,可采用逆时针的按摩手法。

李明明

日本国立情报学研究所的研究人员近日警告称,人们在照相时要慎摆“剪刀手”,以免指纹信息泄露。

事实上,在正常拍摄距离(大于1米)的范围内,目前的技术是很难把手指纹理拍摄清楚的。同时,目前的网络传播会对图片进行压缩,从而降

脑卒中有预警

90%以上的脑卒中是可以预防的。有下列常见症状出现时,就需要警惕脑卒中的发生:①单侧肢体无力。②平衡或协调障碍。③患者可能表现为不能理解或不能书写;或是可能理解正常,但不能表达或写字。④患者经常感觉不到患侧的存在。⑤疼痛、麻木或感觉异常。⑥下咽困难,饮水呛咳。⑦大小便控制有问题。

王拥军 秦海强

比个“剪刀手”会不会泄露指纹

低照片的清晰度,泄露指纹信息的可能性是比较低的。

相对于指纹本身的安全来说,我们更应该重视指纹的存储安全。以带有指纹识别器的手机为例,它将指纹的生物信息存放在手机的安全区内,将其转化为数字信息,黑客可对这个

推敲按拿 强健身体

推肝经 用拇指指腹推按,从大腿根部,沿着大腿内侧,稍用力向前推至膝关节处。左右交替,以感到疼痛为佳。可以疏肝理气、活血化淤。

敲胆经 一腿抬起架住,从环跳穴开始,往膝盖方向敲,敲4下到膝盖,每敲打4下算1次。每日敲左右大腿各50次,可促进肝的疏泄。

按摩涌泉穴 用手掌托来回搓

安全区进行攻击,从而提取出指纹的数字信息,从事犯罪活动。

我们应避免在网络上传播有指纹的微距(小于0.5米)拍摄照片原始文件,也不要将指纹信息随意提交给不可信的商家,从而减少不必要的风险。

付丽丽

摩涌泉及足底10分钟,以感觉发烫发热为度,再用大拇指指肚点按涌泉穴30下,以感觉酸痛为度,两脚互换。常按此穴,肾精充足,耳聪目明。

拿肩井 右手五指并拢微屈,以手腕部摆动,有节奏地敲打左侧肩井穴。左手敲打右侧肩井穴。经常敲打肩井穴,有助于治颈椎病、落枕、肩周炎等引起的颈项肌肉疼痛。

马观福