

欧敬民:我想要怒放的生命



青玉案

欧敬民

深夜雨滴檐如鼓，
近新年，放思绪，
一载眨眼飞逝去，
夜以继日，格局安在，
计划可曾误？

青山碧水横舟助，
胸阔如海无迷雾，
默修泉心如是屈，
烦恼菩提，历境验心，
同舟谁共渡？

口述 欧敬民

唐晔：为什么总是不求回报地帮助别人呢？

欧敬民：我已经是社会体系中的获利者，就要知道感恩。一次在其他医院会诊，遇到一个动脉栓塞的病人，这家医院没办法手术，他又没钱转院，我就对他说，钱的问题你不用考虑，包括回家的车票我都帮你解决，后来帮他在这家医院完成了手术，安安全全送他回家。这样的事情我经常做。

唐晔：您对病人是怎样的感觉？

欧敬民：第一，尊重他们，既然他们信得过我，把命交给我，就是我的知己；第二，病人是我的老师，就像开车一样，真正教会你开车的是车，而不是教练；第三，病人是医生的衣食父母，是前进的阶梯，是一切的来源。所以我的每个病人都有我的手机号和微信号，24小时都能联系到我。病人家属有什么事情，比如娶媳妇，招女婿，找其他医生开刀，甚至割个双眼皮，都会找我帮忙。

唐晔：您的手机铃声是《怒放的生命》？

欧敬民：这首歌在我读硕博的时候，陪伴着我向前走。同时，这也是我鼓励别人的利器，在给学生们上课前，就喜欢播放这首歌，让他们在歌声中想一想，怎样面对现在的困境和挫折。

插播 欧敬民

我母亲97岁那年患了下肢静脉血栓，在欧主任的治疗下，很快得到康复。欧主任得知我们家住在杨浦区的五楼，又没有电梯，就利用业余时间主动上门诊疗。这样德艺双馨的好医生让我们碰上，真是幸运。

欧敬民医生真是敬民，每次开诊都安排得满满的，从诊断、做造影到治疗，一气呵成。我们江西的，走了许多家医院，终于在欧医生这里解决了问题，太感谢了。

1/ 在欧敬民看来，“取得小的成功，靠努力和智慧；取得大的成功，要靠贵人相助；更大的成就，非经历磨难不可。”

欧敬民人生中的第一处磨难，是贫困。他出生于安徽一个农村家庭，父母皆是老实巴交的农民，“很多时候都吃不饱饭”。但贫苦并没有打倒这个家庭。欧敬民的父母亲坚持让儿子上学。

终于考进了大学，独自离家读书，让个未及弱冠的农村少年，感觉陌生，不知所措，于是在心里积郁了越来越深的自卑。他不知道该怎么跟宿舍的同学交流，见到女同学更是只想躲开。

有一位同学对他说：“不要觉得只有自己很可怜，其实人人都有不可言说的隐痛，你需要一颗佛心。”这句话使他振作，最终他获得了第二医科大学的博士学位，进入新华医院普外科。

欧敬民毫不忌讳地坦言自己从小到大有极长一段时间是在封闭、孤独、自卑中挣扎，“性格缺陷，连硕士生导师请我吃饭都不敢去，内心焦虑，如城池在焚，只有天天在病房，在科室，好几年都不回家，在解剖教研室研究尸体，一呆就是几天。我是二十年磨一剑。”

终于，欧敬民在新华医院站稳了

脚跟，手术越做越多。近年来，他每年的手术都在千台左右。没有奇迹，也并非靠运气，欧敬民纯粹是靠着超过常人的勤勉，走出了自己的一马平川。

2/ 一年前，一个偶然的的机会，欧敬民认识了一个画家，在画家的微信中看到了一幅画。画中人在湖边亭里悠闲赏荷，这番意境给他带来了触动，不禁赋诗以咏心志。之后便一发不可收拾，作诗填词变成了他的一大爱好。“也许，我是外科医生中最会写词的一个。”

渐渐地，填词变成了欧敬民手术后做的第一件事情。“结束了当日的最后一台手术，经常已是凌晨时分。依旧还在半兴奋状态，于是填词一首，抒发一下手术中的心情与感受，送给自己。”他是个快手，一刻钟下笔有神，倚马可待，格律信手拈来，宛若天成。

他曾遇到了一个很棘手的病人，91岁高龄，患的是腹主动脉瘤。很多医生因为手术风险太大而闻之却步，他面对这个挑战，没有拒绝。最终，凭借着高超的技巧，经过两个多小时的努力，手术顺利完成了。时针指向午夜十二点，欧敬民兴之所至，为这位病人做了一阙《满江红》。之后他去查房，又碰见深夜看护病人的护士，心生触动，又为这位护士赋词一首。凌晨六点钟，又是一台手术，之后参加一台联欢会，又填了一首《满江红》。“很兴奋，其实并没有真正学过作词，那些文学底蕴全是当年读《读者文摘》积攒下的。无意作的词，是一种舒畅，仿佛高歌一场的淋漓痛快；有意填的词，表达的就是自己对事物的理解了。经常填词，经常在笔下写松涛云海、白云苍狗，胸怀也会更加开阔。”

3/ 现在的欧敬民，早已不是当年那个拘谨自卑的孩子，他把腹中才华、胸中壮志一点一点舒展开。他说，这得益于“佛心”的滋养。

他经常和同事讲他跟出租车司机聊天的事。“有一次，我遇到一位30多岁的出租车司机，我问，开出租车怎么样呀？司机说，不好，身体都折腾坏

了，我们是一半机器人，一半植物人，是社会最底层的人。另一次，我又遇到一位50多岁的女司机，我又问同样的问题。司机说，很开心，一点都不感觉累，晚上睡不着，也会半夜出来开工。能结识新朋友，又能挣到钱，有什么不开心的呢？这两次聊天给我感触很大，两人的区别就在于，心里有没有热爱和感恩。”

感恩的是别人，收获的是自己。所以他的门诊，从不限号，病人要求加号，他也从不拒绝。这么多年来，他几乎每天都在做手术，“唯有星期八不开刀”。

现在，他不再怕这怕那，应对任何情况都游刃有余，也学会了用曾经别人安慰自己的话去安慰别人。他没忘记自己曾经在底层挣扎很久很久，也没忘记自己受伤的时候好兄弟们的陪伴。他在很多人眼里，也是一个够兄弟、够义气的人。患者都有他的微信和电话，随时都可以打给他，不是血管外科的疾病，也来咨询他。

他对父母至孝，“从前家里穷，经常吃不饱，和哥哥捡别人丢弃的馍吃，高中时同学给了两块午餐肉，舍不得吃，喜滋滋揣在怀里带回家给老爹尝尝。不孝的人，啥事都做不成。”

欧敬民硕士毕业后工作一年的工资，全都交由父母了，甚至没有为自己添置一台学英语要用的随身听。现在，他经常带着他们出去旅游，北京，安徽，海南，巴黎。

读医改变了他的一生，让他从一个从地上捡馍馍吃的穷小子，变成一个有能力帮助别人的人。有时候他会想起高考的那天早上，吃了一个学校统一发的便当，里头有一枚肉丸，特别香。“我在吃不上饭的时候，是那般努力，现在好像什么都有了，却也不敢有丝毫的松懈。生命的意义，在于怒放。”他说。

唐晔 采访

欧敬民 新华医院普外科血管外科主任医师，教授，博士生导师。擅长血管外科疾病的手术及腔内微创治疗。

【医家坐堂】

猝死抢救争分夺秒

上海张东路2281弄134号陈宇：今年8月10号这一天，两名80后小伙猝死在杭甬高速公路上。

华山医院终身教授张延令：猝死并非只发生在老年人身上。抢救猝死，贵在争分夺秒。施救者跪在患者身体的一侧，然后将其两个上肢向上伸直，将远侧的腿搭在近侧的腿上，然后用一只手固定住患者的后脖子部位，另一只手固定在远侧的腋窝部位，用力将其整体翻动成仰卧位。要注意，患者的头、颈、腰、髋几个部位必须在一条轴线上，避免身体扭曲、弯曲。为了避免气道梗阻和脑血流灌注减少，患者的头不能高过胸部。

接下来开始胸外心脏按压。施救者跪在患者身体的一侧，两膝分开，与肩同宽，且自己的身体正对伤者的乳头部位。以自己的髋关节为轴，利用上半身的体重和肩部、双臂的力量，垂直向下按压患者的胸骨。注意，两个手臂要一直保持伸直状态，在按压的时候，手臂要垂直于地面，身体不宜晃动。

然后用5~10秒的时间观察一下患者的胸腹部，看看有没有起伏，以判断其还有没有呼吸。如果没有呼吸或者仅仅是喘息样的呼吸，可以进行口对口的吹气。通常，胸外心脏按压与口对口吹气的比例为30:2，也就是每做30次的按压，就要做2次口对口的吹气。5个循环后，摸一下患者的胸锁乳突肌，看是否有搏动，如果有搏动，说明心跳恢复，停止按压；如果没有恢复搏动，继续按压，并在之后的每5分钟检查一次脉搏。

名医教你预防乳腺癌

乳腺癌并不是直接遗传的，而是一种“癌症素质”的遗传，即对乳腺癌的易感性遗传，而不是乳腺癌本身。对于乳腺增生，每隔3个月或半年应去医院复查。如果发现单侧范围局限的病变，或乳腺结节短期内增大变硬，应提高警惕。

吴克瑾(复旦大学附属妇产科医院乳腺科主任，主任医师)



【病例报告】

张锐猝死：痛在牙，病在心

新闻回放：“春雨医生”的创始人张锐去年因心肌梗离世。其实，在发病的前几天，他因为牙疼去医院，医生让他做了心电图，当时就告诉他，他的牙疼是冠心病，而不是牙齿发炎。忙于创业的张锐想过几天再去进一步体检、治疗，谁料，没等他腾下手来再去医院，突然袭来的心梗就要了他的命。

50岁上下的中年人，尤其是男性，当出现下牙痛或下颌痛，口腔检查又未发现问题，应考虑是否患有冠心病的可能。有些患者发生心绞痛时，心脏症状并不明显，只是表现一侧或上下多个牙

齿疼痛，有些心肌梗死首先出现的是牙痛。心源性牙痛约占冠心病、心绞痛患者的18%，其主要特点表现为①突发剧烈牙痛，又不能确定牙痛部位，检查口腔又没有发现明显体征。②服一般止痛药无效，但含服硝酸甘油有效。③牙痛发作时患者胸前区可能有不同程度的紧缩感或不适，患者有恐惧焦虑感。④心电图检查结果提示心脏有病变。所以，上述患者申请心电图检查很有必要。

除了牙痛，身体出现以下症状，需警惕是冠心病的征兆：①劳累或精神紧张时出现胸骨后或心

前区疼痛，或紧缩样疼痛，并向左肩、左上臂放射，持续3~5分钟，休息后自行缓解。②体力活动时出现胸闷、心悸、气短，休息后自行缓解。③出现与运动有关的头痛、牙痛、腿痛。④饱餐、寒冷或看惊险片时出现胸痛、心悸。⑤夜晚睡眠枕头低时，感到胸闷憋气，需要高枕卧位方能舒适；熟睡或白天平卧时突然胸痛、心悸、呼吸困难，需立即坐起或站立方能缓解等。⑥听到周围的噪声便感到心慌、胸闷。⑦反复出现脉搏不齐，不明原因的心跳过速或过缓。

励山