

李锋:披肝沥胆,四十而不惑

1/ 李锋生于1978年,在闽西连城的青山绿水间,看着金庸的小说长大,在侠肝义胆英雄魂的影响下,想像自己长大后也有一身好手艺,济人济世。高二那年,疼爱他的奶奶去世,李锋因此明确了学医的志向。1996年高考前夕,班主任认定李锋考取北大、清华十拿九稳,没想到班里的这位尖子生所有的志愿都填报了医学院校。

2001年,李锋从上海医科大学毕业后,进入上海市第一人民医院工作。他尽心尽职,不想辜负“白衣天使”的称号。有一位糖尿病患者下肢感染,组织坏死,恶臭难闻。每次打开纱布,同室的病友都捂着鼻子跑出了病房,但李锋毫无怨言,埋头为患者清理伤口,更换纱布,颇有舍我其谁的担当和认真。还有一位病人,去病房浴室洗澡时晕倒,李锋听到动静,放下正在书写的病史,拿起血压计,冲出值班室,第一时间跑过去抢救。

那一年,市一医院开始设立“每月一星”奖,李锋是第一个获得此奖项的医生。病人们联名写信给院领导,赞扬这个虎头虎脑的小伙子“一切为病人着想,是个好医生”。

2/ 在医院各科室轮转了一年,李锋期待自己有更强的本领为患者服务,于是下了班便挑灯夜读,准备硕士生的考试。最终如愿得偿,李锋投身范建高教授门下,攻读硕士。在范教授的指导下,他花费半年的时间,整理了一万五千份体检资料,进行脂肪肝流行病学的调查研究,为完善中国脂肪肝患病情况的流行病学数据画上了浓墨重彩的一笔。

两年后的中期考试,因为成绩优秀,李锋获得免试直升博士的资格。当时他已答应导师的挽留,但报名的最后

一天,学校分管博士招生的老师向他介绍说中山医院王吉耀教授想招收一名临床型博士生,有医生向王教授推荐了他。何去何从,就像人生的一个漩涡,让人纠结。这时,李锋有幸得遇大学班主任的提点,终于决定继续攻读博士学位,师从王吉耀教授,专攻肝纤维化的诊治。王教授被授予“国之大医”的荣誉,其仁心医术都让李锋敬佩有加。他渴望自己在导师的教导下,变身屠龙刀,拦截肝病向终末期发展。

中山医院肝病病例更多、更复杂,这确实让李锋有如鱼得水之感。他每天7点半到病房,关心62张床位每一位病人病情的变化,一直忙到九点半十点才离开。他说:病人性命相托,我必全力以赴。

一天,急诊室来了一位60岁的男性患者,严重腹水,辗转多家医院,却找不出病因。担任内科住院总医师的李锋前去会诊,详细翻阅外院病史后,只问了一句话:发病前吃过土三七没有?病人家属一下子愣住了,跑了这么多家医院,从没有人问过这问题。原来病人因为关节痛而自行服用土三七,李锋记得读《肝脏病学》时书中提到过土三七有可能堵塞肝脏小血管导致顽固性腹水,所以关键时刻迅速地找到了元凶。

3/ 2008年李锋博士毕业,从此供职于中山医院,至今已整整十年。青春虽已散落在时间的瓦砾里,但初心从未有过改变。

有一位中年教师,因肝硬化伴食管胃静脉曲张出血、重度贫血,几次进出医院。在一次检查过程中,情急之下,与医务人员起了冲突。作为主治医师的李锋得知后,想到曾遇到有过患者因为生气而加重病情导致死亡的病例,于是一看完门诊,忙跑去病房,见了教师的面,诚恳地说:“今天的事不管谁对谁错,您受

委屈了,我代表我们团队向您道歉!”一句话,一下子温暖了病人及其家属的心。在李锋看来,与病人的健康相比,自己个人的面子不值一提。次日,李锋又亲自为这位教师做内镜手术,止住了出血灶,从根本上解决了贫血问题。

在陈世耀主任的指导下,李锋专心研究内镜下治疗食管和胃静脉曲张破裂出血的技术,以改善病人的生存质量。在王吉耀教授的带领下,他作为项目的主要完成人,团队专攻的“慢性肝病肝纤维化的早期诊断和有效治疗”获得上海市科技进步二等奖、上海医学科技三等奖,相关成果还发表在权威的美国肝病杂志上。

现如今,李锋每周三个半天专家门诊,仍无法满足来自全国各地肝病患者的求治,许多患者冲着网站上的好评而来,要求加号,李锋不敢拂了病人的信任,只好累着自己。

4/ 李锋今年四十岁,华发早生,敦厚依旧。在神圣的医学殿堂修业22年,他把生命中绝大部分能量都投放于临床、科研上。复旦大学十大医务青年和上海市卫计行业青年五四奖章的荣誉,对李锋而言,确实是实至名归。如今即使是双休日,若不是门诊、查房,他便忙于查阅资料、参加学术讨论、指导学生,很少顾及自己的小家。

儿子去年小学数学考试没拿到满分,满肚子的委屈。唯一被老师判错的



李锋 中山医院消化科副主任医师,硕士生导师
门诊时间:周二下午、周四下午、周五上午

一道题是这样的:小明父亲一天工作8小时,问一周工作几小时。儿子答56小时,老师的答案是40小时。儿子很委屈地说:我爸爸从来没一天休息过呀。听闻儿子此言,李锋很心酸,也更加感谢为照顾儿子和家庭而默默付出的妻子及其父母,他说是他们让自己冲锋陷阵时毫无后顾之忧,让自己困顿疲累时有了坚实的依靠。

四十而不惑。步入人生成熟的秋季,李锋清透地感悟到医生不是一个速成的工种,这个职业决定了它需要年龄、经验、勤奋来做沉淀。在这个人人争说“中年危机”的时代,他没有闲暇矫情,也没有工夫焦虑,他只想着踏踏实实解除患者的病痛,圆自己少年时济人济世的梦想。

记者 张逸

更年期,经常按揉保健穴位

日常生活中,可经常按揉肾俞穴、三阴交穴、太溪穴、涌泉穴等,有助于缓解更年期症状。肾俞穴(双侧)位于人体背部,第二腰椎棘突下旁开2指宽处(和前面的肚脐眼平齐,正好是第二腰椎)。搓热掌心后,自上而下推后擦肾俞穴,以腰部发热为佳。三阴交穴(双侧)在小腿内侧,内踝尖直上4指宽,胫骨内侧缘后方。太溪穴(双侧)位

于足部内踝后方,内踝尖与跟腱之间的凹陷处。沿肾脏循行线敲打小腿,再揉三阴交穴和太溪穴1分钟。

睡前泡脚并按揉涌泉穴可帮助入睡。涌泉穴位于足掌心,第二三跖骨间,当蜷足时呈凹陷处;或于足底中线的前、中1/3交点处取穴。泡脚时注意水温不要超过40℃,时间以20分钟为宜。 明文

养生药膳一组

块、葱段、姜片、纱包,用旺火烧沸,撇去浮沫,再煮滚约10分钟后,取出纱包,改用小火炖约两小时,待猪蹄烂熟时,加调味料即成。对润毛发、滋养肌肤大有裨益。

蜂蜜百合饮 先将百合洗净,加水煮烂后,放入萝卜和蜂蜜,煮沸即可。可养阴清热、生津止渴、滋养容颜。

豆蔻煲乌骨鸡 将鸡洗净,草豆蔻放在鸡腹中,以竹签缝好切口,加水煮熟,放入自己喜欢的调料即可。适合虚寒气滞、脘腹胀痛的体虚女性服用。

苏越因胆囊癌去世

新闻回放:作曲家苏越创作的《血染的风采》等歌曲流传甚广,特别是《黄土高坡》以其高亢、抒情的西北风吹遍了有华人的每个角落。8月22日,苏越因患胆

囊癌与世长辞,享年63岁。

胆囊癌发病率近年来出现明显的上升趋势,意外胆囊癌每个胆道中心都经常出现。胆囊癌大多与胆囊结石炎症并存,早期并无典型的临床症状,故误认为急性胆囊炎所致。开始表现为右上腹不适,继之出现持续性隐痛或钝痛,有时伴阵发性剧痛,并向右肩放射。胆囊癌还可表现为消化不良、厌油腻、暖气、胃纳不佳。黄疸往往在病程晚期出现,同时伴有消瘦、乏力甚至出现恶病质,皮肤、黏膜黄染伴皮肤瘙痒。

胆囊结石直径大于2.5厘米、胆囊已经萎缩和充满结石的患者,即使无明显胆绞痛的临床症状,亦需引起患者足够重视,尽早就医,必要时腹腔镜胆囊切除。若等出现腹痛、黄疸等症状已属晚期,失去了最佳治疗时机。

殷保兵(华山医院普外科主任医师,教授。门诊时间:周一上午、周五上午)



【病例报告】

专家教你防霾

不要在霾大的时候开窗。可以使用室内空气清洁剂,在空气质量好的时候再开窗。空气质量差的时候,洗鼻肯定是有帮助的,特别是有过敏性鼻炎的人。

黄素琴(上海市第一人民医院南部呼吸科执行主任,主任医师)

山药煲苦瓜 先将猪肉切成片,放入温油锅里,再加入葱姜末一起煸炒,待炒出香味后加入适量的鸡汤、山药片、枸杞,以及适量的盐、味精、白胡椒粉,然后用大火煮,开锅后改用中火煮,10分钟后放入苦瓜片即成。适合血脂和血糖高的人食用。

菊花鱼片火锅 在火锅内倒入熬好的鸡汤或肉汤,然后加入生鱼片或鸡片,同时投入菊花瓣,煮上2~3分钟即可捞出食用。对头昏眼花、眼睛干涩颇有疗效。 释加