

谢玉才:玉润才情,爱心暖人间

谢玉才念高中时,没有“校外补课”这一说,仰仗班主任抓得紧,晚自修都盯着,他每天刻苦用功,高考时拿到了医学院校的“入场券”。大学毕业时他成绩优秀,得以留校,被分配到了内科。因为喜欢动手,想到心脏病的介入诊断和治疗都需要动手,就选了心内科。

然而,刚毕业第一次做心肌活检取患者的“心头肉”,谢玉才还是有点小紧张,他强迫自己深呼吸,镇定下来,才让手不再微微发抖。那身重达20多斤的铅衣穿在身上,一场手术下来,汗湿全身,累得连把衣服脱下来的气力都消耗殆尽,没了吃饭的胃口,就想着有地方能赶紧平躺下来,好好歇一歇。那天夜晚,梦里全是白天手术台的情景。

这样的紧张和疲累成了常态。心内科并非风轻云淡,常常是紧急呼叫一来,必须拿出神行太保的速度,出现在病人身边,心肺复苏,临时起搏器植入,全力拯救正在坠落的生命,一刻也不容耽搁。如今的谢玉才早已褪去刚从医时的青涩,在诊室和手术台上气定神闲,唯有辛苦与压力之下“认真”两字一如当年。

谢玉才1992年硕士毕业进入瑞金医院工作后,临床、教学和科研更是齐头并进。学生都愿意跟在他后面去查房,他能够把病情的前因后果讲得清清楚楚,在言传身教中让他们学到更多东西。

2006~2013年,谢玉才先后在美国一流的Stowers医学研究所和全美5000多家医院心血管专业排名第3位的Cedars-Sinai医学中心学习和工作,充分领略了美国的医疗和社会文化,并获得了博士学位。其间,他与夫人以并列第一作者的身份撰写的论文发表在《自然》杂志上,该本杂志现在被瑞金医院院史馆保存。

谢玉才用自己的从医经验告诉医学生:好的医生不应该照搬课本,而应该把所学的知识融会贯通,因人而异地应用于日常的诊疗工作中。一位外地的大学老师,反复晕倒5年多,在当地的大医院住院检查,直立倾斜试验阳性,诊断为血管迷走性晕厥,治疗效果一直不佳,来谢玉才这里就诊之

前半年,甚至平均每两周发作一次,而且不分时间、地点,随时随地发作,弄得家里人非常紧张。谢玉才接诊后,查看外院的多次住院记录,诊断和治疗也算是合理的,但是谢玉才反复详细询问病史后,仍然发现了一些蛛丝马迹,决定收入病房进一步观察检查,结果在医院里再次发作,更正诊断为病态窦房结综合征,谢玉才亲自为她安装了永久起搏器。到目前为止已经随访两年多了,再也没有晕倒发生,生活质量明显提高。

还有位老人一直胸闷,心慌,晚上睡不安稳,非常痛苦。老人遍访各家三甲医院,查不出心脏有器质性改变,最后她经人介绍找到谢玉才,谢玉才凭借多年的经验和广博的知识,没有头疼医头、脚疼医脚,而是根据老人的情况,建议她排查是否有可能是呼吸系统的疾病影响到心脏,检查证实了谢玉才的判断,对症治疗后,困扰老人多年的疾病一朝消除。

心血管内科遇到危重症病人是家常便饭,考验的是医生的医术与医德。有位80岁的江苏老人,心衰严重,当地医生认为如果不进行及时有效的治疗,老人心脏随时有可能骤停。限于当

他的儿子凑足了费用,把他抬来上海,打算做心脏移植。心脏外科医师们仔细检查以后,发现病人肝功能、肾功能不全,同时有糖尿病,已经没有心脏移植的机会了。谢玉才会诊后,决定用药物治疗来帮助他。一年后,他儿子特地来上海找谢玉才,兴奋地说,原以为他爸爸只能躺在床上终其一生,没想到经过谢医生的治疗,他爸爸恢复得特别好,现在能自己上下楼,邻居们都赞叹上海有这么一位具有起死回生神功的高水平医生。

一位优秀的医生,给病人选择治疗方案,有的时候就像大厨烧菜,同样的原料同样的调料,做出来的味道就是与众不同。像高血压,五大类有100多种治疗的选择,谢玉才会运用相关的知识和临床经验,考虑患者的经济条件等等,为每一位患者选择一个最佳的个体化精准治疗方案。谢玉才目前有几位心力衰竭病人一直在门诊随访,他们从外院或外地转来,寻求安装三腔起搏器,但是,谢玉才发现他们都没有正规的药物治疗或治疗时间不够,就给他们布置了“功课”——在家自测血压和心跳,每天两次,每三周交一次“作业”,根据“作业”决定怎么微调药物。通过这样的个体化指导用药,已经有不少患者避免了安装三腔起搏器,不仅节约了差不多每4年安装一次、每次十几万元的费用,更主要的是避免了体内安装起搏器以及由此可能带来的合并症。

十多年前,谢玉才在急诊室抢救一位因心脏病而昏厥的老太太,连家属都觉得没有指望,做好了放弃的准备,但谢玉才不想就此罢手,继续坚持抢救,结果这个老太太被抢救过来了。2013年,听说谢玉才回国后,这位患者专门来门诊看望他,感激涕零。之后又有很多被谢玉才从生命悬崖边抢救回来的患者陆续专程来见他,像见到多年不见的亲人一样,诉说类似的故事。谢玉才的夫人把这些故事讲给他们的大女儿听,大女儿当时在念高中,还没有自己的职业规划,听了这些故事之后,就觉得医生如果医术好、医德高,很受人尊敬,由此埋下了学医的种子。

谢玉才的大女儿现在美国念大学,今年1月份在飞回美国的达美航班上,正巧有一位中国留学生突发疾



谢玉才 瑞金医院心血管内科 教学主任、首席教师,主任医师,医学博士,博士生导师。在心律失常、心力衰竭、血脂异常和冠心病的诊治方面造诣很深,擅长各类心脏起搏器植入手术。

门诊时间:周一下午、周三上午、周六上午

读者朋友,你如果有心血管问题想咨询谢玉才医生,请通过 xmsq839@126.com 留言。

病,不断呕吐,情况非常糟糕,而他英文又不太好,机组人员只好紧急寻求医生援助,但很不巧这个航班没有医生搭乘。谢玉才大女儿闻讯后立即奔到留学生身边,对乘务员说:“我爸爸是医生,我是医学预备生,我可以参与救护。”她从飞机上的急救包中找到常用的医疗器械和药物,询问留学生的病史、家族史和用药史,测量他的心跳和血压,判断症状,对症处理,改善了留学生的不适,飞机因此不用返航,机组成员和全体乘客都特别感谢她,夸她是一个很好的小医生。事后达美航空公司还给她寄了感谢信和乘飞机折扣券,以表彰她挺身而出、救治病患的善举,这更加坚定了她学医的信念。

谢玉才的高中班主任如今已七十多岁,因为患糖尿病,来医院就诊时会顺道看一眼昔日的学生,感慨谢玉才从医辛苦,早生华发,而谢玉才的大哥大他整整一轮,头发却依然乌黑得很。老师心疼学生,希望谢玉才不要耗尽心力。谢玉才则表示,为了病人减少痛苦,延长生命,让心脏继续健康地跳动,自己辛苦是应该的。

光阴如梭,不知不觉谢玉才选择心内科工作已经30多年了。有时候能听到等候在他诊室外的患者在门口讨论“谢医生的好”,所有的辛苦与劳累,在这一刻,都化作云烟悉数散去,心间只留下完成救死扶伤职责的欣慰。

记者 张逸



谢玉才夫妇和他们的两个爱女

地医疗水平,老人被急送至上海瑞金医院。谢玉才接诊后发现,老人有严重的冠心病合并晕厥、室性心动过速、心功能不全,冠脉支架装好仍可能发生致命的心律失常,必须为他安装植入式心脏复律除颤器,为了避免血栓的风险,需服用抗血小板药,但这样又有出血的风险,治疗上陷入了两难。谢玉才权衡利弊,并取得家属的理解与支持,冒着风险,安装了心脏复律除颤器,解决了老人心律失常的问题,又妥善处理术后连续两天的渗血。谢玉才的所有努力,家属们都看在眼里,感激的泪水盈满眼眶。

浙江有位病人,严重的心衰,许多医院都担心一旦收治入院很难收场,

姚文鑫:用心从医

徐汇区牙防所姚文鑫医生在“身份的转换”活动现场表示:“每个人都有牙病,我也不例外,而我的牙科医生就是我的太太,她也是一位牙医。经历过患者身份的时候,就会体验到医患信任是如此重要。大多数人对看

牙都恐惧,在治疗过程中能听到磨牙齿的吡吡声,那该多痛苦,所以当角色再转换到医生的话,我觉得对患者的人文关怀要有提升,有时候对医生来说就是一句话,或者一个微笑,对病人来说就是不一样的。”

记者 张逸

【医家坐堂】

重视认知障碍

上海紫秀路100号杨阳羊:《忘不了餐厅》由五位患有认知障碍的老人和黄渤等三位明星一起经营一家餐厅。节目没有烧脑,没有悬疑,没有好玩的游戏,没有动人歌声,却让我们笑中带泪,心情难以平复。

华山医院终身教授张延令:《忘不了餐厅》是国内首部聚焦于认知障碍老人的综艺节目。目前大约每3秒钟,世界上就会新增1位认知障碍患者。患者在流年中被“偷走”记忆,却常常被人“调侃”为“老糊涂”。

认知障碍其实是因为患者的脑细胞出现病变而急剧退化及死亡,导致脑功能衰退。这是一个具有比较漫长进程的疾病。其早期十大症状表现为:①记不起近期的事,丢三落四,说完就忘。②完成日常家务变得困难,有时甚至连多年养成的习惯、爱好都会忘记。③有时连一些简单的词汇都不能表达自如。④搞不清时间地点,例如就在家附近却找不到自己家门。⑤判断力下降,如正值夏天,却拿出冬天的衣服穿。⑥抽象思维能力障碍。分不清钱多少,忘记数字代表什么意义。⑦常用物品放错地方。⑧行为及情绪改变。⑨性格明显改变,突然变得多疑、糊涂、害怕以及过度依赖等。⑩对日常生活不感兴趣。

传统中国人最担心的就是“子欲养而亲不待”,而认知障碍则是“子欲陪而亲不识”,其带给晚辈的痛苦并不比前者少。

除了控制血压、血糖,避免脑外伤外,帮助老人进行片段记忆训练可以有意识地减缓认知功能的下降。回忆过去的生活片段,不是单纯对事情本身的记忆,而是连同时间、地点、人物以及当时心情的综合记忆,比如“昨天晚上吃了什么”,不仅是吃饭这个事实,还包括了“和谁,什么时候,在哪里,吃了什么,不开心”等内容。

分散注意力能力法也有一定的作用,帮助老人学会同时注意或是同时进行几件事,比如边做菜边熬汤,边看电视边做体操等等。

【专家门诊】

专家教你减血脂

夜宵、火锅、麻辣烫等不健康的饮食方式和种类都会造成血脂升高,血脂高另一方面与家族遗传有关。

沈成兴(上海市第六人民医院心脏中心主任,主任医师)

发现血脂高要积极应对,但不等于要吃全素食,更不能吃膳食结构不合理的所谓“素食”。

范青(华东医院营养科副主任医师)

很多患者在针灸减脂的同时会发现大便秘结、颜面痤疮、月经紊乱等症状也有很大改善。

沈群(同济医院中医科副主任医师)

【沪上仁医】

向阳:体会人生

医学人文公众号“晖问仁医”已采访了630位医师,并于近日举办“身份的转换”对话活动。

华山医院向阳医生在活动现场表示:“刚开始做医生的时候,我非常喜欢医学教学,原因很简单,我原来表达

能力不佳,教课可以锻炼表达能力,其实我感受到了教学的快乐。我现在又担任医院行风办主任。有人问,我的身份老是在切换,会不会力不从心?其实,人生就是经历,我不太在乎结果,而是在每个点上都用心去体会。”