

一位骨科专家的简单与精彩

——访北京大学首钢医院骨科主任兼大外科主任张光武教授

文图/《中国医药导报》记者 刘志学 特约记者 赵晓霜 刘金良

2016年9月15日,中秋节。随着夜幕降临,在微信朋友圈和各种微信群里“晒”圆月,成了很多人不约而同的过节方式。尽管当晚月亮刷屏,但当记者在常去的一个微信群里看到群友王医生发的一张照片时,还是惊呆了,忍不住点了一连串的“大拇指”。王医生赶紧在微信群里告诉记者,这不是她拍的,是他们首钢医院骨科张主任的大作。“首钢医院”“骨科”“张主任”?!这三个关键词让记者一下子想到去年凭借两百多万字科普作品获得“中华医学科技奖医学科普奖”的张光武教授。仔细一问,果然是他!于是,记者赶紧请王医生帮忙联系,期待有机会去采访这位传说中的“大咖”。

因为张光武教授手术安排的比较满,预约采访的时间被一推再推,几天后的9月23日上午9时,在首钢医院宣教中心主任的陪同下,记者终于在医院住院部9楼的小会议室里见到了张光武教授。

这次采访,就从“一个医生怎么会热爱写科普文章”的话题开始了……

二十多年,二百多万字

今年61岁的张光武教授,人生经历可谓相当“简单”:1976年从部队复原到首钢当工人,1977年参加高考,1983年从医学院毕业回到首钢,在医院当骨科大夫,直到今天。

但这“简单”的人生却又相当“精彩”——

40多年前,他从北京去河北省定县(今定州市)清风店当兵时,



张光武教授近照

虽然只有小学学历,可连队的《解放军报》《战友报》,以及《参考消息》报,还有外出训练时在农村老百姓桌上、炕头,甚至装针头线脑的簸箕里放的旧书,都成了他的“课本”。1973年到1976年,他还和穆姊等战友一起,在部队创作组完成了《灯光闪闪》《重任在肩》等小说集的创作,甚至和战友小蒙相约:“要在30岁前写一本书。”在战友眼中,他毫无悬念地属于“舞文弄墨之辈”。

从部队复员后,张光武在首钢当了一名工人。得到能够参加高考的消息,他意识到,这可能是改变自己人生的绝好机会。于是,他这个“小学生”又义无反顾地开始向高考冲刺。那段时间,他的生活状态就是车间、食堂、教室、宿舍,四点一线。好在首钢的旁边就是北方工业大学,他有了任何问题都随时可以找到老师请教。功夫不负有心人,他的考试成绩达到了医学院的录取分数线。于是,他从医学院毕业后就成了一名临床医生……

这之后的1992年,他在301医院骨科进修学习时,认识了金盾

出版社的一位编辑。编辑在办公室等人的时候,问来进修的张大夫:“您是否有兴趣写一本有关骨质疏松症防治的医学科普读物?”当时,张光武的学习任务非常繁重,原本打算推掉这本书的写作,可那一瞬间,他突然想起与战友小蒙的约定,意识到这正是自己履约的好机会,便接下了这本书的写作任务。编辑留下一张名片走了,张光武为了信守承诺,在繁忙的学习和工作之余,开始创作他医生职业生涯的第一本书——《骨质疏松和骨质增生防治200问》。后来他才知道,这本书居然是我国改革开放以来最早出版的有关骨质疏松症防治知识的科普读物之一,首次印刷31000册。现在,这本书已经问世20多年了,其间出版了“修订版”和“第三版”,共印刷14次,总发行量超过18万册。1995年,我国台湾地区的出版机构购买了此书的版权,在台湾地区发行了竖排繁体字版,开创了同一本科普读物在海峡两岸同时发行的新纪录。

尽管这本书也没有给张教授带来收入和荣誉,但“写的过程中我就发现,这项工作应当是一项事业。眼看我们国家越来越发展,需要普及防病治病知识;同时,社会有需求,我们这些有专业知识的人就有责任帮助老百姓了解科学准确、简单明了,能够让他们理解接受的医学知识。”就这样,他之后又陆续写了《骨科病人家庭护理》《颈椎病自我防治》《得了肩周炎怎么办》等17本科普读物,有的还被翻译成蒙文、藏文、朝鲜文、哈萨克文等出版。因为这一系列医学科普

读物,他于 2014 年荣获“北京市科学技术三等奖”,2015 年荣获“中华医学科技奖医学科普奖”。

说到那些科普读物,记者问:“您不仅手术多,还要带学生、写学术论文,还要经常去社区搞宣传,您那两百多万字的科普著作是怎么写出来的?”记者毫不掩饰的满脸疑惑把张教授逗乐了,他大笑着说:“这就是您今天来采访我的主要原因吧?这个问题,去年获奖的时候就有人问过我……答案其实很简单,200 万字用了 20 年,每年 10 万字,每月 8000 字,每天 200 多字。200 多字是小學生一篇作文的字数,并不多。只是我每天坚持写 200 多字,而许多人没坚持下来而已。”

不算不知道、一算吓一跳!张教授的话让记者想起多年前听过的一个挖井的故事:用同样的时间、同样的力度挖井,在一处深挖与东挖一处、西挖一处的结果,真是天壤之别啊!回头想想,张教授的精彩,其实全都来自他的简单。

三十多年的“寂寞风景”

“我写医学科普图书没想过得奖,也从没有想过有什么回报。我是一名骨科医生,最了解病人和家属的心思,知道他们在疾病面前会想什么、问什么,帮助他们答疑解惑,是一个临床医生应该做的事情。”

张教授的话刚说到这儿,一位老年患者从门口路过,进来咨询“怎样预防骨质疏松?”记者正暗自猜度那些专业术语和“高大上”的理论老人能听懂吗?哪知张教授只笑着说了三个字:“不摔跤!”初听这话,老人和记者都愣了。张教授接着对老人说:“怎么预防你先别想,你要想什么呢?千万别摔跤!一摔倒就惨了!骨质疏松症所有的并发症都可能发生在您一个人身上。您自己的生活质量没有了,家人的生活也跟着受影响。”

老人问:“那……怎么预防摔跤呢?”

“出门的时候扶着你们家的那个扶梯,虽然扶梯上有灰,但是总比你摔一跤吃喝拉撒都在床上干净多了。”张教授还是一副笑眯眯的样子。

“是这个理儿。”老人念叨着走了。

张教授目送老人出门,接着说:“这些话,我去社区讲课时经常说。同样的意思,如果照本宣科,大家都记不住。要想效果好,就得认真琢磨怎么说,对方才能明白。”

“认真琢磨”对很多人来说,是偶尔为之的事儿,但对张教授来说,却是常态。他 23 岁从医学院毕业后回首钢,在医院当大夫,之后一口气干了 30 多年。因而他对于首钢、特别是首钢医院的一切,都满怀激情——哪怕是一棵树。

每天去食堂吃饭,张教授都会路过医院花园里的一株山桃树。四季轮回,这棵山桃树在寒风中瑟瑟发抖、在雪后银装素裹、在春寒料峭时长出密密麻麻的小花芽,然后,一夜之间,好像变魔术一般,热热闹闹地开满了花儿!山桃树下匆匆走过的医护人员和患者、正在小憩的康复中的患者,都留在了他的记忆中。他还和这棵山桃树一起,看到首钢医院正式成为北京大学医学部的成员、看到“吴阶平泌尿外科医学中心”拔地而起……年复一年,他明白了,“远在春天到来之前,山桃花的花芽就分化好啦。只待春风吹拂,大地回暖,它就立即绽放芳容!没有徘徊,没有迟疑。山桃花开告诉我们,要做好一件事情,必须充分准备,耐得寂寞,接受曲折,循序渐进……”

这段话,看似说花,其实说的是人。斗转星移,他也从毕业后初涉医道的一名临床医生,成为了北京大学首钢医院骨科主任兼大外科主任,北京大学医学部硕士研究

生导师,而且是北京医学会创伤学分会委员,北京医学会骨科学分会创伤学组委员,北京医学会骨科学分会骨肿瘤、骨感染、骨结核学组委员,中国医疗保健国际交流促进会骨科疾病防治专业委员会委员兼综合骨科学组委员……

然而,身为能写科普作品的骨科大夫,张光武教授总是能用大家都听得懂的语言把那些看似深奥的专业术语讲明白。比如聊起小时候因为没有完成临帖作业被爷爷“打手心”,他说老人家的打法绝对符合现代解剖学原理,因为人的手掌角质层较厚、感觉神经敏锐、皮下血管丰富,击打手掌,不会出危险,能够达到皮红而不“肉肿”,疼痛而不“肉绽”的“境界”。

谈到“青枝骨折”,他说,当青少年骨骼受到外力损伤时,由于骨骼柔软,韧性较大,不容易彻底折断,而是以裂纹和变形为特征,医生称之为“青枝骨折”。此型骨折如同“青青柳枝”——折断柳枝,常常枝断而皮不断。白居易一句“青门柳枝软无力”中的“软”字道出了“青枝骨折”的病理学原理。青枝骨折因为“枝断皮连”,不会完全移位,治疗时医生一般不首先考虑手术治疗,先行手法复位,外固定数周,通过复查骨折部位 X 线片,确定骨折愈合状况。一般经 6 至 8 周的治疗,骨折便能愈合。

谈到骨科常见的连续多台手术式“马拉松”,他说,对于骨科大夫来说,像关节翻修、脊柱矫正等手术,是骨科中耗时比较长的;还有一些特殊病人,如反复骨折的病人,为他们做手术耗时会更长一些。一般碰到这种预期时间很长的患者,团队都会做充分准备,根据病人情况提前准备多套手术方案,把手术中的每一步细节都讨论到位,就连手术顺序都要提前确定。“这不仅是为了缩短手术时间,对患者来说也能降低手术风险,减小

创伤、少受罪。”

拿了 30 多年手术刀, 张教授早已养成了一些很有特色的“职业习惯”, 比如只要没有特殊情况, 在手术前就只吃包子, “扛饿还有菜有肉”; 不穿有鞋带的皮鞋、不穿衬衣, 因为系鞋带、解纽扣, 太耽误时间……他珍惜每一分每一秒的时间, 但却常常抽空参加社区举办的讲座, 深入浅出地告诉社区居民原发性骨质疏松症的定义、危害、治疗方法等, 并特别强调残疾人预防骨质疏松的重要性——因为他认为, 作为一名临床医生, 他的岗位绝不仅仅在手术室, 他的服务对象也不仅仅是入院的患者。

一直在路上, 一直在追求

说起医生的社会责任, 张教授对记者谈起了他的一次旅游经历。

一般人去加拿大魁北克省的圣约瑟夫大教堂, 都惊叹于它美丽壮观的世界第二大穹顶, 可吸引张教授的, 却是教堂墙上的一排排拐杖和安德烈修士的心脏。30 年间, 安德烈修士在完成本职工作以外, 利用教堂里的灯油治好了很多病人。因为人们往往是拄着拐杖来, 丢下拐杖回, 因此教堂里留下了上万根拐杖。更让人敬仰的是, 安德烈修士逝世前, 还嘱人将他的心脏解剖给世人看, 以昭示他的无私无邪。现在, 这颗心脏就陈列在教堂的墙上一个密闭的玻璃罐里。

身为医生, 张教授感佩于安德烈修士的高尚人格和精湛医术; 身为骨科医生, 张教授却有着更深层次的思考: 这些拄杖而来的患者可能患哪些疾病? 安德烈使用了什么治疗方法? 他的那些治疗方法对我们今天治疗疾病有什么启迪?

他接着说: “我想, 患者拄拐就诊, 最大的可能是脊柱, 如腰椎间盘突出病变等; 还有下肢疾病, 如骨关节炎、韧带及半月板损伤、下肢软组织损伤等引起的肢体疼痛和功

能障碍。这两大类疾病可能的治疗思路, 一是手术治疗, 但在 100 多年前, 安德烈不可能做到, 也不具备手术治疗的条件; 二是保守治疗, 即应用药物、物理疗法、运动疗法等方法治疗疾病。据史料记载, 安德烈就是用教堂里的灯油为患者治疗疾病的。灯油肯定不能作为药物口服, 我想, 他一定是利用灯油的热效应原理, 施予体表, 达到减轻疼痛、缓解症状、恢复肢体功能的目的。这与今天我们应用各种仪器在病变局部加热和蜡疗等物理疗法原理异曲同工!” 然而, 局部加热就能治疗那么多疾病吗? 热疗有那么神奇吗? 张教授觉得, 一定还有更深层次的东西, 影响着疾病治疗的效果。

那次旅行回来后不久, 张教授去江西讲课, 课后应主办方邀请外出观光, 在龙虎山临江的一片石壁上, 看到至少有上百个棺槨遗存。他从导游那里得知: “我们的先人崇拜太阳, 他们的棺槨一定朝向东方, 朝向太阳。他们认为, 太阳代表着光明和热量, 会给人们带来好运。” 张教授一下子明白了那“更深层次的东西”, 就是“光明和热量”。用“热量”治病, 不仅可以加速病变局部的血液循环, 改变组织代谢状态, 还涉及人的精神层面; 热量会激发人们战胜疾病的信心, 会使人们减轻对疾病的不良感受, 会提高人们对疾病的耐受能力。

“这样一来, 温热疗法对疾病而言, 可能已经上升为信仰和精神崇拜层次。这是一个应由哲学家、历史学家、人类学家研究的问题, 远远超出了医学专家关注的范畴。” 张教授认为, 安德烈的“医学实践”穿越了神灵主义、自然哲学、生物医学三大医学模式, 与 1977 年由美国学者恩格尔提出的“生物-心理-社会医学模式”不谋而合。在今天的临床实践中, 患者及医生的心理状态、认知能力等因素

对疾病疗效均有明显影响, 这就对医生们提出了更高的专业和人文思维要求。从某种意义上讲, 许多疾病的治疗效果取决于患者的心理状态。这就可以解释, 为什么相同的疾病、相同的治疗方法, 在不同人身上会有疗效各异的结果。所以, 医生最重要的工作是激发患者战胜疾病的精神动力; 也就是说, 现代医学要求我们, 在治疗“人得的病”时, 更应关心“得病的人”, 这才是现代医学行为的真谛。

采访结束时, 张光武教授望着窗外高远的天空说: “无论临床医疗还是科普写作, 都是为了追求这个真谛。从进医学院的那一天开始, 我就一直在路上, 一直在追求。”

专家简介

张光武, 主任医师、教授, 现任北京大学首钢医院骨科主任兼大外科主任。北京大学医学部硕士研究生导师, 科普作家。系北京医学会创伤学分会委员, 北京医学会骨科学分会创伤学组委员, 北京医学会骨科学分会骨肿瘤、骨感染、骨结核学组委员, 中国医疗保健国际交流促进会骨科疾病防治专业委员会委员兼综合骨科学组委员, 中国医疗保健国际交流促进会骨科分会肢体重建学组委员。担任多家专业期刊编委, 北京写作学会京西分会副会长。长期从事创伤骨科、关节外科、脊柱外科、骨质疏松等疾病的临床治疗、教学、科研、预防等工作, 发表论文 50 余篇。主编及编著了《骨质疏松及骨质增生防治》, 《骨质增生自我防治》, 《颈椎病自我防治》等书籍 17 部。主编的“常见骨与关节疾病防治知识系列科普读物”获 2014 年度“北京市科学技术奖三等奖”, “骨科常见疾病防治知识系列科普读物”获 2015 年“中华医学科技奖医学科普奖”。