

勤奋 严谨 求实 创新

壮医人

双月刊

因为信仰，所以热爱，因为热爱，所以坚守

——诊室里，那个知心奶奶最受欢迎！

P3



2020 年
第 2 期
总第 80 期



北医人（双月刊）

刊名题词

韩启德

顾问

詹启敏 刘玉村

主编

焦岩

责任编辑

徐璐

美术编辑

王娜

图片

黄大无

邱志维

部分照片来源网络

制作

北京大学医学部党委宣传部

编辑部地址

北京大学医学部
跃进厅 445 室

邮政编码 100191

联系电话 82801241

投稿邮箱

beiyiren2011@126.com

3 封面人物

因为信仰，所以热爱，因为热爱，所以坚守
——诊室里，那个知心奶奶最受欢迎！

■ 文 / 北京大学第六医院 李怡雪 何小璐

9 师者

有事找孔老师，放心！

■ 文 / 《北医人》记者 韩娜

15 爱科普

■ 科普幕后

六院出品，必属精品

——精神健康科普动画的幕后故事

■ 文 / 北大六院李茜、陈润滋、马宁

■ 科普故事

难言之隐：卡尔曼综合征

■ 科普知识

流感疫苗打不打？

■ 文 / 付东红

37 追思·大师

王志均：淡泊名利终一生，忠诚勤奋思报国

■ 文 / 《北医人》记者 徐璐

41 医史漫谈

一个麻醉师、一位工程师和一座城市

■ 文 / 《北医人》记者 徐璐

25 校园先锋

优秀！北京大学“2019 学生年度人物”故事

■ 文 / 《北医人》记者 徐璐、学工部 柳絮

杨振：纯粹 · 坚持 · 方向感

居家宝：致力于做一名临床科学家

董彦会：踏踏实实科研，守护儿童健康

刘振华：做勇敢的追梦人

耿晓强：用东方智慧解决健康难题

因为信仰，所以热爱， 因为热爱，所以坚守 ——诊室里，那个知心奶奶最受欢迎！

■ 文 / 北京大学第六医院 李怡雪 何小璐



人物简介

王玉凤，女，研究员，教授，博士生导师，北京大学第六医院 / 精神卫生研究所儿童心理卫生中心名誉主任，关心下一代工作委员会主任，享受国务院政府特殊津贴专家，曾担任卫生部重点实验室学术委员会主任、国务院学位委员会学科评议组成员、卫生部医学继续教育委员会专家组成员。她是我国培养的第一位精神病与精神卫生学博士，第一位将儿童感觉统合训练方法引进国内研究的专家。毕业后她又两度赴美国哈佛大学分别接受博士后和高级访问学者培训，并历任北京大学第六医院党委书记、主管科研的副院长及儿童研究室主任。

王玉凤教授曾多次荣获北京大学共产党员标兵、优秀共产党员等光荣称号，曾被选为中国共产党第十四次代表大会代表。1993年起享受政府津贴，被国务院学位委员会授予“有突出贡献的博士学位获得者”称号。2009年荣获“首都健康卫士”、并被授予“全国医药卫生系统先进个人称号”，2012年获“全国优秀科技工作者”称号，2014年入选中央电视台“寻找最美医生”大型公益活动“特别关注医生”，2019年成为第七届注意缺陷多动障碍(ADHD)国际大会突出贡献奖全球唯一获奖者。她以强烈的社会责任感和科学家的奉献精神，直接、间接地使国内数万儿童和家庭获益，为促进我国儿童精神健康事业的发展做出了巨大的贡献。

第一个国内自己培养的精神病学博士

以信仰筑牢初心——精神疾病的诊治是“科学与艺术的结合”

1947年，王玉凤教授出生于在河北一个中医世家，父辈行医经历对她的影响和熏陶使她继续选择了为患者祛病解忧的医疗行业。1970年从北京医学院医疗系毕业后，她成为了一名儿科医生。80年代初，随着儿童精神卫生事业的迅速发展的，她转入了这个新的领域，师从中国工程院院士沈渔邨教授，1988年于北京医科大学精神卫生研究所获得医学博士学位，成为我国培养的第一位精神病与精神卫生学博士。1989至1990年在美国哈佛大学做博士后研究；1998至1999年以高级访问学者身份又赴哈佛大学进修。

ADHD在我国也叫做多动症，是一种儿童期常见的行为问题，表现为与年龄和发育水平不相称的注意力不集中和注意时间短暂、活动过度和冲动，常伴有学习困难、品行障碍和适应不良。国内外调查发现患病率3%~7%，男女比为4~9:1。部分患儿成年后仍有症状，明显影响患者学业、身心健康以及成年后的家庭生活和社交能力。王玉凤教授非常同情这些患儿。她说，这些孩子从早上起床到晚上睡觉都会一直给周围的人带来麻烦。他们会走神儿、磨蹭，东西搞得乱七八糟，做事情虎头蛇尾，在老师和家长们不知情的情况下，他们永远都是被“投诉”的对象，哪怕班里的坏事情不是他们所为，老师和同学们也会第一个怀疑到他们。他们20%会影响学业，30%逆反心理严重。在戒毒所的青少年，相当一部分有患有多动症。

王玉凤教授的一个小患儿在坚持治疗一段时间之后取得了明显的效果。复诊时，孩子对王教授说，他们班的同学说他简直“从天屎变成了天使”。王玉凤教授对孩子们的善意也成了她诊疗的一种方式方法，孩子们都愿意跟她说话，告诉她秘密。这样，她也更加容易帮助他们尽快恢复。王玉凤教授说，精神疾病的诊治是“科学与艺术的结合”。

王玉凤教授总是以满足患者的需求为首要任务，从不考虑自己的得失。“急

病人之所急，想病人之所想”，这句话她总是挂在心上，几十年如一日。由于我国儿童精神科医师极度匮乏，众多的患者期待得到专家的诊治，为了能保证更多的患者尽快得到最好的治疗，王玉凤教授看初诊孩子一般都需要40-50分钟，致使她每次工作量增加七、八倍。在她的眼里，病人无高低贵贱之分，只要是来诊的孩子，都是她心尖上的肉，都是她的宝贝。家长的信任，孩子的喜爱，使得她每次出门诊时，候诊大厅里总是熙熙攘攘地挤满了前来求诊的患儿和家长。面对饱受疾病折磨的患儿和家长，无论自己多辛苦多繁忙，王玉凤教授总是会给挂不上号的患者加号，会为他们延长门诊时间，少则两三个小时，半天的门诊也经常延长至一整天，中间都顾不上休息。

在2006年2月的一次门诊中，因为正值寒假，患者多，特别是外地患儿多，王玉凤教授从早上8点一直坚持到下午4点，午饭也没有顾上吃，出现了头晕、恶心、血压升高等症状，但她硬是凭着高度的责任心和顽强的意志坚持看完了最后一个病人，之后就晕倒在诊室。这样的情况对王玉凤教授是家常便饭，许多同事和学生曾试图劝她要多注意自己的身体，但在她心中，考虑得更多的还是病人。

因为信仰，所以热爱，因为热爱，所以坚守。王玉凤教授从孩子心目中的知心姐姐、知心阿姨变成知心奶奶，青丝到白发，从一名普通儿科医生到儿童精神科专家，从单纯医疗服务到医、教、研多重角色，她怀着对事业的执著和对患者的热情，用勤奋和智慧冲锋在学科发展的最前沿，成为我国儿童精神卫生领域的学科带头人 and 国际知名的专家。

信仰决定了选择，王玉凤教授坚守初心，成了孩子成长路上的知心人。

以坚守勇担使命——“不做则已，要做就要做地道”

2008年9月，移居到山东省日照市安康家园的汶川地震震后儿童向北京大学精神卫生研究所发来求援信，因其中一些孩子受到强烈的精神应激出现了心理障碍，迫切需要心理救援。同事找到王玉凤

王玉凤教授成为第七届 ADHD 国际大会突出贡献奖全球唯一获奖者



教授，希望得到她的响应。如果接下这项工作，意味着她的工作又要面对一方新领域：创伤后应激障碍（PTSD）。她考虑了一下，决定“不做则已，要做就要做地道”。这一做就坚持了十年！

她全身心地投入到这项重要的救援工作中，迅速组织了一个由儿童精神卫生和心理治疗的专业人员和研究生组成的心理救援团队；查阅了大量资料，和同事们一起制订出一套完整的心理检查和治疗干预方案，并亲自率队奔赴日照市。经过一个多月的艰苦工作，王玉凤教授团队对安康家园 500 余名震后儿童全部进行了最仔细的精神状况检查，对其中 40 余名较严重的创伤后应激障碍的儿童给予了药物或心理治疗。

2009 年春节前夕，王玉凤教授担心安康家园的孩子们在这个团圆的节日里会出现心理波动，她放弃了难得的和家人的团聚时间，再次组织团队奔赴日照市，为安康家园的孩子们组织了丰富多彩的节日活动，陪伴孩子们共度难关。这个春节，安康家园内洋溢着孩子们愉快地笑声，王玉凤教授也感到履行了一个医务工作者神圣的社会使命。

截止 2012 年，王玉凤教授的团队已经完成了 5 年共计 6 次的心理状况评估和随访，及时为存在心理健康问题的儿童提供及时的医疗救助，并一直追踪这些震后儿童的心理卫生发展状况。今年王玉凤教授团队开展 PTSD 工作十一周

年。王玉凤教授认为，这些孩子的恢复比唐山大地震遗留下的孤儿们要好得多。世界儿童精神及相关学科大会也给予了他们的工作正面而肯定的评价。对此，她说，是“孩子们赶上了国家迅速发展好时候”。

目前，该项追踪和研究尚未停止。王玉凤教授仍在为进一步的随访工作进行筹划，希望能够为地震儿童提供定期心理评估及长期有效的医疗干预。对这些儿童随访，也将大大促进人类了解自然灾害对于心理健康的影响，为灾害后心理卫生干预提供循证学依据。

与祖国共成长 为患儿永护航

王玉凤教授在儿童精神健康领域的研究，首先被国人熟知的便是儿童感觉统合训练。王玉凤教授从医的初期，还处在文化大革命时期。那时，我国的儿科虽然也有较大发展，但是主要聚焦于躯体疾病的诊疗和研究，对心理治疗重视不够。从改革开放开始，我国恢复了高考和研究生考试，医学事业蓬勃地发展起来，王玉凤教授就是在这个时候开始了事业上的“转型”。

她通过大量的临床研究，在国内第一个引进儿童感觉统合训练方法，建立了国内儿童感觉统合功能评定的常模，并将这套先进的训练方法推广到全国各地八十多家医疗机构，开发了脑电生物反馈训练、

平衡功能仪训练、社会生活技能训练、执行功能训练、父母培训技术、认知行为治疗等先进的治疗方法，使 ADHD 儿童得到更加有效的治疗和帮助。

王玉凤教授的研究起始于轻微脑功能失调（MBD）的研究，此后拓宽到儿童学习与行为的矫正，儿童精神障碍的治疗。刚开始接触到感觉统合训练理念的时候，王玉凤教授本人也有些持怀疑的态度。她为此查阅了大量的文献资料，对这项训练方法全方位考察了好久，才认定了这项技术的有效性，决心引入国内。很幸运的是，王教授的研究课题通过了当时卫生部课题的筛选，申请到了卫生部的基金项目。

在儿童精神卫生学科形成之初，最重要的是发展有效的诊疗方法。在一穷二白的基础条件下，王玉凤教授借钱租房，引进了这套研究儿童感觉统合的训练方法，建立了国内儿童感觉统合功能评定的常模。“当时的教具都是凑起来的，有的是我们自己找材料制作的，有的是家长给送来的。”王教授回忆说。虽然条件有限，但却收获了良好的效果。当时《北京晚报》的《健康快车》栏目对此进行了连续地采访报道。中央电视台的《健康之路》等相关栏目也对王教授的 ADHD 及感统训练进行了现场直播，“报道播出之后，我们的工作电话都接不过来了。不停地有家长打电话来询问治疗的情况。”



王玉凤老师与患者

感觉统合是将各神经系统传导的不同感觉在脑干部分做组织统合，如此中枢神经的各部位才能整体工作，使个体能顺利地与环境接触，并感到满足。媒体的宣传让很多家长意识到孩子的有些小毛病，比如咬手指头、怕人触摸、笨手笨脚甚至胆小和爱哭，都可能是感觉统合失调。而这种症状通过正常的训练方法是可以得到纠正和改善的。王玉凤教授说，当时这种热烈的社会影响经久不衰，长达数年之久，来我院参加训练的孩子一度曾达到每日 200 余人。这种社会影响，对公众认识多动症、孤独症等儿童青少年的精神类疾病的科学普及起到了正向的推动作用。

王玉凤教授认为新技术应该最大程度地造福百姓，而不应该成为个人牟取私利的工具。她放弃申请专利，鼓励兄弟单位引进使用，将这套先进的训练方法推广到全国各地八十多家医疗机构。此后，她带领她的研究团队又先后承担了卫生部、教育部、科技部、北京市等 20 多项重大科研课题，开展了 ADHD 病因与发病机理的研究；引进与深入探讨了脑电生物反馈训练、平衡仪训练、社会生活技能训练、执行功能训练、父母培训技术、认知行为治疗等先进的治疗方法，在国内外重要期刊上发表论文 400 余篇，获得中华医学奖二等奖、省部级科技进步奖四项。

同时，王玉凤教授深深意识到，要

提高中国儿童青少年心理健康水平，光靠为数有限的儿童精神科医师是远远不够的，必须联合综合医院、家庭、学校、甚至社会力量。因此，她带领的儿童行为问题课题组几乎每年举办全国儿科医生和中小学心理教师培训班，多次聘请国际著名的儿童精神科专家来华授课，并将自己的最新研究成果毫无保留的带给兄弟单位的同行们，培训班学员遍及全国各地及泛亚太地区，累计培训儿童精神卫生服务人员千余人次。

她牵头发起了卫生部儿童青少年心理健康项目，并参与启动了“专注儿童青少年阳光之路”的大型科普公益活动，先后 20 次组织到中小学进行儿童心理健康问题的普查和宣教工作，与学生、家长和老师进行面对面的交流，使儿童心理问题得到教育界的重视，为促进我国精神卫生十五规划中预防和干预儿童少年心理行为问题的目标实现起到重要推动作用。

王玉凤教授已培养博士 / 硕士研究生 60 余名，目前这些研究生分布在全国多个儿童心理卫生及相关岗位，相当一部分已经成为本领域的学术骨干、学术、或学科带头人。她为我国心理卫生事业输送了大批优秀人才。

王玉凤教授始终以共产党员的标准严格要求自己，是六院全体医务工作者学习的楷模，曾多次荣获北京大学共产党员标兵、优秀共产党员等光荣称号，曾被选为中国共产党第十四次代表大会

代表。1993 年起享受政府津贴，被国务院学位委员会授予“有突出贡献的博士学位获得者”称号。2009 年荣获“首都健康卫士”，并被授予“全国医药卫生系统先进个人称号”，2012 年获“全国优秀科技工作者”称号，2019 年 4 月成为第七届 ADHD 国际大会突出贡献奖全球唯一获奖者。王玉凤教授以强烈的社会责任感和科学家的奉献精神，直接、间接地使国内数千万儿童和家庭获益，为促进我国儿童精神健康事业的发展做出了巨大的贡献。

2019 年 9 月 22 日，凝聚了王玉凤教授及团队多年心血的《注意缺陷多动障碍》一书在北京发布，发布会现场专家云集，众多患儿家长也慕名而来。这本书由北京大学医学出版社出版，由北京大学医学初版基金资助出版。当天，像对待新生命的诞生一样，王玉凤教授满含深情地说：“ADHD 是一个重要的公共卫生问题，需要国家、社会、医院、学校等多个层面的共同努力，我和我的团队仅是做了医者职责范围的事情，衷心希望每一位儿童都能够在科学引领下，快乐成长！”

坚守初心、勇担使命，王玉凤教授从不谈论自己曾获得的那些光环，虽已退休多年，但在北大六院，人们几乎每天都能看到一位衣着朴素的老人奔走在去门诊楼的路上，她低调的外表下隐藏着一颗浓烈的奉献之心！



感统训练

有事找孔老师，放心！

■ 文/《北医人》记者 韩娜

2019年9月5日，在北京大学医学部2019年开学典礼暨教师节庆祝表彰大会上，年近60的孔俊彩走上领奖台，从学生的手中接过鲜花，成为医学部首次参评北京大学嘉里集团郭氏基金优秀辅导员奖的获奖者之一。

从2005年调到北京医院教育处开始从事学生工作至今，十四年来，孔俊彩作为辅导员（班主任）一直负责研究生的思想工作，如今管理的学生除了北医研究生，还包括在北京医院规范化培训的住院医师等，人数增长到150人。在她的鼓励陪伴下，因感情受挫而失去生活重心的学生，从“屡考屡挂”逆袭成发文持证的“人生赢家”；在她的耐心引导下，曾经以自我为中心的小公主成长为心怀他人、品学兼优的国奖获得者；在她的不懈努力下，曾经走上弯路的学生幡然悔悟、迷途知返，背后的家庭也得到了挽救。



人物简介

孔俊彩，2005年因工作需要调至北京医院教育处，先后担任北京医院医技教学委员会、基础教学委员会教学秘书，党支部组织、宣传委员，研究生辅导员学生党支部兼职组织员。2010年获北京大学医学部教学优秀管理奖，2015年获北京大学医学部优秀教师奖，2015、2018年分别获得北京大学医学部暑期社会实践优秀领队老师奖，曾多次获得北京大学优秀班主任荣誉称号。多年来，她用真心、耐心、爱心诠释着辅导员的职责与使命，以“导师的助手，学生的朋友”为工作宗旨，广受师生的信任与好评，于2018年荣获北京大学嘉里集团郭氏基金优秀辅导员奖。



名声远扬的“读心神探”

在学生眼里，孔俊彩是个“眼观六路、耳听八方”的读心神探。哪个学生遇到了什么问题，思想和情绪有了新变化，都逃不过孔老师的一双慧眼。

在北京医院有个流传很广的事例，孔俊彩发现学生小张最近的状态不太对劲，“平时都挺好的，突然整个人变得特别淡漠”。孔俊彩心里的那根弦一下子就绷紧了，不仅找学生谈话了解情况，而且特意跟小张周围的老师同学叮嘱“要特别注意他，万一哪天迟到了，只要超过十五分钟，必须马上通知我。”一天，孔俊彩正在院外参加培训，接到电话说小张没来科室，她立刻让同学去宿舍查看，发现小张已经服下了安眠药，服药之后虽然后悔了，但是已经药效发作全身无力，无法呼救，幸亏同学及时赶到并将小张送到医院急诊才抢救过来。

“孔老师怎么能这么神、这么准？”“孔老师就好像跟在我们后边一样，我们说一，她就知道二。”说起这背后的

秘密，却简单得让人想不到——多看学生的脸色和眼神。

之前在病房当护士、护士长的经验，使孔俊彩养成了多听、多看、多想的习惯，“敏感性还是有的，自己管一个病房，别人想不到的事我都要想到。平时碰到学生，我就是在观察他们的眼神，凡是眼神游离的、见了你低下头躲着走的、突然瘦了的、考试没考好的……肯定是心里有事，就得多加关注了。”

已毕业留院工作的2012级诊断学科研型硕士韩彦熙说：“孔老师很擅长观察，比如她在电梯里看见你不开心，都会主动询问，像我们一个人在北京，除了家长很少有人这么关注你，所以备不住什么时候有事，她一问，多少就会说一些。”

孔俊彩认为：“学生工作就是要从‘读心’开始，学生是锁，老师不能做铁棒，应该学做钥匙，老师唯有了解学生，读懂学生的内心，才能做走心的教育。”“读心”的背后，其实还是“用心”。

一个年级这么多学生，怎样才能快速地了解并熟悉他们？孔俊彩可谓花样百

出：参加活动的时候点名互相介绍、下科室的时候对着工资条认人、多找脸生的学生聊聊天、干干活、心里面给他们起个绰号、让他们主动跟自己打招呼……“有时候我还特别要面子，偷看学生名牌都小心翼翼的，不能让人家说‘孔老师，你怎么连我名字都记不下来？’”

快速地认识和熟悉，跟学生交流的时候多问一嘴其他学生的情况，多看看学生的社交网络，加之孔俊彩特有的细致观察，让她总能第一时间掌握学生的思想动态。

谈话才不是一件简单的事情

对于辅导员来说，和学生谈话是他们工作中比重很大的一项内容。孔俊彩说：“光是谈话，就能打乱你一天所有的安排。刚想干点事儿，学生进来了，一谈几个小时就过去了；下班了刚拿起书包要走，又进来一个；有时候在楼道碰上学生，看到他行为上有点不规范，你一说他就顺势把自己对生活工作不快倒出来了。”这种谈话可能一时半会儿看不到任何成绩，

“你总不能在工作总结里写跟多少学生聊过天”，但是这种碎片式的谈话，换来的却是学生的平安，孔俊彩觉得“很值”。

曾经心理素质方面的学习背景，让孔俊彩十分重视谈话的艺术和分寸。对于学生来说，孔俊彩是个十分公平正直的人，学生和导师有了纠纷，她会坚持原则，对就是对、错就是错，绝对不会偏袒哪一方。孔俊彩要求学生们参加会议绝对不能迟到，遇到有导师、主任迟到，她就让学生们鼓倒掌，老师们立马就不好意思了，跟学生不迭地道歉。

孔俊彩得意地说：“没有学生跟我打官司，我说什么他们都能听，为什么？因为你心中有章法。学生不对说学生，老师不对说老师，得有原则。面对学生要诚实，错了就要说对不起。你要敢于低下头来，这样他们以后才能信任你。”

作为学生和导师之间沟通的桥梁，孔俊彩十分注重说话的方式方法，会引导学生站在导师的角度多考虑问题，甚至在学生吐槽老师的时候，还会给他们讲讲老师的小故事，拉近彼此的距离。

在与导师沟通的时候，孔俊彩总是再三斟酌语言，生怕哪一句话拿捏不好让老师误解了，对学生造成不好的影响。医学生物化学与分子生物学 2017 级博士张旸说：“孔老师在帮我们解决问题的时候，采取的是不会伤害到学生的方式。你把问题告诉她，她转述给导师的时候，不会直接说你这个学生有什么问题，而是会委婉地问一下，您的学生都挺好吗？有需要我帮忙的吗？文章怎么样了呀？”

孔俊彩的年纪都比学生的父母大些，家里也培养出了一个优秀的北大学生，这使得她在辅导员的岗位上很有优势。北京医院本科生辅导员（班主任）高芳说：“孔老师对学生们就是家长式的教育，跟他们谈话的时候不光能讲道理，还能够用丰富的人生经验说服他们。与家长打交道也比我们年轻人更游刃有余，更能体会家长的心情。”确实，孔俊彩跟许多学生的家长都成了好朋友，遇到事情家长会直接找孔老师帮忙协调，节日里互相发送祝福，姐姐长姐姐短地特别亲热。

但是，孔俊彩绝对不属于那种一味温柔的老师。不管是对学生还是年轻的同



事，孔俊彩绝对是该说的话就得说，该批评的时候就得批评，用孔俊彩自己的话来说，“这是对他们负责”。

北京医院本科生班主任张驰说：“孔老师觉得你哪些地方做的不合适，或者有些地方需要改进，她直接就说了，也是为了年轻人好，帮助我们成长。”

但是，孔俊彩是个有名的刀子嘴豆腐心，有时候意识到自己话说得严肃了，总会在学生走的时候挽回一下，“刚才我说的可能有点不好听，但是我确实是为了你们好。我不是说你们必须怎么样，但是你们先按照我说的试一下，如果不好再回来告诉我，我也要改变。”

活到老、学到老

虽然光环加身，孔俊彩仍在不断学习与探索进步的道路上。北京医院距北大、医学部路途较远，但是无论北大和医学部组织的任何学习、培训活动，孔俊彩几乎都积极参加，不仅理论水平得到提高，还能将所学知识运用实际工作中，取得更好的成效。

研究生同学大都忙于临床、科研，参加学校活动的积极性不太高，但是孔俊彩偏偏能使组织的活动变得更吸引人、有意义。一个简单的党建参观活动，孔俊彩就事先做好了充分的准备，引导大家关注

的重点、讲讲背后的故事，让文字和图片鲜活起来。2017 级泌尿外科科研型博士刁统祥参加活动后感触颇深：“确实能体会到中国共产党的伟大发展、共产党员的优秀品格，从那之后我就有了一种主动了解的欲望。”在刁统祥看来，孔老师很有感染力，跟着她参加活动，不仅能学到很多东西，还能感受到她的人格魅力。

孔俊彩还有个习惯，每天下班前，坐在电脑前一一梳理白天的工作，总会发现十有八九要比白天想得多、想得细，总结总结有哪些地方需要完善，找出差距、及时改正，常常向领导提出合理化建议。这样思考得多了，随着时间的积累，逐步形成深邃的思想。“光靠经验不行，还得不断地学习总结，我要求自己将琐碎的工作加以归纳、上升到理论。”正是因为这样，孔俊彩能够在专业期刊上发表多篇相关文章，荣获多项荣誉。

对于辅导员来说，随着每一届学生的不同，总会遇到新的问题。近些年，学生们的困惑从之前的学业、感情慢慢地向人生观、价值观、世界观转变，对于辅导员来说是一个很大的考验。

高芳说：“学生们都很聪明，有些固执的想法不那么容易改变，对辅导员的要求还是挺高的。孔老师是一个老党员，本身的三观很正、很坚定，正能量也很足，因此能够在这方面给学生加以引导，所以



深受学生信任。”

我们都很信任她！

“信任”是大家提到孔俊彩时使用频率最高的一个词，不仅是学生，领导、同事、老师、家长都对她的信任有加。

如果有学生说最近好累好烦，就会有人跟他建议“找孔老师聊聊”。在刁统祥看来，这种“聊聊”不光是一种倾诉，更重要的是说完之后事情能够解决。“所以大家对孔老师形成了一种依赖，有什么事情就想找她谈一谈。”正因为如此，经

常会有一些不属于孔老师负责的学生，慕名前来寻求帮助，“她在学生中还是比较出名的，是一个非常有影响力的老师。”

从 2018 年 11 月起，孔俊彩临危受命，为教育引导一名因思想问题无心学业、休学回家的同学，大半年的时间多次往返北京和外地学生的老家，用大爱将学生唤回了正轨，也拯救了一个家庭。说起来，这名同学本来并不属于孔俊彩负责。北京医院教育处处长刘德平说：“因为孔老师平时工作很有经验，又很热心，所以遇到这个事情第一时间就想到了她。”

孔俊彩对学生的事情特别上心，永



远把学生的事情放在第一位。学生快考试了，孔俊彩提前几天就给主任、老师们打电话，安排出题、找考官、模拟考。北京医院放射科副主任（硕士生导师）陈涓大夫说：“如果孔老师不在，我们就会说等孔老师来了我们再做，她在我们会觉得心里特别踏实，细节她都会想得特别周到。”一次，孔俊彩在北医开会，学生打电话找她，因为调换导师的问题有一些情绪，说已经在办公室门口了。孔俊彩忙说：“我现在在北医开会，你能等我一会儿吗？你自己先去教室打点水喝，我尽快赶回。”看到孔老师连跑带喘地回来，学生明白，



老师是真把他的事情放到心上了。“你还跳楼吗？你要跳楼我还有责任，我来得太晚，我得坐飞机。”一句话，把学生逗乐了。“你得先把学生给稳住了。学生有事情找你，你不能说你先找别人去，一是别人不一定了解情况，还有学生找你是因为他信任你，你不能辜负他的信任。”

学生答辩的时候，孔俊彩作为辅导员被邀请在列，“导师跟我说，学生在专家面前回答问题时紧张，你坐在这里他们就放松多了，”而且孔俊彩总是能如数家珍的说出生思想品行的优点，获过什么奖项。从这个细节，也足以看出导师和学生们对孔俊彩的信任。

说起被信任的秘诀，孔俊彩说：“实际上我处理问题就是要给学生们解惑，而且每次谈话我都得让他们高兴了才走。凡是到我这来的学生，你哭着进来没关系，但是必须高高兴兴地走。有时候他们表面上假装高兴，我说‘不行，你没发自内心’。”

有时候，学生不太愿意与老师说其他同学的事情，会有种打小报告的感觉，但是刁统祥觉得，对孔老师完全不会有这个担心，“因为我们知道这个事交给孔老师，她肯定能给我们处理好。那个时候完全不把孔老师当成一个老师，而是当成知心的朋友。”

凡是学生写的检查，孔俊彩都仔细

收好，“他们知道搁到我这儿安全。但是我也跟他们说了，一旦你以后再犯，我绝不姑息。”想了一下，孔俊彩说：“他们也都不会再犯了，再犯也太傻了。”

一个都不能少：不抛弃、不放弃

一名硕博连读的学生，性格内向、人际关系方面处理得不太好、课题和实验也出了点问题、再加上受到宗教思想的影响，多重压力下，该学生产生了厌学的想法。孔俊彩发现后，凭着对学生的了解，与学校商量对该学生采取内紧外松的管理模式，秉持着绝不放弃的态度，定下了“不仅要让学生远离宗教思想的影响，还要争取让他按期毕业”的目标。从那之后，孔俊彩不仅经常找该同学谈话，还找到他的室友、导师、主任、党支部书记，希望给予该学生在生活和学习上的关心和帮助。为了照顾学生的情绪，让他感觉到老师的信任，孔俊彩特意嘱咐周围的人不要让他觉得受到了区别对待，并且邀请他参加各种集体活动，承担一定的任务。经过努力，该学生不仅成功地回到了正轨，还努力学习、通过了执业医师考试、按时完成论文、顺利毕业，并且在在一个省级三甲医院做了大夫，实现了入学时的理想。毕业后，学生特意在教师节给孔俊彩送来鲜花，并在

微信里说：“孔老师是我遇见的很暖心的老师，在我最无助的时候一直没有放弃我、鼓励我。”

学生小蕾，科研做得很好，但是由于性格比较自我，跟同学们的关系不太融洽，孔俊彩得知后多次找机会与她谈心，并且积极帮助她改善与同学之间的关系。当小蕾申请国家奖学金的时候，她不仅得到了孔老师的指导，还得到了班级同学的支持，在这个过程中她感受到了同学们对她的宽容和鼓励。从此小蕾完全变了一个人，更加懂得感恩、懂得主动帮助别人，得到了大家的喜爱。

孔俊彩经常对学生说“你们一个都不能掉队”，辅导员的工作至关重要，往往老师一句温暖的话语，一个鼓励的眼神，就会对学生产生非常积极的影响，甚至改变他们的人生轨迹。“遇到特殊的学生，推开是比较省力的，但是你能够给他拉回来，再扶他迈上一个台阶，岂不是更好？”

孔俊彩有时候会想，那些她没有关注到的孩子，可能就会被推到一边儿去了，但是这样一来，影响的不仅是学生个人，还是他背后的整个家庭。正是这种想法，让接近退休年龄的孔俊彩更加珍惜眼前的时光，每天怀着十分的热情投入到工作当中。



精力充沛、热情无限的“大太阳”

孔俊彩忙碌又快乐的一天从早晨六点钟开始，在学生和导师之间沟通协调；下科室、实验室、宿舍了解学生情况；帮助学生处理各种难题；找学生谈心谈话……时常要加班到晚上八九点钟，有时连饭都顾不上吃，甚至为了工作三天不回家，睡在办公室。多年来，孔俊彩都是这样充满热情、精力充沛。

不论是晚上、周末还是节假日，只要学生有需要，孔俊彩总是放下手头的事情第一时间赶到。刘德平说：“如果说别人的工作量是一份，孔老师的工作就是两份了。”

在北京医院教育处副处长王培忠的眼里，孔俊彩是部门中当之无愧的领头羊，“她工作特别积极主动，遇到问题和困难从来不躲。”孔俊彩的这种工作热情也带动了周围的人，遇到难题的时候，同事们也愿意找她聊一聊、取取经，孔俊彩也经常主动问同事们需不需要帮忙。高芳说：“孔老师是一个自身能量很充沛的人，在周围人消极的时候能够给大家鼓起劲来。我觉得这是我们年轻一辈需要学习的。有时候工作累了，想着孔老师比我年纪大那么多，都没说累，自己更应该好好干。”

孔俊彩做事雷厉风行，走路风风火

火，“我走路比学生都快，我暑期带社会实践，学生都说‘孔老师您慢着点’。”说起这个，孔俊彩十分得意。在孔俊彩看来，“学校、医院领导、学生导师、家长有事找到你，恰恰说明辅导员这支队伍是重要的，因此我们每位辅导员更应以极大的热心、责任心、全身心地投入，做导师的助手、学生的朋友。”

孔俊彩的手机总是保持着24小时开机，里面的聊天记录里满满都是她和学生、家长、导师们一次次耐心的沟通和反馈——为困难学生争取补助，买票请压力大的学生去看演出，学生加班的时候请他们一起吃饭，一条一条针对性地回复学生们的节日祝福……孔俊彩笑着说：“我的手机内存总是不够用。”

孔俊彩对事业、对学生的热爱是发自内心的，这一点连她的儿子都嫉妒不已，有时候也忍不住抱怨她对学生比对自己上心多了。当被问到对此是否会有遗憾的时候，孔俊彩毫不犹豫地用“无怨无悔”四个字回答。她说：“对家人的缺憾可以退休后补上，但对学生的缺憾是没有时间补上的。因此，让学生平安、身心健康、学习进步、顺利毕业，是我的责任。牺牲时间无怨无悔，不干好工作才有遗憾。”

“我这么大岁数，有时很累，但我是累并快乐着。我觉得生活在朝气蓬勃的

学生中间，让我总能保持一颗年轻的心。”对于孔俊彩来说，最开心的就是学生们的工作、生活都能够顺利。而她的这些付出，学生们也都看在眼里、记在心上。节日里的一张卡片、一束鲜花，工作生活中分享喜悦的瞬间，说不完的感谢和“孔老师别太累”的叮嘱……学生的回馈也经常让孔俊彩感到惊喜和感动。

2019年，医学部“爱·责任·成长”主题教育活动专访了孔俊彩，文章刚发到网上，孔俊彩的微信朋友圈就被刷屏了，整整持续了好几天，许多同学转发、留言、点赞，“我大概统计了一下，光是前两天，就有大概四百多人转发”，孔俊彩感动不已，“孩子们懂事着呢，都特别懂得感恩。”

孔俊彩将辅导员工作比作农业生产，有播种、有收获、不断传承下去，“老师应该像太阳一样充满正能量”。孔俊彩的幸福是可以传染的，“大家都觉得跟着孔老师心情特别愉快，方向是明确的、前途是明朗的、心里总是晴天。”

正如孔俊彩在获得北京大学嘉里集团郭氏基金优秀辅导员奖之后所说：“我热爱我的学生，愿意尽我所能帮助他们健康成长；我热爱我的工作，虽然它没有华丽的外表、炫目的形象，但我觉得这份工作丰富并充满挑战。”因为热爱，所以专注；因为专注，所以专业。



科普助力

六院出品，必属精品

——心理健康科普动画的幕后故事

■ 文 / 北大六院李茜、陈润滋、马宁

史上最全心理健康科普动画

世界卫生组织提出“没有心理健康就没有健康（No health without mental health）”，心理健康的重要性已经在越来越多的人中达成共识。

对于精神疾病（又称精神障碍），很多人还认为离自己很远。实际上精神障碍的患病率正在不断上升。在我国，首次全国性精神障碍流行病学调查结果显示，近1成的国人患有精神障碍。这个数字触目惊心，它提醒我们，精神障碍就在我们身边，我们每个人都有可能在人生的某个阶段遇到精神问题的困扰。

因此，必要的精神卫生知识，不仅医生和患者需要了解，还是我们每个人维持心理健康之必需。

也许您要说，早就想学习精神心理相关知识了，但是网上信息太多，眼花缭乱，不知道哪个靠谱。同样的主题，也说法不一，该相信谁？上班已经很累了，还要学习精神心理知识，太辛苦了！有些书籍内容倒是很科学，但是言语艰深，非专业人士又看不懂……

为了增进公众对精神疾病的认识，北京大学第六医院召集了数位优秀的资深医生，倾力为您奉上一场科普盛宴——“精神卫生知识科普”系列动画。动画总共12集，涉及的精神疾病分别是：抑郁症、双相情感障碍、失眠障碍、焦虑障碍、精神分裂症、强迫症、孤独症、多动症、老年痴呆、进食障碍、躯体形式障碍和酒精依赖。

“精神卫生知识科普”系列动画涵盖了成人、儿童最常见的精神疾病，可谓史上最全精神科普！全，还只是一方面，要知道“六院出品，必属精品”，所谓精品，用几句话概括那就是：

资深医生来撰稿，专业性它必须好！
疾病表现与治疗，看完一集全知道！
别怕专业不好懂，结合案例通俗风！
内容虽丰设计巧，五分刷完不烦恼！



精品保障，专家团队差点把自己逼出了“强迫症”

那么，精品是怎么炼成的？我们一起来了解下这一系列科普动画的制作过程。

为了保证科普内容的品质，北大六院总共调集了院内9位优秀的青年医生以及8位知名专家组成医生团队，专业够强，科普热情够高，可谓阵容豪华。医生团队负责选题、脚本撰写、后期审片、修改等工作。

这其中，脚本撰写是整个动画制作的第一步，也是最核心的一步。各位医生常年临床工作，那可都是写病历的高手，可要说到写脚本，那都是大姑娘上轿头一回。为了保证内容丰富全面，各个脚本医生恨不得把自己想告诉大众的知识一股脑都写出来，所以最初交出的脚本都偏长。

但为了避免视频过长造成观众疲累，字数必须要限制，这辛苦码出来的字又要亲手删掉，那真是“删字如割肉”，做梦都在心痛啊！除了字数，脚本内容还要保证案例介绍生动通俗，数据使用有据可依，词汇使用准确简练，所以这一套要求下来，每个疾病的脚本都经历了少至七八次，多则十余次的修改，真可谓“修白了少年头”啊！

过了脚本关，就到了动画制作关。动画制作我们选择了有医学科普经验的团队合作，一定程度上保证了效率和品质。视频初稿做好后，审片

但实际上问题一直都在继续

在情绪的高低起伏中穿梭

修片，成了历时最久耗费精力最多的一项工作。还是那句话，“六院出品，必属精品”，为了保证品质，整个医生团队把各自的强迫精神发挥到了极致，视频一遍一遍看，画面一幅一幅盯，从配音到节奏，从人物设计到具体画面，从画面主题词到字幕，事无巨细，连人物的头发丝太乱，都不能放过！

“这里重音读错了，改！”

“这里气口留的太长，重录！”

“夜半醒来，怎么墙上的钟指的八点钟？”

“如果让主人公要杀死‘抑郁黑狗’，爱狗的观众会不会不舒服？”

犹记视频中最难做的是强迫症，本身强迫症的症状表现就比较抽象，动画化很有难度，而动画师都是非医学专业人员，一时无法get强迫症状的精髓。不怕！我们强迫症专业的医生立马变成drama戏精，现场演起来。

还有配音演员无法配出惊恐障碍发作时患者的惊恐感，也没关系，我们焦虑专业的医生献声示范！

线上讨论不分昼夜，线下研讨不计其数，视频看到眼花，脑细胞牺牲了一坨又一坨，无数次斟酌，无数次纠结，难以尽数道来。在医生团队超强的纠错及修改攻势下，动画制作团队的情绪管理能力受到了极大挑战，好在他们充分发扬了“甲方虐我千百遍，我待甲方如初恋”的专业精神，最终交出了令人满意的答卷。



“科普要出圈”，你看了我们才放心

经历了9个月的精心打磨，在10月10日世界精神卫生日来临之际，我们终于隆重推出了“精神卫生知识科普”系列动画。从10月10日开始，周一集，在微信公众号“精神卫生686”、头条号“中国CDC精神卫生中心”首发。同时，我们充分发扬了北医人的公益无私精神，每一集均提供免费的下载链接供大家下载使用，全面助力所有可能的二次传播。

该系列动画一经推出便引起了广泛的关注，几乎每集的浏览量均超过10万+，其中抑郁症在“精神卫生686”微信公众号的浏览量达67万+，双相情感障碍、失眠障碍的浏览量也已达25万+；12集动画播出后，“精神卫生686”微信公众号关注人数增加了8万+，后台收到了广泛的留言；目前，该系列动画的浏览量仍在持续增长，公众号关注人数也在持续增加；更有众多精神心理健康相关的微信公众号纷纷转载；与此同时，很多学校、心理健康服务机构将该视频下载转发，用作健康教育材料使用。

此外，我们一直在“科普要出圈”的路上不断探索。在2019年10月10日世界精神卫生日来临之际，北大六院/中国CDC精神卫生中心与今日头条合作共同发起#关注心理健康#话题活动，为顺利开展本次活动，北大六院组织召集了全国31个省（区、市）300余名精神卫生专业人员入驻头条，为全国人民提供可信赖的科普知识。活动拉开帷幕后，各位医生积极响应，通过文章、微头条等方式，进行精神卫生各个领域的科普。北京大学第六医院院长、国内精神卫生领域唯一中国科学院院士陆林也积极在活动中发言。至截稿时，该话题已得到2.2亿阅读，3.9万讨论。

让我们的科普得到最广泛的传播，让更多的人能从中受惠，这就是我们科普人最大的心愿。目前收获的广泛关注及好评是我们继续科普工作的动力。我们会继续创作优秀的科普作品，同时也欢迎大家继续关注精神卫生，积极学习身心健康相关知识，做自己健康的第一责任人！

难言之隐：卡尔曼综合征

10年前，周明（化名）15岁，身高却只有150cm出头，没有胡须、腋毛和阴毛，显得与周围同龄的孩子有点格格不入。当时母亲告诉他，几个舅舅都是发育晚，也就没太在意。因为不愿看着身边伙伴异样的眼光，周明便跟随父亲去了上海打工。

1年后，周明的生长发育还是没有任何变化，这时候家里有点着急了。父亲带着周明去医院就诊，医生告诉周明，他这病如果不治疗可能一辈子都不能结婚生育了。听到诊断结果的周明，当时一下子有种万念俱灰的感觉，生不了孩子，这是比什么样的病情都让他难以接受的。

此后，原本活泼开朗的周明变得郁郁寡欢，已经没有任何心思再工作了。回到河南老家，周明把自己一个人关在屋子里好几天。

“那段日子，痛不欲生，甚至想过自己还有活下去的意义吗！”

没有性欲的人

周明的父母对此也是无比焦虑，四处打听到哪可以医治。周明在北京的姑姑

了解情况后，建议他们来北京大学第三医院看看，那里有全国最好的生殖医学专家，兴许可以治疗。

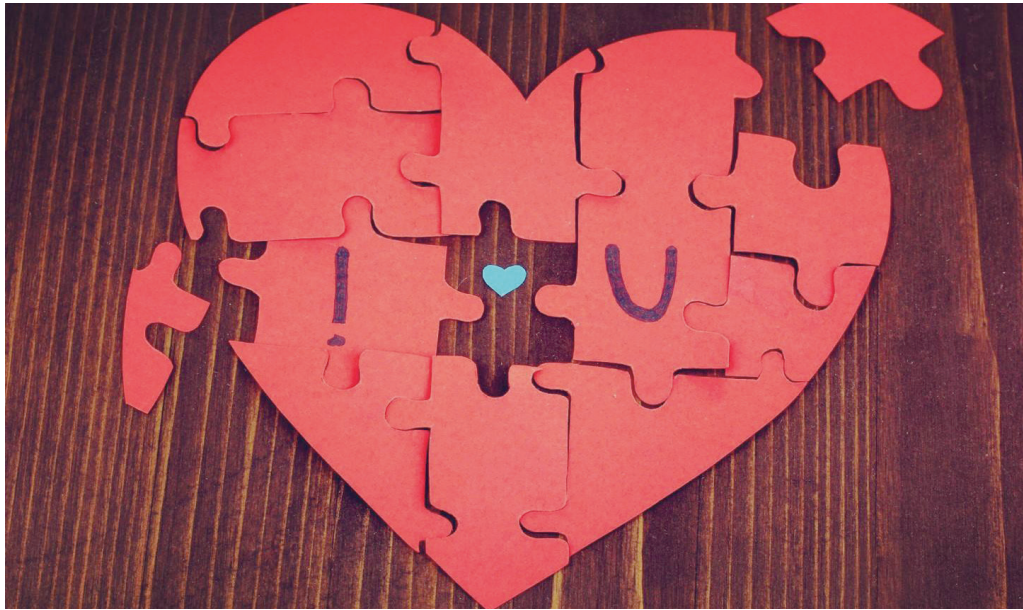
这样的消息，让阴霾中的家庭看到了一丝阳光，他们马上动身赶去北京。

“其实，当时对于能否治好这病我们是心里完全没底的，但有那么一丝的希望，我们还是想试一下。”

来到北京大学第三医院，周明挂了男科主任姜辉教授的号，检查后发现其体内卵泡生成素、促黄体生成素和睾酮的含量均很低，且嗅觉异常。这是典型的卡尔曼综合征（Kallmann Syndrome，简称KS）症状。

卡尔曼综合征属于罕见病的一种，发病率在1/10000～1/86000，男性发病率显著高于女性。男性患者呈现外生殖器幼稚状态，阴茎短小，睾丸小或隐睾，无胡须、腋毛、阴毛，无变声；女性患者内外生殖器发育不良，无乳房发育，无腋毛、阴毛和月经。

姜辉解释到，卡尔曼综合征时一种出生缺陷，但在成年前一般不太被注意。主要病因是下丘脑垂体性腺轴的异常，患者的下丘脑不能产生GnRH（促性腺激素



释放激素）或是垂体缺乏相应受体，“性发育的指挥部出了问题”，导致患者在青春期睾丸、阴茎不发育。

由于体内缺乏性激素，卡尔曼综合征患者对于性刺激不会有反应，看到前凸后翘的美女没有正常男人那种性冲动，看电影中的激情镜头也不会有感觉，他们是没有性欲的人。在河南老家，家里曾给周明安排过几次相亲，最后都是不了了之，一是因为内心的自卑，更重要的是对这些女孩根本提不起兴致。

激素治疗后可如常人生活

“多的时候，有时一天我们就能遇上好几例。”姜辉表示，卡尔曼综合征在基层发现得少，但在北京大学第三医院并不少见，每年他们接诊的相关患者都有上百例。而对于该疾病的治疗目前也有比较好的解决方案，因为患者缺乏相关

性激素，通过促性腺激素补充治疗后患者可恢复正常。

“姜主任告诉我我得的是卡尔曼综合征时，我也不懂，只问医生能不能治。”在得到姜辉主任“能治”的肯定回答后，周明全家心里悬着的石头终于落下了。

治疗方式是注射HCG（人绒毛膜促性腺激素）+HMG（注射用尿促性素），每周2次。姜辉表示，在注射激素治疗一

辉呼吁家庭、社会能更多地关注孩子的生殖健康问题，这是一个应该重视而不是羞于谈及的话题。

他希望有类似卡尔曼综合征患者的孩子能尽早到大医院检查治疗，“每年我们在北京大学第三医院治疗数百名患者，希望未来我们能帮助到更多的患者重回幸福生活。”

“性”命重生

回到河南老家的周明，按照医生的吩咐开始注射激素治疗。

“说实话，我也不知道这药到底会不会有效果。刚开始身体还没有明显变化的时候，心情还是很压抑，不愿意跟人接触，就想一个人待着。”

用药半年后，周明发现自己的阴毛长出来了。

此刻，对于周明来说无异于重生，笼罩在自己心上的阴霾终于散去。

“我终于感觉自己是个正常人了，不再每天怀疑人生。”

周明恢复到了以前的生活，开始不再畏惧跟人交往。

一年后，周明的身高一下子窜升至180cm多，曾经那个一脸稚气的孩子，转眼成了壮实的小伙。此后，周明又继续用药了2年时间。

“因为当时没有女朋友，我从第四年开始停药了2年时间。”

直到周明遇见现在的妻子，恋爱结婚，又开始恢复用药，周明必须依赖药物才能有正常的性欲和产生精子。



2年后，2017年周明的妻子正常受孕，并于次年诞下了一名健康宝宝。

孩子的出生，对周明的家庭来说是一个翻天覆地的变化。之前周明还一直未能确定自己到底能不能恢复生育能力，因为虽然自己恢复发育了，但比起普通人他觉得自己可能在生殖方面还是差那么点。

自此，自己心里的所有担忧都已褪去，重生和感激，之于周明和整个家庭来说是，是这些年想的最多的词。

近日，周明再次来到北京大学第三医院，带着写满他们感激的锦旗，他一直想把这份感激亲手交给姜主任。

这一次过来，他还有一个愿望，就是希望恢复注射药物后，能够生一个二胎宝宝，希望一切如愿。

如今，很多像周明一样的卡尔曼综合征患者加入了“中国老K之家”，这是一个由卡尔曼综合征患者发起的病友互助公益组织，在2012年由卡尔曼综合征患者潘龙飞创办。这个小时候体弱多病，青春期没胡须、喉结，不敢在男厕所小便池撒尿，被大家嘲笑“娘炮”，对漂亮女生无感的男孩，一度以为与周围格格不入的自己是个“外星人”。

2011年，当自己被确诊为卡尔曼综合征后，才让潘龙飞的人生“从太空回到了地球”，他开始如正常男孩一样生活，恋爱、做爱，享受那些未曾体验的美好。从这之后，潘龙飞不再避讳他人的眼光，他勇敢走到台前，创办“老K之家”，与媒体们大方讲述老K们的故事。希望以此唤起社会对老K们的关注，帮助更多患者走出阴影，重回幸福人生。

秋天来了，过敏也来了

■ 文 / 《北医人》记者 付东红



专家强调

王月丹：流感是一种严重威胁人类健康的常见呼吸道传染病，是可防可控可治的疾病，但在预防中，应该采取综合措施，不仅可以接种流感疫苗，而且可以通过避免接触流感患者或隐性感染者，以及佩戴口罩和采取必要的空气环境消毒措施等等方式，全方位的远离流感。同时，对于绝大多数人来说，流感与鼠疫等烈性传染病相比，症状要明显轻微，不必过度恐慌和担心，但在发生流感后也不能掉以轻心，避免出现重症流感或者继发细菌感染，要做到三件事，即保暖、休息和营养，一般症状可以自行痊愈或者经治疗后痊愈。不过，一旦做对了上述三件事，流感症状仍然持续不缓解或者有加重的迹象，应该及时就医治疗。

感冒种类多，你可分得清？

Q1：每年每个人都有可能患上“感冒”，甚至不止一次，对普通患者而言，很难搞清是感冒还是流感，似乎症状差不多。感冒也分类吗？我们怎么区分？

王月丹：“感冒是指上呼吸道感染。可以分为病毒性感冒（如流感病毒，腺病毒，鼻病毒等引起的上呼吸道感染）和细菌性感冒（如细菌性咽扁桃体炎）。其中，病毒性感冒多由鼻病毒、副流感病毒（与流感病毒不是同类）、呼吸道合胞病毒、埃可病毒、柯萨奇病毒、冠状病毒、腺病毒等引起。临床症状表现为鼻塞、打喷嚏、流涕、发热、咳嗽、头痛等，多呈自限性。指疾病在发生发展到一定程度后能自动停止，并逐渐恢复痊愈，并



不需特殊治疗，只需对症治疗或不治疗，靠自身免疫就可痊愈的疾病。虽然在冬春季节多发，但不会出现大流行。

流感指流行性感冒，是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病（简称流感）。也是一种传染性强、传播速度快的疾病。主要通过空气中的飞沫、人与人之间的接触或与被污染物品的接触传播。典型的临床症状是：急起高热、全身疼痛、显著乏力和轻度呼吸道症状。

流感患者和隐性感染者（有些感染了流感病毒的人可能没有症状，成为隐性感染者，不易被人们发现。但这些隐性感染者同样可以通过唾液飞沫排放病毒，也

会传播流感。）是流感的主要传染源，从潜伏期末到急性期均具有传染性。据估计每年约有 10% 至 20% 的人会发生流感。

“流感样病例”是什么？

Q2：在一些疫情通报中，常看到一个名词“流感样病例”，这是指什么呢？

王月丹：很多情况下，由于就诊不及时和缺乏实验室确诊证据，很多流感病人并未被确诊。例如，我国公布的 2018 年法定传染病疫情报告中，流行性感冒的病例报告数为 765186，发病率仅

为十万分之 55.0851（相当于 0.055%），远远低于 10% 的预测值。

另一方面，还有许多其他病原体，例如呼吸道合胞病毒、冠状病毒和支原体等等，也可以引起类似流感一样的症状，如果没有明确的病原学或血清学诊断证据，仅从临床表现上难以与流感进行鉴别诊断，且其感染的后果与流感类似，在个别人群中也会引起重症感染或继发细菌感染，甚至导致患者死亡，也是需要警惕的急性传染病。

因此，我国的疾病控制部门和医疗机构，就将发热（腋温 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ），伴咳嗽或咽痛症状之一的，缺乏实验室确定

人物简介

王月丹，医学博士。北京大学基础医学院免疫学系教授，博士生导师，中国优生科学协会妇女儿童免疫学分会秘书长，教育部新世纪人才计划和北京科技新星计划获得者，北京市首届高校青年教学名师。主要从事医学免疫学研究和教学，先后发表专业论文 100 多篇，主编教材 10 部，获得发明专利授权 3 项，获得国家自然科学二等奖等科技奖励 3 项。

诊断为某种疾病依据的疾病统称为流感样病例，并在“中国流感监测信息系统”及“突发公共卫生事件管理信息系统”中进行报告和监测。在我国的一些城市，每年都会出现流感样病例的爆发性流行，严重威胁人民的健康生活。目前，在我国引起流感样病例的主要病原体包括：流感病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒、冠状病毒、轮状病毒、腺病毒、人偏肺病毒、支原体、衣原体和军团菌等等。

流感分季节，你的城市哪个季节最流行？

Q₃：流感分季节吗？

王月丹：流感和流感样病例的流行具有明显的季节性，与气温变化等天气现象密切相关，但在我国不同地区具有不同的流行季节特点。例如，在北京和青海等北方地区，流感主要在冬春季节流行；深圳等南方地区主要在7、8月份流行；而上海地区的流感流行则呈现1-2月和7-8月的双高峰周期的模式。

Q₄：流感对人体带来哪些伤害？

王月丹：流感会引起呼吸道疾病，并有发生重症感染或继发细菌感染的风险，对于有基础性疾病（例如肺部及心脏疾病、高血压、糖尿病以及肝肾功能不全等）的患者和老年人来说，危害尤其严重。每年全世界约有300～500万人可发生重症流感或者因流感而发生重症感染，其中约有29～65万人死于流感及其相关的疾病。

流感咋防治？

Q₅：流感能预防吗？

王月丹：流感患者和隐性感染者是流感的主要传染源，从潜伏期末到急性期均具有传染性，主要通过飞沫传播，



传染性较强。但如果预防措施得当，还是可防可控的。具体的措施包括：控制和避免接触传染源，发现流感病人要及时治疗、报告和隔离，在流感流行季节，不去人多拥挤的场所；切断传染病途径，可以佩戴口罩和护目镜，在重点地区和场所（例如医院和车站等），要做好空

气和环境的消毒工作；保护易感人群，平时加强体育锻炼，提高机体的体质和对疾病的抵抗能力，在气温快速下降等极端天气时应该主要保暖，不给流感病毒以可乘之机。最后对于年老体弱或者高风险人群（例如医院发热门诊的医护人员），可以接种流感疫苗进行保护。



Q₆：患流感怎么治疗？

王月丹：对于病毒性感冒，注意休息保暖和营养，对症处理（例如高热可以退热），大多数人可以自愈。对于细菌性感冒，可以使用抗生素治疗。但无论哪种感冒，如果症状持续不缓解或者有恶化的迹象，患者都应该及时就医。

流感疫苗要不要打

Q₇：什么是流感疫苗？老年、成年、儿童打流感疫苗有区别吗？

王月丹：流感疫苗是用来预防流感病毒引起的流感的疫苗。目前，包括我国在内的很多国家主要使用的是流感病毒灭活疫苗，该疫苗一般由3种灭活病毒成分（其中包括一种乙型流感病毒Victoria系）或者4种灭活病毒成分（其中包括两种乙型流感病毒Victoria系和Yamagata系）组成，分别称为三价疫苗和四价疫苗。

为什么流感疫苗有三价和四价的区别呢？由于甲型流感病毒容易变异，而乙型流感病毒变异度较小，所以一般三价的季节性流感疫苗并不针对所有的乙型流感病毒。但在我国很多城市，季节性流感中乙型流感常常又占很大比例，因此也会生产能够抵御更多类型乙型流感病毒的四价疫苗。

目前，并没有专门针对老年、成人和儿童的流感疫苗，各个年龄组的疫苗成分均是一致的；对于老年人，有基础病的体弱人群和高危感染人群（例如发热门诊的医护人员），应该优先接种流感疫苗。

Q₈：身边一些亲戚朋友对打了疫苗，冬天的流感还是找到自己；有的说，我从没有打过疫苗，倒也没有每年都追随着流感。打疫苗是否能有效预防流感？

王月丹：接种流感疫苗后，一般2-3周即可产生对相应血清型流感病毒的免疫力，但就像药物一样，流感疫苗只能

保证大多数人群（一般大于85%）可以产生保护性免疫，但少数人即使接种了流感疫苗，可以发生相应型别流感病毒引起的感染。当流感病毒出现大变异时，流感疫苗产生的免疫可能会无效，此时就需要按照疾控部门的指引，接种针对变异株的流感疫苗，无论当年是否已经接种过一般季节性的流感疫苗。

接种流感疫苗后，再感染相同血清型或者有交叉免疫保护的血清型的流感病毒，即使发生流感，症状也一般较未接种过流感疫苗的人轻。

Q₉：有家长说，孩子打了流感疫苗之后，发烧，打流感疫苗会有副作用吗？

王月丹：打流感疫苗像接种其他疫苗一样，都可能会出现局部肿痛、疲劳不适感或者发热等一般症状，但这些症状一般很轻微，即使不处理也可以自行缓解和痊愈。与流感引发的严重后果相比，接种流感疫苗的副作用可以忽略不计，因此绝对不能以害怕发生副作用为由，拒绝接种流感疫苗。



2019 年度，北京大学医学部有三名同学获得“北京大学学生年度人物·2019”荣誉称号，他们是：口腔医学院 2017 级临床型博士研究生杨振、第二临床医学院 2012 级临床医学八年制博士生居家宝、公共卫生学院 2015 级直博生董彦会。此外，第一临床医学院 2017 级泌尿外科专业型博士研究生刘振华、基础医学院 2015 级直博生耿晓强获得“北京大学学生年度人物·2019”提名奖。

本期《北医人》带大家了解他们的故事。

校园先锋

优秀！北京大学“2019学生年度人物”故事

■ 文 / 《北医人》记者 徐璐、学工部 柳絮



杨 振



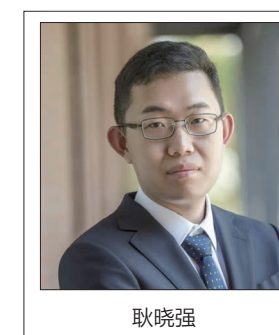
居家宝



董彦会



刘振华



耿晓强

杨振：
纯粹 · 坚持 · 方向感



人物简介

口腔医学院 2017 级临床型博士研究生。2018 年获得北京大学优秀学生干部称号，2019 年获得北京大学五四奖学金。2018 年、2019 年连续两年获得中华口腔医学会口腔美学专委会 CSED 全国美学优秀病例展评一等奖。

杨振出生在一个医学之家，在杨振的记忆里，父母总是轮流值班，三个人坐在一起吃饭的时间都格外珍贵。她曾经不明白这么忙碌的生活，意义在哪里？直到母亲跟她说：“医生这个职业是特别辛苦，但是如果你能看到一个病人在你的帮助下康复如初，那种喜悦是什么都替代不了的。”这份“纯粹”的想要去做一个守护健康的好医生的精神一直影响着她。

后来，杨振也选择成为了一名医生。作为一名临床型博士，杨振常常是白天出门诊，晚上做实验。经常一下班就赶往实验室，再工作到半夜实验室锁门。辛勤的工作，不一定就带来回报，去年中，连着好几个月实验结果依然不理想。重压之下，杨振有过情绪崩溃。她自我反思：“面对挫折心态不够平和，情绪不稳又导致工作效率低下，最后形成了恶性循环。”她接受了父亲的开导并从中获益良多：“所谓实验，就是尝试，就意味着百分之 90 的路都走不通，就会失败。实验应该教会你——勇于面对失败，总结原因，始终具有探索和创新的精神，不断调整自己的方案，因为总有一条路能走得通。人这一生，要方向感强，但不要目的感太重，做事情为了冲着要努力的方向去奋斗，而不是一定要达到一个什么目的。”挫折让杨振明白了“坚持”的意义，父亲的话要是激励自己要为了大方向而不断努力，不需要在乎最后的结果。

努力不会被辜负，她致力于种植体基台表面改性相关的基础研究。已经以第一作者身份发表 SCI 论文三篇，文章累计影响因子 9.074 分，并拥有“用于种植牙冠和基台体外粘接的辅助装置”的国家实用新型专利一项。这项发明体现了她的创新思维，能够帮助年轻医生们解决在体外粘接种植牙冠和基台时粘接剂内溢的问题，很好的节省医生临床工作时间，对临床工作具有重要的意义。

在生活里杨振是一个感性且热心肠的姑娘，她曾跟随北

杨振擅长主持和演讲，在硕博期间多次担任晚会等活动的主持人。2018 年她代表班级参加口腔医学院组织的“医德医风”演讲比赛，获得第一名；2018 年 12 月代表口腔医学院参加北京大学第十五届“我与新时代”演讲比赛获得一等奖。



京大学口腔医学院社会实践团到江西于都支医。那里经济发展相对落后，医疗资源很是匮乏。义诊活动中，让她印象最深的是很多病人对她说：“我明白你的方案大夫，可是看牙太贵了，我们真是看不起，也就是来问问心里有个数。”这一刻，杨振感到一股无力的沮丧感——“空有知识技能，却帮不了别人”。后来，杨振调整了交流方式。看诊之后，她耐心地给每一个人讲解要怎么好好刷牙，维持好口腔卫生。尤其，提醒他们早晚帮助孩子好好刷

牙。“通过这次活动，我突然明白，高超的医疗技术不是一切，有时候换位思考，设身处地为患者考虑问题，给他们能用上的最实用、最直接的方案很重要。”杨振说。

作为临床型博士，在临床工作中她始终严格要求自己，认真对待每一个患者，将每一个病例做到尽善尽美。杨振说她在 2019 年最自豪的事情是今年自己在导师和师兄指导下的创新病例经过全国各领域专家的层层盲审再次入选第五届 CSED 全

国美学病例大赛 12 强。12 月 8 日，她经过现场比赛和展示，斩获了一等奖和临床创新奖。这是对她临床工作的最大肯定和鼓励，她说她会再接再厉，以后争取更好的成绩，为每个病人做最好的治疗方案和设计。

漫漫医学路，杨振说自己走的辛苦但笃定，她会一直以父亲母亲的那份“纯粹”的精神要求自己，做一个有着“方向感”并为之不懈努力，无论遇到多大困难，也会始终“坚持”下去的合格的人民医生。

校园先锋

Pioneer

居家宝： 致力于做一名临床科学家



人物简介

北京大学第二临床医学院 2012 级临床医学八年制博士生。师从姜保国教授。曾获北京大学光华奖学金，北京大学三好学生，北京大学学术创新奖，北京大学学习优秀奖等荣誉。

“医者仁心”。这是要求，也是体会。居家宝是一名外科住院医师，外科轮转 1 年多的时间里，他管理过的患者人数超过 500 名。一位患有肠痿的小伙子给他留下了深刻的印象。每次换药，小伙子都要在心里默数“1, 2, 3”，然后深吸一口气，磨蹭一会儿，很不情愿地说准备好了，才允许居家宝处理伤口。一开始，工作缠身的居家宝很不耐烦，但在交谈中，他慢慢了解到这场疾病对患者带来的影响——身高、学业的落后，让他的内心十分脆弱。“慢慢，我找到了同龄人的话题，换药前，我会和他聊一聊球赛、剧情……他在换药前再也不数‘1, 2, 3’了。”居家宝说。

居家宝记着前辈的教导。人民医院外科祝学光教授曾经说：“医生要有菩萨心，要能悲天悯人，不然就不要学医，学也学不好。”

高中时期，居家宝非常喜欢化学和生物两门学科，他想：“能够将这两个学科完美结合的职业就是医生了吧。”父亲也和他分享了对医生职业的想法：“病人从救护车上抬进了医院，经过医生的全力救治，最后康复，走出了医院大门。这世界最伟大，最有成就感的职业莫过于医生。”居家宝坚定了学医的想法。

成为医学生后，2016 年暑假期间，居家宝为家乡水阳合作社的 65 名居民，上门做了高血压普查，宣传医学保健常识。“随着农村生活方式的改变，高血压、高血脂这些城镇居民的常见疾病，也在慢慢的向农村居民蔓延。”居家宝说。

“临床与科研并重”。这不是一句口号，这是真真切切能服务于临床、解决临床问题的金科玉律。居家宝接诊过一位胫骨感染的患者。半年来，这位患者辗转多家医院，长疗程的静脉输液治疗给患者造成了极大的困扰，他问居家宝：“有没有可以不用输液的方案，手已经没有可以扎针的地方



了。”带着这个问题，居家宝查阅了大量国内外的诊疗指南，新英格兰医学杂志发表的一项研究引起了他的注意。“但我发现这项研究存在着不足之处。我认为骨关节感染的治疗应强调个体化和精准化，权衡感染，内植物和骨愈合状态三者之间的相互关系。”居家宝说。于是，他将自己的观点以通讯的形式也发表在了新英格兰医学杂志上。

“虽然我现在还不能确定的告诉那

位患者，你只用口服药物就可以了，但是在未来，随着更多关于骨感染研究的深入，一定会找到更好的治疗方案。”居家宝说：“我想这就是我的导师姜保国教授所一直强调——要成为一名临床科学家，要善于将临床问题转化为科学问题——的理念。”

2019 年，居家宝以第一作者共发表或已接受 SCI 论文 4 篇，中文核心 7 篇。在做好临床工作的同时，居家宝致力于成为一名临床科学家。

居家宝（后排右一）是北医排球队的一名成员。从 2004 年中国女排逆转俄罗斯夺冠开始，他爱上了这项运动。在北医排球队的八年时光里，他感受到了团队的温暖，也学会了如何在团队中相互理解，相互协作。

校园先锋

Pioneer

董彦会： 踏踏实实科研，守护儿童健康



人物简介

公共卫生学院 2015 级直博生。曾多次获得国家奖学金、北京大学学术创新奖、北京大学三好学生和三好学生标兵等荣誉称号。

“公行天下，卫戍健康”，董彦会是公共卫生学院的科研研究生。在导师马军教授的指导下，他对儿童肥胖和高血压等慢性病进行研究。他以第一作者发表中英文论文 23 篇，其中 SCI 论文 11 篇，影响因子累计为 48.668；其他共同合作的中英文论文 49 篇，总被引次数 251 次。他的研究为国家儿童慢性病防控政策的制定提供了重要基础。

董彦会曾三次以第一作者的身份在国际顶尖杂志 Lancet 及其子刊上发表文章。他的研究首次揭示了中国经济发展对儿童营养负担的影响，该论文为国家儿童营养改善政策的评估和制定提供了重要依据 (Lancet Diabetes & Endocrinology)；在这项研究基础上，他继续钻研，对中国儿童体质与营养转型进行研究，首次全面揭示了中国儿童青少年体质状况的演变 (Lancet Child & Adolescent Health)；他对中国儿童青少年死亡负担进行分析，其论文摘要刊登在 Lancet 主刊，该研究为提高中国儿童青少年健康福祉提供了政策方向，同时也受到了国际关注。

在我国，儿童期高血压标准一直是一个研究热点和难点，在导师的指导下，董彦会利用全国性大数据，率先在国际高血压领域排名第一的杂志 Hypertension 发表了以中国儿童青少年人群为基础的高血压标准，该标准经过国家卫生标准委员会审核，颁布为中国卫生行业标准之一，并获得一项国家专利，这对于儿童慢性病的早期防控提供了非常实用和有效的筛查工具。在此基础上，他继续对中国儿童高血压与肥胖的关系进行研究，其论文再次发表在 Hypertension 杂志上。

董彦会对中国儿童营养不良全面评估的研究论文，学术水平和影响力较高，获得了国内中文期刊重要奖项“中国精品科技期刊顶尖学术论文领跑者 5000”，该奖项代表了所在学科领域的最高学术水平。



董彦会参加现场调查工作，为儿童测量血压。

国际发声，长空砺剑是导师对他的期望。他先后在国际和国内专业学术会议做了数十次成果展示，并作为中国青年学者参与到 Lancet 国际青少年健康系列报告筹备会议，贡献中国方案与智慧。他作为课题组的中流砥柱积极参与各项科研项目，同时他也作为负责人，申请了北京大学医学部“优秀博士研究生创新基金”。

读万卷书，行万里路是他的追求，董彦会和同伴曾赴新疆、西藏、甘肃、宁夏、贵州、云南等 13 个省份，对我国偏

远地区儿童的慢性病、近视、脊柱侧弯、心理健康等问题进行调研。他利用自己的专业知识参与编写了 13 本课题报告、政策报告和出版物，将调研和研究结果转化为切实可行的政策依据。他在学习和科研之余，也积极参与学生工作。他曾担任医学部学术部和学院实践部骨干成员，积极组织举办北大生物医学论坛和各类讲座，服务学生。

董彦会始终秉持着勤奋坚韧的心和坚定向前的步伐，立志做一个笃定前行的北大成人。

刘振华： 做勇敢的追梦人



人物简介

北京大学第一临床医学院 2017 级泌尿外科专业型博士研究生。曾担任北京大学第一医院泌尿外科住院医师。在北大求学期间，曾获得国家奖学金、北京大学三好学生标兵、北京大学光华奖学金等 9 项省部级、校级奖励。

“感恩、成长、勇敢”。面对即将过去的 2019 年，刘振华用这三个关键词做总结。

在这一年中，刘振华担任北大医院泌尿外科的住院总医师。他开玩笑说：“这一年下来，连室外阳光都见得少，感觉自己皮肤都变白了，也切实落实了‘总住院’这个称号”。

刘振华的奶奶是当地医院的一名医生，从小耳濡目染，他对医生总是充满敬佩。高考时，刘振华将第一志愿填报了临床医学专业。

在“住院总的十二时辰”里，熬夜是家常便饭，工作强度远大于“996”。虽然辛苦，但他说：“患者术前签字时的一句‘我相信你们’，出院时的一声‘谢谢’……这些细节都能让自己觉得这份工作是很意义的。”

努力总有回报，刘振华负责参与管理的病房运转平稳、高效，从无严重、不良事故发生。刘振华说：“我在遇到疑难问题时，总能及时得到老师、同事的指导和帮助，感恩是我年度最重要的关键词。”

从病房住院总的紧张忙碌，到实验室的潜心学习和探索；从撰写文章屡被拒稿的沮丧，到得知论文被杂志社接收的喜悦……“2019 年的这些经历丰富了我的求学生活，让我成长。”刘振华说。

2019 年，刘振华参与了由中华医学会主办的全国泌尿外科学术年会大会并发言。他目前已发表或接收中英文论文共 8 篇，其中以第一作者身份发表或接收 SCI 论文 4 篇。

今年，刘振华光荣地成为了一名预备党员。七一前夕，他作为学生代表，参加了北大庆祝“七一”宣誓活动。在年满九旬的郭应禄院士带领下，学生们诵读入党誓词，这让刘振华的感触很深。“前辈们筚路蓝缕，创下伟业，我们作为后来者和接班人，应该把握好北大这个平台，以最大的努力



和热情学习好知识，为祖国人民作出自己的贡献。”这是在 2019 年让刘振华感到最有意义的一件事。

2019 年，刘振华和他的同学们进入了“毕业班”。即将步入社会，他们走在了人生的十字路口。“为了那个将来，要自己勇敢再勇敢。”刘振华用“五月天”的歌词给自己和同学们打气。“既要自立自强，也要学会团结协作。”如果说大学教会了他什么，可能除了专业技能外，最大的感悟是：“个人的力量毕竟是有限的，

我们应该重视与团队中其他人的有效沟通交流，与团队同事互相鼓励、共同合作成长，这样才能更好的发挥自身价值。”

希波克拉底誓言中说：“我之唯一目的，为病家谋幸福。”刘振华希望自己能不断领悟北大医学的“厚道”精神，继续学习体会郭应禄院士提出的“爱国家、爱集体、爱专业、爱病人”的四爱精神，为患者、社会做出贡献。

医路漫漫，愿不忘初心、朝着梦想不断求索。

2017 年，刘振华（左一）参与了北大医院暑期社会实践团队到贵州平潭县的义诊、医学科普等活动。这次活动获得了医学部社会实践优秀团队一等奖。

校园先锋

ioneer

耿晓强： 用东方智慧解决健康难题



人物简介

基础医学院 2015 级直博生，现任医学部就业中心学生助理团负责人。曾获博士生国家奖学金、北京大学五四奖学金、北京市优秀学生干部、北京大学三好学生、北京大学暑期社会实践优秀领队、北大医学部优秀共产党员等荣誉。

耿晓强在基础医学院药理学专业攻读博士学位。在浩如烟海的文献和日复一日的科研工作中，他积极探寻治愈疾病的可能。

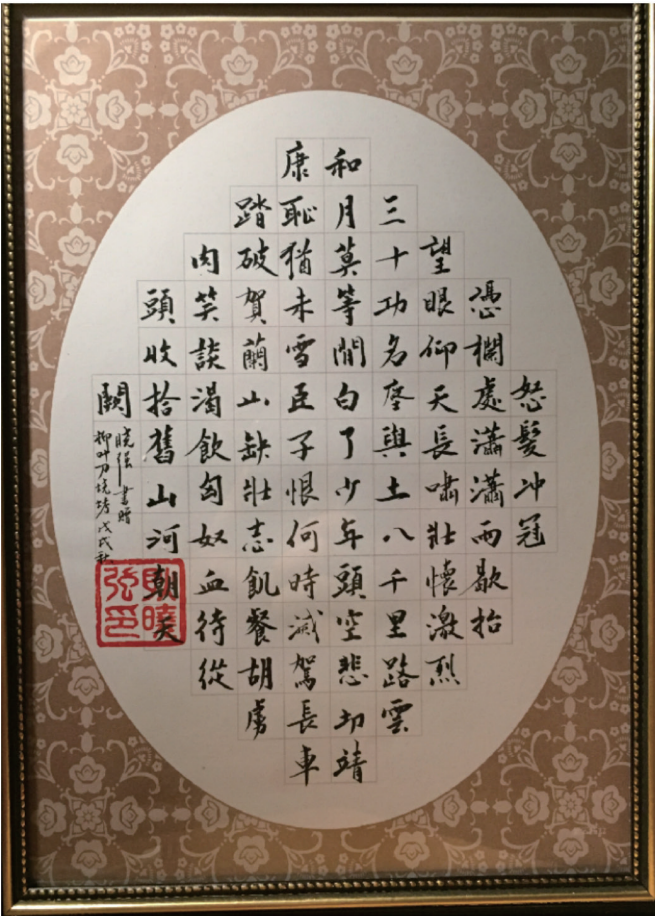
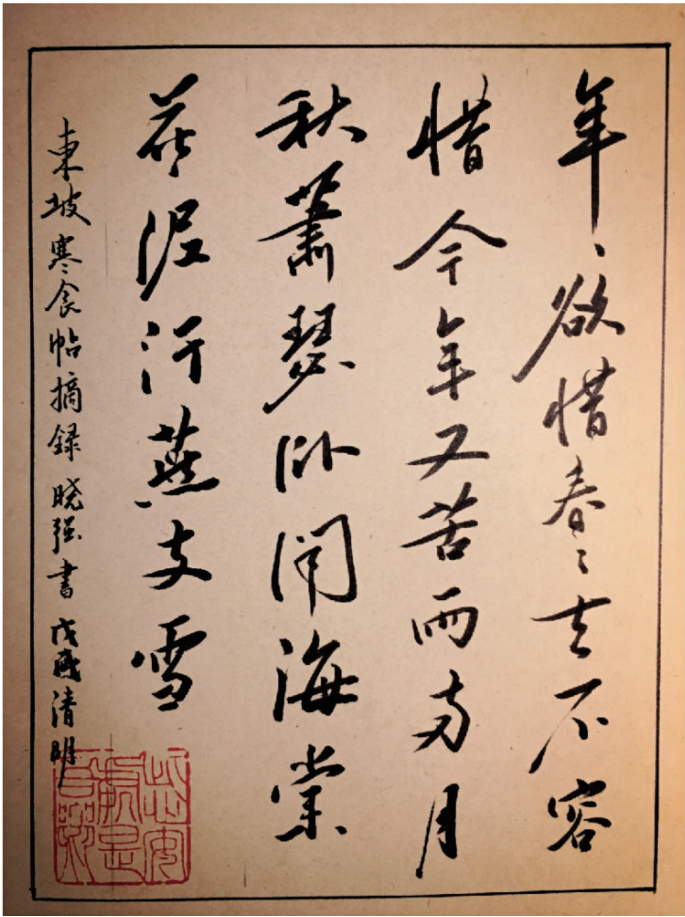
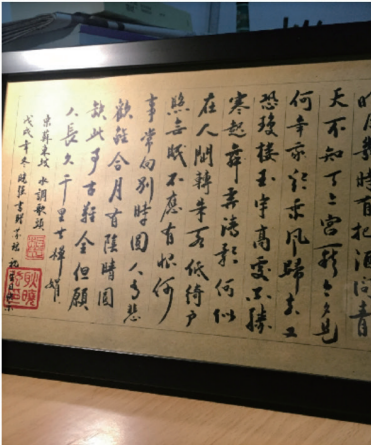
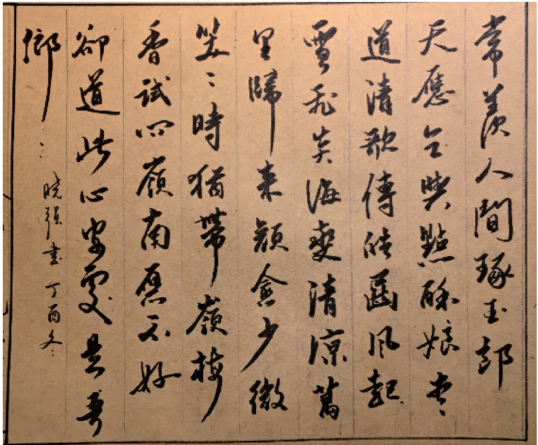
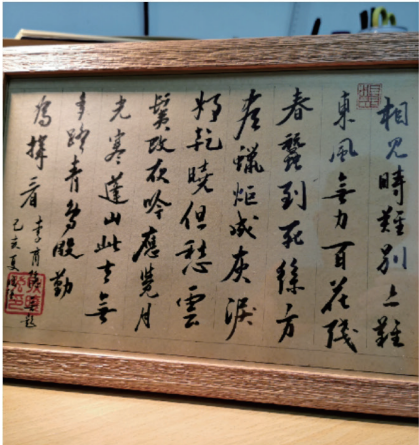
从小体弱多病，常与医生、护士“打交道”的耿晓强，从小对医学最熟悉，也对医学最向往，他希望能为人民的“健康”做些事情。

在导师杨宝学教授的指导下，耿晓强利用现代医学技术，深入挖掘中华传统医药宝库，找到了一种具有肾脏保护作用的传统中药——灵芝。他使用药理学研究方法，证实了提取物灵芝酸对肾脏纤维化的抑制作用，让慢性肾病这种每年造成全球大量患者死亡却无药可医的疾病有了治疗的可能。这一研究结果发表在国际知名药理学杂志 Acta Pharmacologica Sinica 上。

耿晓强参与了多项国家级重点课题项目，已发表 SCI 论文 9 篇（第一作者 5 篇），会议摘要 11 篇，参编英文专著三部。他多次参与国际、国内会议并进行学术报告，获得了 2019 年全国肾脏药理学学术年会青年优秀论文一等奖等荣誉。

“用东方智慧解决人类的健康难题”，是耿晓强在学术上不懈追求的方向。“因为自己研究的课题与中医药的现代药理学研究相关，这让我对弘扬中华文化尤其是中医药文化产生了发自内心的责任感和自豪感。因此，更加坚定了通过科学研究将灿烂的华夏文明推向世界的信心。”耿晓强说。

耿晓强深知北大人的担当——“既要做好本职工作，更要恪守家国情怀，既要当引领者，更要当实干家。”作为研究生党总支副书记，他带领 14 个研究生党支部、300 余名研究生党员，组织开展了一系列特色党建活动，如：红色微积分、红色基因组、“红色流星雨”主题党日、赴西柏坡的红色教育和义诊服务等。在担任学院研会主席期间，他率领团队举



耿晓强的书法作品。从小，他在父亲的指导下习字，书法成为了他的兴趣爱好。书法让他从一个特殊的角度阅读历史、了解古代圣贤，让他对辉煌灿烂的中华文化更加热爱。

办了一系列品牌活动，如：学术午餐会、Lab 大讲堂、新年歌会、3V3 篮球赛、职点迷津、恋爱心理学讲座等。作为医学部就业中心学生助理团负责人，他带领 50 余名学生助理承担了就业中心的多项任务，形成了一支能力强、业务精的学生助

理团队。组织开办了学工部助理学校和“医职为你”就业服务系列活动，参与运营的“北医就业”公众号已有近一万三千余人关注，全面助力广大学子的求职就业。“同时完成学术科研、学生工作、党建工作的任务，的确是个不小的挑战。”

耿晓强是安排时间、高效工作的高手。但更重要的是，耿晓强说：“这一切都是我热爱着的事业，这一切都是我的初心所在。道虽迩，不行不至；事虽小，不为不成。只有埋头苦干、踏实勤干才不会亵渎了这份重任。”

王志均：淡泊名利终一生， 忠诚勤奋思报国

■ 文/《北医人》记者 徐璐

九十岁之时，王志均在北医学报上发表自述文章。“我常常想，我生的这个时代正是中国和世界动荡最大的时代，许多够得上是世界头号新闻的事件都发生在这个时期。”

王志均生于1910年；两岁时，满清政府覆灭；四岁时，第一次世界大战爆发；九岁时，五四运动轰轰烈烈开展；27岁时，七七事变爆发；35岁时，第二次世界大战结束；39岁时，中华人民共和国建立。之后，王志均还又经历了多次政治运动，迎来了改革开放、科学的春天。

他又说：“我一生自愧成就很小，唯一安慰的是，我于解放初能回归祖国，为祖国人民做了一些力所能及的事。”

王志均有很强的“家国情怀”，韩启德曾撰文写道：“如王志均先生这一代人，生于忧患，长于忧患，‘祖国’这一情结在他们心中是高于一切的。”



王志均（1910年——2000年）
著名生理学家，中国科学院院士

激素治疗后可如常人生活

诗人主要的天赋是爱，爱他的祖国，爱他的人民。——闻一多

王志均自幼勤学苦读，成绩优异，考入清华。在清华生物系，王志均学动植物形态学时不善画图，学分类学时不善记背，只有学到生理学，需运用推理，才如鱼得水。“生命本身内部蕴藏着无穷尽的奥秘。只有在学生理学中，才真

正体会到机体之美，美不可言；其机理之妙，又奥妙无穷。”这时，王志均深感“学生理学这条路是走对了。”随后，他进入协和医学院，跟随我国生理学奠基人林可胜教授，进修生理学。抗日战争爆发后，王志均万里跋涉来到战时后方昆明、贵州任教。

1946年，王志均获得奖学金赴美留学，师从著名的消化生理学家艾维教授。1950年，他获得了美国伊利诺伊大学医学院哲学博士学位。

在这里，王志均从事了胰腺分泌的研究。这是个极为艰难的课题。在经历了7次失败后，王志均终于在狗的身上创造了移植大块胰腺的实验办法。通过这一巧妙的技术，他定量观察了在消化活动中各种食物成分刺激胰液量和酶分泌的强度，从而在世界上首次发现促胰液素和促胰酶素释放的自然刺激物。他的博士论文《关于不同类型食物促进胰液分泌促胰液素和促胰酶素的研究工作》，被认为是开创了一个新的研究领域，

被誉为经典著作。

和王志均一样，在50年代归国的留美科学家在中国百年留学潮中是很特殊的一批。二战使中国成为同盟国的一员，中美关系进入黄金时代，抗战胜利后，他们通过国民党政府组织的考试出国留学。1949年，中国共产党掌握政权后，全力争取、动员留学生回国参加建设。与此同时，中美关系则走向紧张。随着朝鲜战争的爆发，中美关系降到了冰点。美国政府对这些中国留学生的态度，则经历了从资助、鼓励他们回国，到千方百计阻挠他们回国。

王志均在自述中曾记录了这段历史：“美国移民局对留学生留美期限管理很严，每年要去移民局办理延长手续，还要我交付保证金500美元，保证在毕业后一定离美。新中国成立后，美国政府来了个180度转变，严格控制不让中国留学生回国，其目的显然是不想把美国培养的科技力量提供给它所认为的敌人，其居心是不良的。”虽然王志均对美国政府极为不满，对美国人民却是大为称赞他们“坦率、热情、友好”。

几经争取，1950年，王志均终于得以回国。他和同行的百余名留学生，乘坐轮船，经过二十余天的漂泊，终于踏上了祖国大陆的土地。受到祖国领导和同胞敲锣打鼓热烈欢迎的那一刻，王志均心中无比地激动。

“我出身于一个劳动人民家庭，是由中国人民的血汗养育大的。我家穷，我爱我的心地善良、勤劳一生的父母；我的国家穷，我爱我的有着几千年文化的祖国。我不愿在国外长期寄人篱下，‘为他人做嫁衣裳’。我一无意于官场，二无意于发财。我不怕吃苦，愿意走自己的道路做一个创业者，在祖国土地上成自己的‘家’，立自己的业，哪怕一切都从零开始，也心甘情愿。我相信，辽阔的祖国大地，可以提供‘海阔凭鱼跃，天高任鸟飞’的英雄用武之地。我不喜欢专做科研，愿意做教师兼做科研。这就是我的志愿，一个平凡人的普普通通

的志愿。”

归国时已是“不惑”之年的王志均，对自己的人生做了认真、仔细的思考，他选好了方向，找好了道路。

回国后，王志均来到北京医学院（现北大医学部）生理系，历任教授、系主任。1980年，王志均当选为中国科学院院士。

“科学思维要敢于打破条框，科学实践要实事求是”

谁肯设法去猛攻天堂，谁就有资格登上天堂——何塞·马蒂

王志均在北医建立消化生理学实验室时，几乎是白手起家。他志在研究消化活动中神经与激素的关系。

50年代，在消化器官活动对代谢影响的研究中，王志均大胆提出：“在营养物质被吸收入血之前，消化器官本身的活动可能即已影响代谢活动。”沿着这一思路，在他的领导下，通过十余年二十余人的勤奋工作，终于证明，生理性刺激消化道，即可通过迷走-胰岛素系统和交感-肾上腺素系统启动代谢过程。这一成果曾居世界领先地位，直至60年代末期，西方才有名词来描述肠道激素对胰岛素的调节作用。文革后，在这项工作的基础上，王志均又开拓了脑肠肽对代谢调节的研究。这一系列工作曾分别获得1985年北京市科技成果奖及1986年卫生部科技成果进步奖。

60年代，王志均设计出一种“胃肠四通痿”技术，来代替常用的“巴氏小胃”技术，进而证实了“迷走-胃泌素机制在胃液分泌神经反射期中的重要性”。这一工作具有重要的理论性意义，解决了一个在国际上长期争论的问题。

70年代，细胞保护概念提出后，王志均开展了消化道细胞保护作用的研究。他发现胰多肽对实验性急性胰腺炎有明显的细胞保护作用等，说明细胞保护作用可能是某些胃肠肽的重要功能之一，取得重要科研成果。



1936年王志均毕业于清华大学

王志均强调“好奇心”的作用，对科研中他始终保持着“敏锐”。他曾专门撰文《机遇在生命科学研究中的作用》。他说：“在科研中，对一个偶然出现的不寻常现象产生好奇心和怀疑心理，显得很重要。”“一个科学家对机遇所提供的每一个意外事件都不放过，并加以深究，这是成功的秘诀。”

在《从科研思路想开来》一文中，王志均又写道：“在科学思维中，一定要敢于打破框框，不受传统概念的束缚。在新的现象面前，要敢于面对现实，不要怕违反什么定律或理论等。”

60年代，王志均认识到，“仅在外周研究消化生理是远不够的，应上溯至中枢神经系统。”他在文献检阅中，发现了脑中安装微痿管的办法，非常兴奋。此时，韩济生来到北京医学院生理教研室为王志均做助手。王志均便将这篇文献交与他，让他研究试用。韩济生掌握了脑痿管技术，并在日后应用到他的针刺麻醉的研究中，取得很大成功。

韩济生回忆这段时光时说：“王志均先生高屋建瓴地给我布置科研任务，要我从中枢神经系统出发，来研究消化功能的调节，不懂的技术就要从头学。这里可以看出王先生跳出消化看消化，晚年决定重点研究消化的中枢控制，确是极具战略眼光的科研部署。”

在科研思路，王志均讲究“活”，讲究“创新”，敢于打破传统；在科研实践中，王志均要求“严肃”、“实事求是”、“来不得半点虚假”。

韩济生曾回忆：“王先生为人处世宽以待人，不走极端，很有儒家风范；但在科学问题上却十分严谨，一丝不苟，对一些弄虚作假行为深恶痛绝。他一再强调科学家亲自参加实验和实践的重要性，反对空谈。”

王志均曾要求：“当你的实验结果经统计学处理，说明差异有显著性时，你最好还要问一问你自己是否相信这个结果，如果不相信，还要再重复一遍。”

对此，生理学家范少光曾感慨：“科学家在得出一个结论前，要尽量排除一些假象。只有自己相信的结果才可以发表，这是科学家做研究的一条基本原则。我也听到过这样一句话“做研究是见好就收”。比较上面两句话，说明了两种完全相反的态度。前者是在追求真理、发现真理；后者是在做生意，把研究当成获取名利的手段，是一个生意人，不是真正的科学家。”

“为祖国培养的人才就是我的活论文”

一个坏的教师奉送真理，一个好的教师则教人发现真理。——第斯多惠

王志均喜欢教学。1950年回国后，王志均很快就参加了教学工作。“文革”前，他每年给两三百学生讲授生理课，还给教师和研究生讲授专业课。此外，他还为北大、北师大学生讲授消化生理课。甚至，他还当过小学教师、中学生辅导员，教过农民夜校。“我深深体会到，讲课是一门艺术，当教师的应当花力气去研究它。”

范少光的生理课是王志均讲授的，他记得，“王志均先生讲课时必定穿一件整洁的白大衣，打一条领带，显



1978年迎来了科学的春天，我校王志均（右一）、陶其敏、米勒、叶恭绍教授参加了全国科学大会。

得十分认真和严肃。他讲课生动活泼，将近半个世纪后的今天，这些印象还历历在目。”

对于教学，王志均有热情，亦有很多思考，他曾多次发表文章谈教学、谈教育。

早在80年代，王志均开设“消化和内分泌”高级课就采用了讨论式教学。教师和学生各占一半时间上台讲课。教师只讲重点内容，同学分头做专业文献报告。报告后，大家提出问题一起讨论，最后由教师归纳总结。

对于培养人才，王志均认为：“首先应当是德、智、体全面发展。”他又强调：“三者中有一部合格，就可能成为废品。”

王志均注重“德”和“体”的培养，强调学生的爱国教育。在一篇文章中，王志均写到：“我体会到，接触和了解我国社会，对于培养一个青年的工作能力和扎根于祖国大地的思想，是大有帮助的。”

王志均在祖国一穷二白的时候，白手起家建起实验室，做出了成绩。他自然也希望他的学生们能扎根祖国，报效祖国。他曾多次在文章中，提及“人才外流”的忧虑。“增强爱国主义教育、改善知识分子的待遇、改善知识分子的工作条件，都是其中最主要的。”他这

样呼吁。

王志均的女儿王宪在1988年从美国进修后回国，王志均非常欣慰。王宪回忆：“他看到我能够回国，如同他当年一样在自己的国家创业，非常高兴。但由于我的爱人和孩子因种种原因不能回国，他也担忧和疑虑，多次考验性地问我，你不是为照顾我们二老，而与爱人和孩子分开，留在国内的吧？当我告诉他，我离不开自己的实验室，我真的是对我从事的职业感兴趣时，他十分欣慰。”

对于培养科学人才，他说：“应当重点培养有知识、有创新能力和有事业心的‘三有’开拓型人才。”

他主张培养学生的求知欲、自学能力、独立思考能力、独立行动能力。他在另一篇文章中写到：“培养学生创新能力的行之有效的最好办法就是进行科学研究。但在科研中，导师要用启发诱导方式来引导学生，而不是时时处处管起来。那种导师用脑、研究生用手的科研办法，是绝对培养不出创新人才的。”

王志均执教50年，培养学生数千人。1987年北京医科大学（现北大医学部）特别授予他“伯乐奖”。王志均很欣慰，教过的学生多是高、中级专业人才。他说：“我为祖国培养的这些人，其实也就

是我的活论文。他们成长得好，为人民服务得好，我论文的质量就高。”

“每一个科学工作者，他所呼吸的文化空气应当是多样的”

判天地之美，析万物之理——庄子

医学史专家张大庆教授曾回忆：“王志均先生十分重视医学史教育，他认为医学史教育不只是医学史专业人员的事情，而应当受到广泛的重视。他呼吁要加强医学史教育，提高学生的科学和人文素质。”

王志均是我国生理学史研究的开拓者之一。1986年，王志均和协和的陈孟勤教授一起主编了《中国近代生理学六十年》，成为中国近代生理学史研究的开山之作。随后，他们又动员了90多位在全国生理界具有相当资历的专家撰写了《生理学史》。

王志均曾撰文写道：“历史是不可取代的教科书，谁要是不想安于愚昧，就得向历史学习。”他总结近代中国生理学史：“在重大社会因素的影响下，我国生理学的发展呈现几度大起大落；国家科技政策的正确与否，对科技事业的发展有着难以估计的重大影响。”

他回顾文革十年，基础研究每经一次政治运动，就会受到“脱离国家实际需要”的批判而下马，或中断一段时间再恢复。“基础研究是长期投资，若不能持之以恒难以做出成果，而这些成果又是开发研究的‘源头活水’。如果没有这些源头活水，开发研究也就没有后劲，最终必然会枯竭。”他期盼科技领导者真正从思想上有此认识。

他反思解放后的生理学，遭受过的“热浪”袭击。一次向苏联学习，生理学实验室都被号召学习巴甫洛夫学说，到处建立隔音室，几年之后有几乎全部停止；一次文革后期，全国生理室都进行针刺镇痛的中枢神经系统电生理研究，许

多工作却是低水平上的互相重复。“令人奇怪的是，我们这个五千年文明史的古老国家的人民，应当是比较沉着、冷静、有涵养的人民，为什么一哄就会一窝蜂地热起来，形成不可阻挡之势？”王志均的发问，即便在现在读来依然发人深省。

王志均在《生理科学进展》杂志设立了“科教名师”栏目，亲自动笔撰写生理学大师故事。他在题记中写：“要多给人们留下一些不能忘却，也不应忘却的美好人物形象；研究他们以什么样的精神和品德，形成推动历史前进的伟大动力。”

他写名师：“名师具有强烈的吸引力，使四方八面的学子慕名而来，把他们普渡到成才的彼岸；名师的智慧和远见卓识像一盏明灯，照亮学生前进的道路。名师对科学的发展起了非常重要的推动作用。我国大力提倡科教兴国，如果没有名师、大师，又何能创建世界一流大学？有何能人才辈出，国家强盛？”

他晚年还为《生物学通报》撰写了一系列科学史和高级科普文章，如“班廷的奇迹——胰岛素的发现”、“巴甫洛夫：一个从神坛上请下来的人”、“摘下丘脑皇冠上明珠的一对竞赛冤家”等等。

王志均的这些文章文笔简洁优美，思想深入透彻，读来又生动有趣，令人简直要疑惑，这是一位生理学家的著作？

事实上，王志均的文史基础早在他幼年时期已经打下。

生于农民家庭，家虽贫但相处融洽。“我是幸运的，父母不仅给了我一个非常健康的身体，还做给我一个待人厚道、朴实、温顺的榜样。”王志均说。

他自幼仰慕村里有学识之人，因而好学苦读。他同族的祖父是前清的举人，经常指导王志均阅读文史古籍。此后，阅读文学和历史著作，成为王志均一生的业余爱好。在清华读书时，他每天必读《大公报》的社论，还选修了闻一多写的《杜甫》，陶希圣的《古代社会学史》，

收获颇丰。

日本投降时，他流着泪反复读着杜甫的《闻官军收河南河北》——“初闻涕泪满衣裳”、“漫卷诗书喜欲狂”。“我认为，爱国精神是我国人民传统民族精神的一个重要内容，千百年来从未衰减。中国人民从来就有图存自立的气概和能力，从这些由爱国热血凝成的作品中，可以受到生动而深刻的爱国注意教育，增强民族自豪感和自信心，回想起来，这对我一生都有影响。”

“我认为，每一个科学工作者，他所呼吸的文化空气应当是多样的，复杂的。历史和现实都表明，科学工作者可从这些文化空气中汲取到有益的营养，对提高自己的文化素质是有益的。”王志均如是说。

2000年12月王志均教授辞世。在王志均去世后，女儿王宪收到了海内外200多封唁电、信函。时值寒冬，500多人伫立在八宝山礼堂外，给王志均先生送行。

王志均曾任中国生理学会理事长、中国生理科学会副理事长、《生物科学进展》主编等职务，对我国生理科学的发展作出了重要贡献。直至晚年，他仍在勤勤恳恳地工作着，为国家培养生理学人才，撰写著作，推动学科的发展。

在女儿王宪眼中：父亲一生严于律己，宽以待人。他主动放弃各项优待，一生清廉俭朴。他做学问、做人的精神境界和人格风范，留给了我和我的后代，这是我一生取之不尽、用之不竭的财富。

在韩济生眼中：王志均先生淡泊名利、高风亮节，是“东西方哲学的完美结合”、“爱国主义的典范”、“启发式教育的倡导者”。

在韩启德眼中：王志均先生及其他所属的那个知识群体，是一个人文精神很强的群体。他们从事科研时是极其严谨的，但他们视野开阔，志向高远，亦可以说是有着人们现在常说的“终极关怀”意识。这样的关怀，世界与人类需要，对人自身亦有益处。

一个麻醉师、一位工程师和一座城市

■ 文 / 徐璐

“下水道代表了城市先进与否。“发展中国家或许有钱建造高楼大厦，却还没有心力来发展下水道；高楼大厦看得见，下水道看不见。”但这“看不见”的下水道，关系着整个城市的命运，正如 19 世纪中叶的伦敦。

当时伦敦的排水系统极为简陋，只能用于处理地表存水。但随着第一次工业革命进入巅峰，伦敦城市人口极速膨胀，与繁荣同步而来的则是城市卫生的脏乱差——狭窄的街道污水横流、垃圾如山。人类排泄物也被倒入老旧的地下排水管，连接到伦敦的河川溪流。一旦大雨倾盆而下，这老旧的下水道就无力接纳额外的污水，污水便会回流到房屋排水管，淹没地下室。曾经河水清澈、波光荡漾的泰晤士河成了整个城市的“化粪池”，伦敦城臭气熏天。

与肮脏的环境相伴而生的是疾病横行。1832 年，霍乱第一次在伦敦爆发，造成 5 千余人死亡。在此之后，每隔几年，病魔便会侵袭这个当时地表最富裕、人口最稠密的大都市，带走无数性命。

霍乱最初的症状是严重腹泻，接下来会出现严重脱水，进而导致肝功能衰竭，皮肤变为青灰色，病人通常在 48 小时后死亡。受害者人数众多，以致墓地供不应求，尸体停放数周也难得掩埋。更为致命的是，在当时，疾病的细菌理论还没有被发现，没有人知道这个疾病因何而来，为何传播。

为了应对霍乱，多位社会改革家、医生、牧师、工程师、人口统计学家……不断探索疾病的真相，发起社会改革，并最终找到了战胜霍乱的办法；更重要的是，卫生和清洁在 19 世纪初之前一直被视为个人事务，霍乱的屡次爆发使得公共卫生问题被推向政治舞台。

最开始，卫生官员和大部分医生普遍认为：“是笼罩都市天空的臭气（瘴气），散播了病菌。”于是，除臭行动轰轰烈烈展开，政府甚至下令冲刷下水道以减少臭气的滋生。积攒了数年之久的污垢，被冲到泰晤士河，但这一做法却适得其反，供水公司的水源——泰晤士河的水质也因此变得更差，霍乱引发的死亡人数持续增加。

最先以事实为依据置疑“瘴气理论”的是麻醉医师约翰·斯诺。他观察霍乱患者的症状后，发现霍乱袭击的是肠子，而呼吸系统基本不受霍乱的影响。他又注意到同一街道的两侧，呼吸相同的空气，但发病率却差异显著。

1853 年至 1854 年，霍乱疫情第三次在伦敦复发。斯诺又冒着被传染的风险，亲自走访当时霍乱病例的集中地——伦敦布劳德大街（Broad Street）。他与当地居民交流，全面仔细调查人们的生活起居、饮食习惯、卫生行为。进而，他发现这些患者都饮用了来自布劳德大街公共汲水筒的水。他把死亡病例的位置在地图上逐一标注，这就是著名的“斯诺的霍乱地图”。这一开创性的数据可视化证实，最接近布劳德大街汲水筒的死亡率最高，论证了“霍乱是由饮水传染的疾病”这一观点。



当时的报刊常以漫画的形式讽刺肮脏的泰晤士河



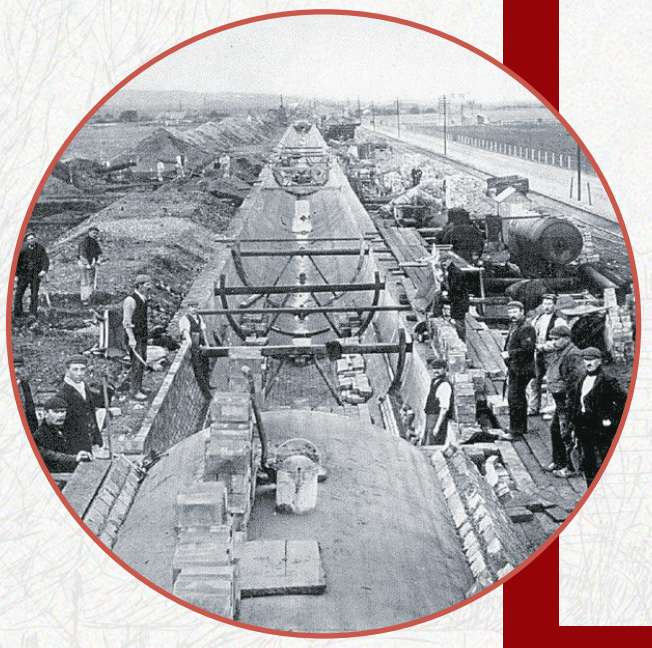
约翰·斯诺 John Snow (1813—1858)



约翰·斯诺的霍乱地图。他统计每户人家得病的人数，然后将它标记在伦敦地图上——这栋房子有一个人得病，就划一条线；两个人就划两条线



工程师约瑟夫·巴瑟杰 Joseph Bazalgette



伦敦下水道建造图

斯诺把情况报告给卫生官员，却遭到了驳回。当局迷信于“瘴气理论”，并不接受斯诺的科学论断。但庆幸的是，在他的主导下，布劳德大街汲水筒的把手被拆除，水源被封闭。他教导大家将水煮沸后饮用。几天之后，疫情就从这一街区消失了。

而今，约翰·斯诺被认为是流行病学的先驱人士，他首次使用空间统计的方法来研究疾病传播，他发表了论文《霍乱传递方式研究》。但在当时，他的思想超前于他的时代，他的理论并没有被大家接受。

与斯诺一样，坚持实地探访调研的还有一个工程师：约瑟夫·巴瑟杰。虽然不清楚水源与霍乱之间的关系，但是巴瑟杰认为：“不顾公共卫生，我们比野兽也好不到哪里去。”他将多年的心血致力于伦敦下水道系统的改造。

与斯诺的遭遇相似的是，巴瑟杰的工程方案被议会一再拖延刁难，历时 7 年，他前后五次修改方案，仍未通过审查。

直到 1858 年，被称为伦敦“大恶臭”的事件爆发。高温天气使得泰晤士河水蒸发、水位下降，河中毒臭弥漫伦敦。在民众和恶臭的共同压力下，政府只用 18 天就通过了巴瑟杰项目动工所需的所有法律草案。

1859 年，伦敦开始了对供水和排水系统的大规模改造，由地面开放式排污，改为封闭式地下管道排污，饮用水和污水分开管理。到 1865 年，工程接近完工之时，臭气从伦敦上空消失了。就在人们以为从此可以高枕无忧之时，1866 年夏天，霍乱又一次袭击了伦敦。但这次霍乱只爆发在“穷人集中”的伦敦东区，这里新的下水道工程还没完全启动。曾经阅读过斯诺文章的研究者发现，疫区的许多水池都被霍乱患者的排泄物所污染。停止供应脏水时，霍乱也就立即停止。这次霍乱，也是伦敦历史上最后一次霍乱。人们终于意识到霍乱与清洁水源之间的关系，而此时，斯诺已经过世 8 年。

随着医学的进一步发展，1883 年，德国医生罗伯特·科赫发现了霍乱是一种由霍乱弧菌引起的烈性肠道传染病，可以通过水源、食物等途径传播，霍乱的病因终被破解。

历史在一个令人哭笑不得的巧合中获得了进步。在应对霍乱的过程中，因为坚信错误的“瘴气理论”，而打造的伦敦地下水工程，其首要目的本是消除恶臭，但拯救伦敦百万居民的却是其“饮用水、污水分开”的设计思路。伦敦的下水道工程，在城市卫生治理史上做出了开创性的贡献，为其他城市效仿。

在社会各界的压力下，英国议会任命河流污染委员会调查污染状况，并开始了治理河流污染之路。1875 年，英国《大公共卫生法案》通过，其中规定：不得将未处理的污水排入河流，政府要保证本地污水不会影响本地居民健康。此后，英国通过了一系列法律，以防治河流污染。英国也成为世界史上第一个制定水环境保护法规的国家。

