

一个扎根在世界屋脊，一个用脚步丈量云南边地，他们是夫妻，也是健康扶贫路上的战友

上海80后医生伉俪的“山海情”

■本报记者 唐闻佳

西藏日喀则，白云深处可望珠峰。可身处此地的李培良无暇看风景，除了与3800多米海拔的高原反应“作战”，他得保证一定的休息，其余时间，他不是在做磨手术、撰写国家高级卒中中心申报建设方案，就是在研究学科建设的事。

李培良是复旦大学附属华山医院神经外科医生，上海市第九批援藏干部人才、第六批“组团式”援藏医疗队队员。2020年8月进藏，担任日喀则市人民医院神经外科主任，援藏服务期一年。

日喀则市人民医院由上海持续对口援建，在几代人的努力下，2018年6月，它正式挂牌“三甲”，成为西藏自治区日喀则市首家三甲综合医院。这里的神经外科，正是由华山医院神经外科“包科帮扶”。

为将华山神外的“火种”播撒在雪域高原，李培良很拼命，甚至有点“玩命”。今年3月，他刚因为一次“差点要命的感染高反”返沪休整，可没过几天，他又进藏了，一上去，又是连续5小时手术。

手术台上，脑动脉瘤患者获救了；台下，李培良瘫在办公室，吸了一小时的氧才缓过来。谈及援藏感受，李培良吐出一句话：时间不够用。他的这种紧迫感，有一个人更懂，那就是他的妻子、复旦大学附属耳鼻喉科医院眼科医生邱晓颖。

这对80后医生夫妇，是复旦大学上海医学院的同窗。2016年5月，沪滇三级医院对口帮扶云南省贫困县县级医院签约，作为上海28家签约医院之一，复旦大学附属耳鼻喉科医院与云南省临沧市第二人民医院签订帮扶责任书。2017年5月，邱晓颖作为第三批援滇医生出征，服务期半年。

跨越山海，这对上海青年医生伉俪先后支边。奋战在脱贫攻坚的重要战场上，分隔两地的他们，心始终在一起；在燃情岁月里织就着一份独特而壮美的“家国记忆”。

跑到第五棒的接力，书写着跨越几代人的“山海情”
在雪域高原上，每台手术考验患者，更考验医生

每年8月，日喀则气候最好的时光。此时，空气中的氧含量是最高的，湛蓝的天空，迎来了新一批上海援藏医生。2020年8月，李培良进藏了。从平原到高原，人需要一个适应过程，这是人体极限与自然极限的“磨合期”，短则一周，长则数月。

8月29日，还在宿舍里吸氧、仍在适应高原环境的李培良接到领队、日喀则市人民医院党委书记万兴旺的电话：“上海一个公益援藏团队里，有工作人员突发剧烈头痛，随后昏迷，怀疑脑血管意外，正在送往我们医院的路上！”

李培良二话不说赶到急诊室。20分钟后，救护车抵达，病人的情况非常差，瞳孔散大，气管插管后，气道中喷出大量血性痰液，CT提示大量蛛网膜下腔出血，动脉瘤破裂的可能性非常大。而且，患者还出现了严重的肺水肿，这是高原上的医生最不想看到的糟糕情况。

动脉瘤并非肿瘤，而是脑子里的动脉老化后鼓起的包，一旦破裂，动脉血就涌入蛛网膜下腔，瞬时的颅内高压会造成患者即刻死亡或严重破坏脑的功能，相当于一颗炸弹在脑中“轰”一声爆炸了。颅内动脉瘤破裂，在脑血管病里死亡率高达50%。

一半对一半的生死概率，怎么办？“做动脉瘤的手术，只能防止它再次‘爆炸’，但不能消除第一次‘爆炸’造成的损害。病人当时的情况即便立刻手术也是没有意义的。”李培良与呼吸科、麻醉科、ICU的同事商量后决定先通过保守治疗消除

肺水肿的影响，看看患者的意识能否好转。第二天，李培良一早去看病人，发现情况已明显好转。直觉告诉他，机不可失。看了血管造影图像后，他决定选择一种最稳妥的方式手术——闭塞载瘤动脉。

手术顺利完成，仅耗时一小时，但这对初到高原、在手术台上不能吸氧还要戴着口罩、穿20斤重铅衣的李培良来说，初战就是硬仗。下了手术台，李培良的手术衣已全部湿透，氧饱和度只有73%（正常人为98%）。用业内同行的话来说，“高原上开这种刀，考验患者，更考验医生。”

“喝了一口矿泉水，让我第一次真正知道了甘甜的滋味。”李培良直言，进藏前自己并没有想很多，因为从事医生这份职业，救人性命是职责所在；直到进藏后，他才对“健康扶贫”的意义有了更深刻的理解。

“有的人可以走出高原去看病，但也有些人的病，必须争分夺秒去救，不然他们根本没有机会赶到平原。”

李培良注意到，日喀则的动脉瘤病人以往都要转到拉萨去治疗，路上大约要5个小时，有的病人在途中再次出血，生命就此定格。

自2019年李培良的“前任”、华山医院神经外科血管组的高超医生援藏以来，他们与当地医生一起在日喀则开展起动脉瘤的治疗。2020年全年，他们治疗了15例动脉瘤，高超医生上半年救治了6例，李培良8月底进藏，到年底时救治了9例。在上海援藏医疗队过年返沪休假期间，本地主任在他们前期带教的基础上还独立救治了3例。

2020年底，西藏自治区神经外科学会在拉萨召开，西藏神经外科协会主委、自治区人民医院神经外科主任感慨地说：“以前我们很多动脉瘤病人从日喀则来，现在几乎没有了。”

日喀则市人民医院不仅承担本地老百姓的救治任务，有时还要救助阿里地区的患者。因为日喀则市人民医院是距阿里最近的三甲医院，病人如果送到拉萨，急症患者恐怕“等不起”。李培良直言，在上海当医生，每天需要面对海量患者，而在高原上，患者远没那么多，面对的却是“质的变化”：医疗扶贫为脱贫攻坚筑起了健康防线，这里的学科以肉眼可见的速度日益发展壮大，造福着一个又一个患者。

一个人，能做一点点事；一群人，持之以



▲李培良在日喀则当地电台做卒中防治宣传。



▲邱晓颖在云南下乡义诊。

“我们不仅仅是在付出，更是在收获。支边让我们明白了很多东西不是理所当然的，更愿意珍惜当下；我们更坚定了自己的方向，明白了医学的意义。我们能用自己的所学去让这个社会、这个国家变得更美好，本身就是一件非常幸福的事。”

恒，就能迎来改变。如今，日喀则市人民医院神经外科已迎来四批华山医院神经外科的专家，接力棒传到李培良手上，是第五棒。其中，跑第一棒的吴惺医生已不幸因病离世，“吴惺医生把显微镜背上高原，当地车祸多，他们就琢磨着把颅脑外伤的救治体系建立起来，通过三批医生带教当地医生，让他们可以独立完成这类手术。紧接着，大家把目光投向当地神经外科发病率第二的动脉瘤，我就‘接棒’出征了。”

2021年2月25日，全国脱贫攻坚总结表彰大会召开，华山医院神经外科获“全国脱贫攻坚先进集体”称号，大大的奖状记录着这群医生、这个学科跨越几代人的“山海情”，李培良正是这个先进集体中的一员。

在一次次送医下乡中读懂中国，重新认识医学思考医学
驴友眼中的美景，却也是困住山民就医的“天堑”，山上的老人出不来，得不到医治就瞎了

在同事眼里，李培良是优秀的青年医生，而李培良却说，妻子邱晓颖才是“先行者”。2017年，在复旦大学附属耳鼻喉科医院工作的邱晓颖升任主治医师，获得了支边资格。她立马向医院申请援滇，当然，也获得了“老李”（邱晓颖对李培良的称呼）的支持。

于是，这两个从小在城市里长大的年轻人在地图上找寻临沧的位置。一看，地处中缅边境。“我知道那里很偏，但再偏僻也总得有人去，就我去吧。”邱晓颖笑言。

2017年5月，邱晓颖与同事于慧医生搭乘飞机抵达临沧，这是一个与缅甸交界的云南地级市，因临近澜沧江，得名“临沧”。出了机场，车辆行驶在大山之中，蜿蜒的道路两边还有热闹的鸡、鸭、羊群作伴，很快，这些小家伙看不见了，全是盘山路。

这是邱晓颖与临沧的初次见面，一个典型的云南边境小城。抵达临沧二院，热情的欢迎仪式后，邱晓颖与同事来到五官科。28张床位，两名主任，近10名当地医生，两张木制手术床，一台显微镜，一台老型号的超声乳化仪，两套手柄……与上海医院的巨大差距无形中激起邱晓颖满满的干劲，“得抓紧时间干活！”

邱晓颖的专业是眼科，她靠着科室的设备开展新技术——白内障超声乳化手术的带教。这是在上海、北京等大城市早已成熟开展的手术。应用了这项新技术，当地患者的术后视力及恢复明显优于当地以往开展的白内障囊外摘除术。

邱晓颖发现，翼状胬肉是当地发病率较高的疾病之一，于是就开展起针对住院医师的“翼状胬肉切除+自体结膜移植”规范手术带教，大大降低了胬肉的复发率。随着新技术逐渐开展起来，临沧二院五官科疾病的诊疗范围扩大了，门诊量稳步增加。与此同时，当地五官科患者向上级医院转出的比例明显下降了，患者的经济负担减轻了。渐渐地，听说“有上海专家来了”，一些周边县的患者也来了。

“当然，医疗扶贫不能简单地以完成多少门诊、手术量来衡量成效，而是要通过两家医院专业科室的精准对接，结合当地实际情况，因地制宜传授技能，最终培养一支由被帮扶医院自己人员构成的、并可持续发展的人才队伍。”邱晓颖在一次小结中写道。

日子一天天过着，邱晓颖发现，光在临沧二院坐等病人还不够。“临沧市下面还有七个县，有人知道上海专家来了，会跑来看病，但还有很多老人住在山里，如果没有小辈的帮助根本出不来，得不到及时治疗，眼睛就瞎了。”为此，邱晓颖和于慧曾多次奔赴邦东、平村、乌木龙彝族乡“送医下乡”。

一次次翻山越岭，一次次下乡，一次次重构着这些大城市医生的“见识”。云南少数民族众多，邱晓颖其实与大部分患者是语言不通的，但在完成一次次成功治疗后，邱晓颖几乎不需要用语言就能读懂患者；刚来时，他们大多躺在床上，眼神木木的；治疗后，他们的脸上有了笑容，眼里更有光了。

为了表示感谢，山民们拿来大萝卜送给邱晓颖。与富含水分的大萝卜一样，邱晓颖的心情也是沉甸甸的。她说，临沧市除了5%的市区，95%的地方是山区，这些大山是驴友眼中的美景，却也是困住山民就医的“天堑”。

邱晓颖在下乡的夜晚，真正见识了什么叫“伸手不见五指”，远离城市的灯光，让她看到了这辈子都不会忘的星河。也是在这些地方，她感怀于山坳深处乡村医生们的坚守，更是重新认识了学了十多年的“临床医学”。

一次下乡，她遇到一名老太太，老人借着自己十分微弱的视觉，从家里蹒跚走到山坡的梯田上务农。“可以手术治疗好的！”“没有钱……”“我们可以去联系慈善资助。”“出去一趟，天折了……”类似对话，邱晓颖遇到过多次。她发现，当地人更迫切的诉求是“希望大专家带药进来”，他们可以吃药，获得治疗。

“医学的‘高精尖’固然重要，而医学的普及性同样重要，我们能否研究一些更简单、可普及的治疗方法，比如药品，这或许对当地人稀、现代医学难以触及及的偏远地区老百姓更有帮助。”邱晓颖说。

健康扶贫没有终点，能学以致用是件幸福的事
支边让我们明白，很多东西不是理所当然的，更愿意珍惜当下

“技术扶贫很重要，观念扶贫同样重要。”同样是在边城行医，这点是邱晓颖与李培良的共鸣——得让老百姓重视健康，愿意治疗；必须拔掉绊脚石带老百姓“小病扛、大病拖”的固有思维，这也是她与公司同事坚持一次次下乡的动力之源，希望“把健康送进大山”。

在妻子选择用脚步丈量大山之后，李培良从援藏开始拿起了话筒，他坚持去日喀则当地电台做节目，“要到当地人多的地方去，宣传健康保健的重要性”。

作为健康扶贫战线上的“战友”，这两年，这对医生夫妇聚少离多。他们在微信朋友圈的问候也很特别：直奔主题的案例讨论，发现问题、剖析困难，寻求解决之道。“战友”间的问候往往以相互加油结尾，简洁而不失力量。

有个案例，就曾让李培良久久难以释怀。有一天上班，李培良得知病房在夜里收了一位藏族老妈妈，68岁，动脉瘤导致蛛网膜下腔出血，出血程度很重，她的意识已经模糊了。

“昨天为什么不马上通知我，这在上海得让急诊手术待命。”李培良问值班医生，得到的答复是“家属不愿做手术，连CT血管造影都不愿意做”。

李培良有点不敢相信，把家属请来亲自和他们谈，结果，家属确实不同意，还坚决要求出院。后来他才知道，大城市里的许多患者因神经外科手术重获新生，而在日喀则地区，当地人对“脑袋上动刀”的手术依旧抗拒，在疾病威胁与手术风险的权衡中，他们更担心手术的风险。

就在女儿办理出院手续之际，病房里突然传来呼叫声，大伙赶去一看，老妈妈已经没有了反应，瞳孔散大，动脉瘤再次破裂出血了。老妈妈走了，女儿痛哭流涕……

“在华山医院神经外科对口支援日喀则市人民医院后，这里的神经外科手术水平能够达到上海一般三甲医院的平均水平，各类病人都能得到有效治疗，但这一年我也发现，人们普遍对现代医学的理解存在偏差，缺乏正确的防病、治病意识。”眼下，李培良正全力推进日喀则市人民医院国家高级卒中中心的建设工作。

“日喀则市人民医院作为80万平方公里土地上唯一一家三甲医院，其责任是带动地区整体的医疗发展，日喀则市最远的县到市区可能只有7个多小时的车程，而溶栓治疗的时间窗口只有4.5个小时，如果不在当地做溶栓，而是要转到市区再做溶栓，病人根本没有办法得到及时救治。高级卒中中心的作用是指导区域范围内的二级医院建设初级卒中防治中心，构建卒中防治的医联体，达到分级诊疗，双向转诊的目标。”华山医院院长、神经外科常务副主任毛颖教授的话更坚定了李培良的决心。

在周末，李培良还和同事们一起到亚东、定日、江孜、拉孜、萨迦、白朗等县对基层医生进行基础卒中防治知识培训，签订医联体协议，互加微信群，让他们一旦遇到疑似病人，能第一时间联系到最专业的医生进行会诊，并及时转诊。

邱晓颖的医疗扶贫工作也在继续着。尽管2017年底她已圆满完成援滇任务，但她依旧心系当地科室的发展。2018年11月，复旦大学附属耳鼻喉科医院在以往工作的基础上成立了“彩云桥”援滇帮扶青年突击队，由邱晓颖担任队长，除了派出医生，他们还利用远程手段、送医下乡、学术讲座等形式持续对临沧二院的对口帮扶工作。

这两年来，这批年轻人多次深入村镇，尽管在下乡途中，队员们曾多次遭遇山体滑坡、落石、乘坐的车辆刹车失灵被迫跳车的险情，但这些都没能阻挡队员们为当地百姓服务的一腔热忱，他们的足迹遍布临沧地区的七乡一镇，义诊患者多达4700人次。

“我们不仅仅是在付出，更是在收获。支边让我们明白了很多东西不是理所当然的，更愿意珍惜当下；我们更坚定了自己的方向，明白了医学的意义。我们能用自己的所学去让这个社会、这个国家变得更美好，本身就是一件非常幸福的事。”在上海的诊室接受采访时，邱晓颖如是说。

3800多米海拔的高原上，李培良这个身高一米八的大小伙，最近刚刚“死里逃生”。今年春节假期结束后，上海援藏医疗队返回日喀则。冬季的日喀则，空气中的氧含量更低，气候更恶劣，但李培良与队友们却以比夏季初到日喀则时更快的速度投入工作中。抵达后的第4天，病房来了一个动脉瘤破裂的急诊病人，李培良赶紧穿着铅衣给他做了动脉瘤的栓塞手术。与此同时，日喀则市人民医院的卒中中心建设事宜进入关键阶段，5月评审在即，李培良连续3天工作到凌晨……千头万绪中，李培良病了，送院检查发现，他的左心房、右心房和右心室都明显扩大，肺动脉高压，各项感染指标明显升高，情况严重。

这次生死经历，让李培良感慨良多。虽然高原反应很考验人，但始终有同志前赴后继，积极报名投身到支援高原和边疆的工作中。“这种热情，在上高原前是出于对工作的热爱和对国家建设的热爱，到了高原工作后，这种热情变成了对高原、对边疆日新月异变化的切身感受；我们给当地带来的巨大变化是以肉眼可见的状态呈现的，这是让人颇为振奋的地方，也是为什么很多人愿意坚持上高原工作，以及援藏期满后长期关心服务边疆的动力源泉。”

▲邱晓颖与在日喀则的丈夫李培良视频连线。本报记者 袁婧摄



生活中的李培良邱晓颖夫妇。