



王贝贝：针药并施 守护群众安康

本报记者 马永伟

在诊室为患者把脉问诊，在病房不停地查房、下医嘱、写病历……每个工作日，王贝贝都不停地穿梭于诊室和病房，日复一日地重复着这样普通平凡的工作。

把普通平凡的工作做到极致，就是不平凡。

作为聊城市第四人民医院中医科副主任、副主任医师，行医十余年来，王贝贝坚持心身同治、针药并施，坚信临床中对患者的治疗不是从吃药针灸等疗法开始的，而是从接触到患者的那一刻便开始了。让患者感受到医生对他们的关注和帮助，不仅祛痛治病，也把医者的温度传递给了患者。

“身为一名中医药人，要不断从传统中医药文化中汲取智慧和经验，助患者养好心身，护佑群众健康。”王贝贝说。

俯下身耐心为患者诊疗答疑

1月8日，吹了一夜寒风的水城气温骤降。王贝贝在诊室里一如既往地忙碌，但患者却在她一句句问候、关怀、叮嘱中感受到了温暖。

“还是感觉身上没劲儿，吃不下饭，睡觉也很浅。”来自阳谷县李台镇的甄先生在女儿的陪伴下走进诊室，忧心忡忡地告诉王贝贝。

把脉、听诊、查看舌苔后，王贝贝说：“您的脉象平稳，日常还是多休息，涵养心身，配合药物治疗。”

开完药方后，王贝贝见甄先生仍郁郁寡欢，便开导他：“除了药物治疗，睡前可以泡泡脚，自己按摩手腕处的神门、内关等穴位。”王贝贝一边示范一边说，“或者每晚坐在床上静静地感受自己的呼吸，慢慢就能达到心平气和的状态，对睡眠会有很大帮助。”

“回家后，我一定按您说的做。”甄先生露出笑容。

在诊室里，记者注意到，王贝贝平均为每名患者检查、诊断、讲解时间在10分钟以上。采访中多名患者表示，王大夫对待患者十分耐心，不厌其烦地解释病因和治疗重点，是一位不折不扣的“暖医”。

当天上午送走诊室的最后一名患者，来不及休息，王贝贝迅速赶到医院病房区，查看患者康复情况。

“大娘，别紧张，我给您听听。”

“我先给您摸摸脉，伸出舌头看看舌苔。”

“痰还多吗？大便干不干？还经常出汗吗？”

对待每一名患者，王贝贝总是耐心细致地查看他们的病情，询问他们的症状变化，叮嘱患者或家属注意事项，赢得受诊群众的一致好评。

中医心理疗法结合针药应对焦虑症

大学期间，王贝贝学的是中医心理学专业，工作以后接触到大量的心身疾病患者。有研究表明，80%的疾病都和心理因素有关。王贝贝认为，症状是心灵的呼唤，心理因素在疾病的发生发展过程中起到非常重要的作用。

“焦虑症是常见神经症疾病，常和抑郁同时出现，多表现为过度紧张、恐惧、担忧。”王贝贝介绍，焦虑患者会伴随坐立不安、植物神经功能失调等，单一的药物治疗虽对减轻临床症状、缓解病情有一定效果，但是会出现不良反应，所以亟待探索新型治疗方式。

“中医心理疗法结合针药在治疗焦虑症中效果显著。”王贝贝说。

俗话说心病还须心药医。所谓中医心理疗法，是根据中医学理论，通过调节精神情志治疗疾病的一种方法，包括以情胜情法、顺情从欲法、移情易性法、暗示解惑法、音乐疗法、导引吐纳法等。医者要尽量多与患者交流沟通，明确患者内心苦闷原因，依据患者描述进行科学解释，拉近医患之间的距离，增加患者对医护人员的信任感，“还需积极鼓励患者表达需求，疏导患者不良情绪，在治疗过程中保持足够的耐心和同理心。”王贝贝告诉记者。

早在两千多年前，《黄帝内经》中已提出了“形神合一”理论，指出“情志致病”，认为怒、喜、忧、思、悲、恐、惊可直接引发脏腑功能失调、气血不足、阴阳失衡，导致心身疾病的发生。“焦虑症属于中医的郁病范畴，分为肝郁气滞、痰热上扰、心胆气虚等证型，可辨证治疗，这是中医治疗的精髓，符合以人为本以及因人而异的基本治疗原则。”王贝贝说。

对于精神情志类疾病，针灸有着独特的优势，《黄帝内经》中有大量针刺治神的记载，如

王贝贝在为患者诊断病情

“凡刺之真，必先治神”“凡刺之法，先必本于神”。

经过长期研究和临床实践，王贝贝发现针药与中医心理疗法相结合，可实现优势叠加，提高临床疗效，缩短患者住院时间。

养生最重要的是养心身

通过在五行针灸班、成无己中医经典讲堂《伤寒论》学习班、经典本草研习班、中医临证课等培训班的刻苦学习和努力钻研，王贝贝形成了独到的中医养生见解。

临床中，王贝贝注重心身同治、针药并施。另外，她还发现，很多患者不知道在日常生活中如何保养，对一些养生方法更是知之甚少。“让中医养生惠及更多百姓，我们还有很多工作要做，还有很长的路要走。”

说到养生，王贝贝觉得最重要的就是养心身，要好吃好睡，养成良好的生活习惯。“吃好，不在于吃多少，怎么吃才重要，尤其是生病的时候。吃好睡好了，精神自然充足，这是最好的补药，也是养生的基础。”

很多人该吃饭睡觉的时候、走路的时候，甚至治病接受治疗的时候都在看手机，这是一种形神分离的状态，是一种不自知的状态。“对自己当下的状态要有自知，只有自知，才能‘形与神俱、形神合一’。”王贝贝说。

养心怎么养呢？王贝贝说：“中医是长在传统文化这棵大树上的，传统文化是源头活水。对于传统文化的学习，有助于我们建立一种通达而智慧的人生观和生命观。人生喜忧参半，要用一颗豁达的平常心面对人生的顺境和逆境，尊重和接纳生命的生老病死自然规律，生命是一场修行，一种体验。”

(照片由马新涛拍摄)

王贝贝在查房