

不遵医嘱 伤人害己

医生的千叮万嘱,总被一些患者当成耳旁风,最终演变成一出出本不该发生的悲剧,害了自己,伤了家人。

◆全球难题

这是一封医生的来信:“5年前,小李找我看病,通过病史得知他是乙肝患者,因为熬夜和酗酒,年纪轻轻已是大腹便便。如不及时治疗,后果将不堪设想。刚开始,他还比较配合,可复查之后,便再也没来过医院。我打过很多次随访电话,督促小李按时服药、复诊,坚决不能再酗酒。无奈的是,小李从最先的敷衍,最后演化成彻底不接电话。很长一段时间,我甚至产生了自我怀疑,当医生没什么用,又没有病人愿意听你的。5年后,小李再次找到我,他比5年前还要胖,一检查肝功能,不但转氨酶超过正常值的100多倍,连胆红素也飙升到了最高值。虽被及时收治住院,但因为重型肝炎,多器官功能衰竭,三十来岁的小李最终撒手人寰,他的孩子才刚刚会喊爸爸。”

与小李情况类似的患者不在少数。中国抗癌协会乳腺癌专业委员会的数据显示,39.1%的患者没有按照医嘱进行内分泌治疗。国内首次精神分裂症门诊患者服药依从性调查显示,约三成患者存在服药依从性问题。

国外情况同样不乐观。一项对全欧洲哮喘患儿的调查显示,高达38%的孩子没有规律使用药物来控制哮喘;美国每年开出的数百万张处方中,有半数患者不按“方”治疗,用药方面不遵医嘱的比例最高可达93%。其中,老年患者不遵医嘱服药的情况更为普遍,尤其是慢性疾病需要长期用药的患者。

◆七大表现

在专家们看来,不遵医嘱轻则会加重或导致疾病复发,严重时甚至会要命。世界卫生组织曾发出呼吁,严格遵照医嘱治疗是减少全球慢性病复发率和死亡率的关键。不遵医嘱主要表现在以下七个方面:

不检查。华盛顿大学调查发现,结直肠癌中危患者中,仅有38.2%和58%的患者听从医生建议进行结肠镜检查、结直肠癌筛查。

不科学用药。中日友好医院内分泌科主任邢小燕说,有些患者不按时服药、忘记服药;有些听信朋友介绍,随意换药或寻求“偏方、特效药”;还有些患者出于对药物副作用的担心,在疾病稍微好转时,就擅自停药或减药。最新的国家药品不良反应监测数据显示,65岁以上老年患者药品不良反应报告比例高达28.7%。

不定期复查。一项针对急性脑血管病出院患者的调查显示,仅有17.52%的患者能做到规范复诊。北京天坛医院介入神经病学科主任缪中荣说,很多慢性病患者在症状缓解后,会忽视

疾病复发的危险,导致复诊率低。

不规范饮食。服药期间,应忌烟酒、辛辣的食物,但总有些患者管不住嘴,结果就是病情复发或加重。比如,摄入油脂过量,会导致直肠癌、乳腺癌复发;喜欢重口味,高血压会不好控制等。

不接受手术。“有些患者对手术抱有怀疑态度,能吃药就绝不手术;或因费用高而拒绝手术。”缪中荣说,他曾接诊过一位脑血管狭窄患者,因拒绝及时的手术治疗,两个月后发生了血管闭塞,最终导致瘫痪和失语。

不调整生活习惯。邢小燕说,诸如缺乏锻炼、吸烟酗酒、作息不规律等生活方式造成的慢性病越来越多,但真正把医生“多运动、戒烟限酒”的话放在心上,并作出调整的患者并不多。

不进行术后康复。术后康复训练有助于维持机体正常的生理功能水平。比如,心脏病或骨科患者需要生理和心理的康复训练,可很多人对此并不太重视。

◆医患合力

“在医患矛盾的舆论环境下,患者对医生总有些不信任,这种心态会让患者疑虑,医生是不是给我过度医疗了。”北京大学医学人文研究院教授王一方说,尤其在信息爆炸的互联网时代,不少患者更愿意借助网络或听从朋友的经验来“看病”。邢小燕和缪中荣则认为,不遵医嘱的最大问题是患者缺乏医学常识所致。全国居民健康素养监测数据显示,包括合理用药在内的基本医疗素养仅为9.56%;其次,中西医之间、医生与患者之间本身存在用药和治疗的差异,患者不知到底该听谁的;再次,医生与患者沟通太少,疏于解释医嘱的详细内容。此外,长期养成的不良习惯短时间难以改变,也让遵守医嘱变得困难。

专家们认为,“遵医嘱”不是单方面的行为,患者和医生都需提高人文情怀。患者要在四方面做到位:1.就诊。说明自己的疾病史和用药顾虑,以便医生制定最佳治疗方案。2.取药。询问药物的用法用量、注意事项等。老人可借助药盒,将一天甚至一周的药物提前分装好,防止错服

或误服。3.服药。定时、定量服药,若出现不良反应,及时就医。同时,让家属进行饮食、运动方面的监督。4.复诊。慢性病患者在病情好转时,应到医院定期复查。此外,日常坚持监测血压、血糖,并制成表格,就诊时带给医生参考;术后的患者则要注重康复训练,从医生角度说,则要把好四道关。1.规范关。书写工整,让患者能看懂。2.语言关。耐心、具体地解释医嘱后,让患者复述,并留下联系方式。3.科普关。若没有时间沟通,可将治疗的注意事项打印后发给患者。4.干预关。比如,医院可成立糖尿病健康教育门诊,配备营养师,对患者饮食、运动进行监督干预。

不遵医嘱也是国外难题,但他们的一些经验值得我们借鉴。比如,美国很早就在法律上强制规定:药剂师必须指导病人安全用药,经常不遵医嘱的病人,医院会将其列入黑名单,严重者会被开除出院。英国公立医院则对那些有长期吸烟记录且屡教不改者采取冷落态度,若患者投诉,院方会拿出问诊记录中患者许诺会改进生活习惯的签名,让对方哑口无言。

(时报)