

# 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，最终导致偏瘫和失语。

**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、医生与医生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，医生与患者沟通过少，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发好，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。书写作工整，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)