中国医护从业人员职业现状调研

2020.5

南方周末 × 赛诺菲

独家数据支持
丁香园

01

项目背景

▼

据国家卫健委数据显示：2018年，我国卫生健康系统人员总数达到了1231万人，每千人口医生数达到了2.59人，每千人口的护士数达到了2.94人，超过了中等收入国家的平均水平。全国门急诊总量超过83亿人次，出院量超过2.5亿人次。我国医疗行业正处于快速发展时期，医护从业人员压力高、责任大、负荷重，正逐渐成为职业焦虑困扰的高发人群。

▼

南方周末联合赛诺菲，展开医护从业人员职业关怀计划——**中国医声**，计划针对广大医护从业人员进行职业现状调研，探讨如何缓解减轻医护人员职业压力，向医护人员推广压力管理的积极措施。该计划旨在关爱医护从业人员群体，同时也让公众理解医护人员的工作现状，助于创造良好的医疗环境，惠及民生，推动公共医疗事业的发展。

2020 年新冠肺炎爆发，医护人员冲在抗疫救人的第一线，为了国家和人民牺牲小我，但同时面临着巨大的职业压力和职业暴露风险。医护从业者是这场战疫中的逆行者，也是当之无愧的平凡英雄，这个群体理应得到更多的关注与理解。

报告提炼

- 医护人员的日常和很多“社畜”相似，同样是**外卖咖啡续命，24 小时 on call**；而不同的是这些辛苦日常之余，他们**学海苦作舟**，明知路漫漫其修远，**依然保持热爱**。
- 一场突如其来的新冠疫情确实给医护从业者带来更多职业压力，但是相较于日常的工作压力却并没有非常大的波动，侧面反应了医护从业者的职业焦虑是**日常性而非偶发性**。
- 医护人员的悲欢其实并不相通，我们可以看到**“北上广不相信眼泪”**，也看到他们 **“终究是一个人抗下了所有”** 。
- 他们和我们一样，也会经历**“后浪”的焦虑与迷茫**，同时也经历着**“越长大，越从容”**，在**“零错误、零容忍”**的职业高压下，他们仍然能保持理性处事，偶尔也**向往诗和远方**。
- 医护医治别人，有时候我们竟然忽略了，**医护也是患者**；常年累月的高强度工作量和职业焦虑让不少医护从业者受各种大病小痛所累。
- 用信任与包容铸成医护从业者的铠甲，加强**分级诊疗**、**医院智慧服务**的建设，通过**数字化管理工具**为医护排忧解难，站在统一战线，抵抗共同的疾病敌人。

02

研究回顾

定性研究 – 线上深访 & 资料整理

分别对**罕见病学**、**慢性病学**、**神经科室**的医生、**妇产科**护士进行线上深访，对**疾控中心**的访谈资料进行整理

▼

定量研究 – 线上调研问卷

通过丁香园平台，完成有效问卷收集共 **2275** 份
问卷发放时间：**2020 年 3 月 30 日 –4 月 8 日**

▼

OSI-R 职业压力量表

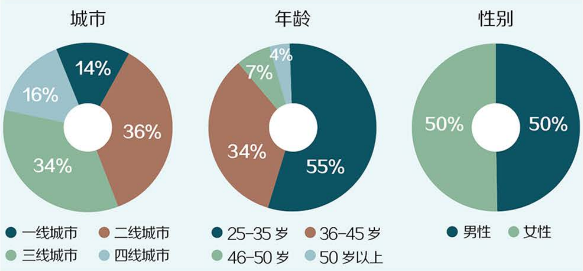
分为三大部分：
职业压力测试（分数越高，压力越大，大于 72 分表示存在压力）
紧张反应测试（分数越高，紧张反应越大，大于 48 分表示存在紧张反应）
压力调节能力测试（分数越高，应对压力的能力和资源越强，大于 48 分表示应对能力强）
通过计算被访者的分数，分析个体是否存在职业压力、压力反应强弱如何，以及是否有足够的资源和能力调节压力

▼

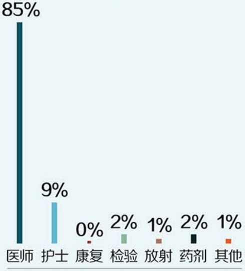
数据呈现

因各分类人群做百分比统计时会有四舍五入，所以在累计百分比时会出现 100±1% 的情况

样本分析

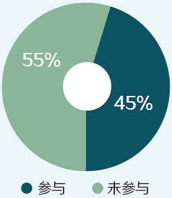


职务范围



其他职务：心理师、营养师等

是否参与新冠救治



注：样本量 n=2275，单位：人

03

医护从业者职业现状综述

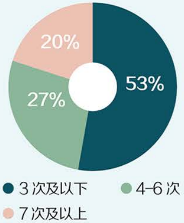
外卖咖啡续命成常态，大病小病接踵而来

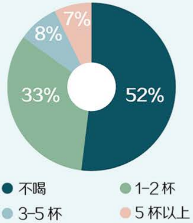
近一半医护从业者就餐以外卖为主，且天天喝咖啡。
饮食不规律、不健康以及繁重的工作
也导致慢性病与职业病随之而来。

47% 医护被访者工作日就餐以外卖为主，**48%** 的被访者天天喝咖啡

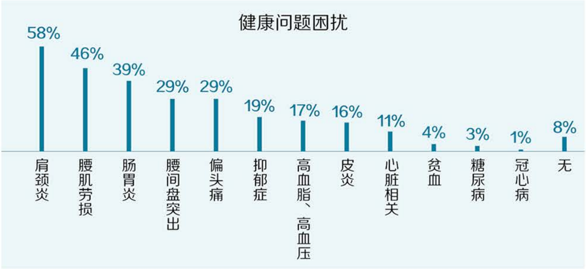
工作时段外卖就餐频率
（一周内）

工作日每天喝咖啡数量





慢性病与职业病多发：患有肩颈炎的被访者占比高达 **58%**，腰肌劳损 **46%**，肠胃炎 **39%**，腰椎间盘突出和偏头痛 **29%**……



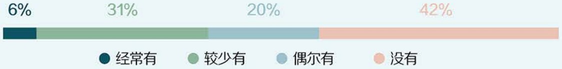
样本量 n=2275

---

24 小时 “on call”

七成以上的被访者表示缺乏充足的个人时间，
年轻的初级医师感受最明显；
但副高级、正高级医师在休息时，更易受到工作的打扰。

是否有“充足的个人时间”



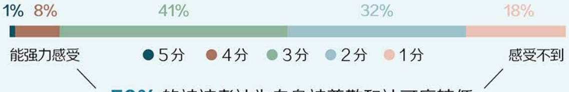
50% 的被访者表示“休假时还经常受到工作打扰”

样本量 n=2275

渴望被认可、被陪伴，暂别“二娃计划”

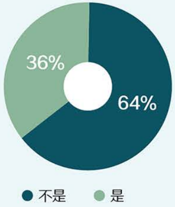
只有不到 10% 的医护感受到自身职业被尊敬和认可。
而工作的繁忙也压缩了一些医护的社交空间，不少被访者伴侣为同行。
而工作的特殊性导致陪伴家庭时间短，过半医护暂不考虑生二胎。

被尊敬与认可度

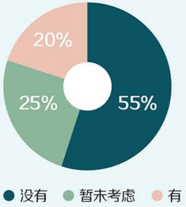


50% 的被访者认为自身被尊敬和认可度较低

伴侣是否为医护行业从业者



未来是否有生二胎的意愿



36% 已婚被访者的伴侣同为医护行业人员

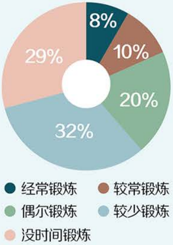
55% 的被访者明确表示“没有生二胎的意愿”

样本量 n=2275

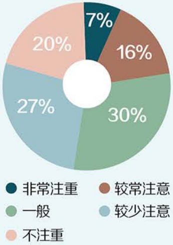
除了工作，他们需要更多属于自己的“小确幸”

饮食不规律、运动时间少是多数医护从业者的现状，三四线城市定期体检人数较少。

运动健身态度调查



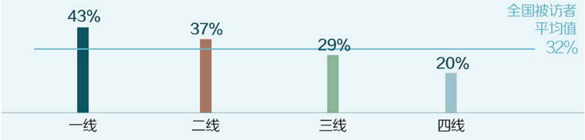
饮食习惯态度调查



61% 的被访者缺乏运动健身的时间

47% 被访者饮食不规律，较少注重营养搭配

各级城市经常定期体检人数占比

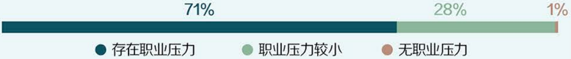


样本量 n=2275

苦大而不愁深，解压能力待提升

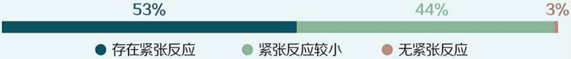
大多数医护人员都存在明显的职业压力，过半医护从业者存在明显的压力紧张反应，缓解压力的能力和资源需要得到提高和改善。

职业压力测试 （均分为77.2）



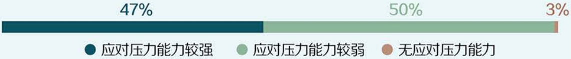
注：通过计算被访者的分数来判断职业压力状况——分数越高，压力越大，大于72分表示存在压力

紧张反应测试 （均分为48.27）



注：通过计算被访者的分数判断是否存在紧张反应——大于48分表示存在紧张反应

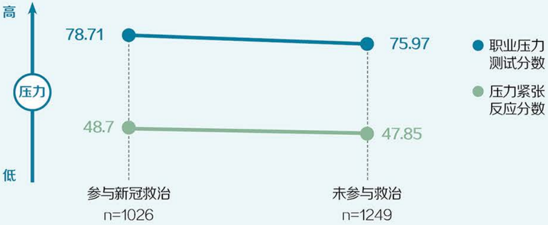
压力调节测试 （均分为46.95）



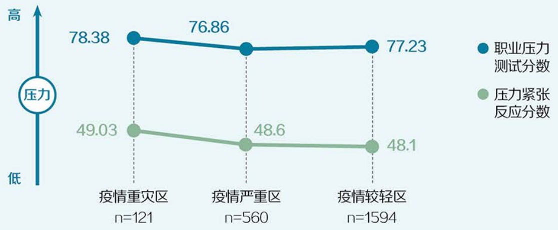
注：通过计算被访者的分数分析其压力调整能力——分数越高，应对压力的能力和资源越强，
大于48分表示应对能力强

新冠疫情的影响：有压力，但并非惊涛骇浪

参与过新冠肺炎救治的医护从业者职业压力更大、压力反应更强，但程度不明显



不同疫情状况地区医护人员压力普遍较高，无明显地区差异

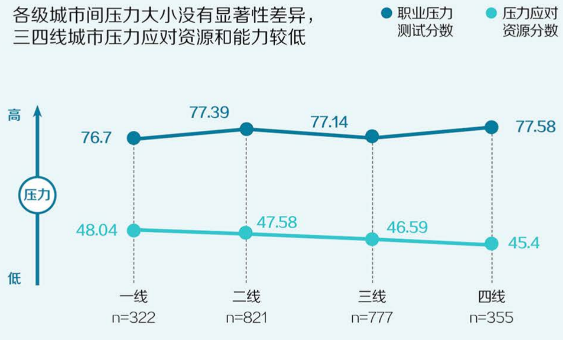


注：职业压力测试（分数越高，压力越大，大于 72 分表示存在压力）；
紧张反应测试（分数越高，紧张反应越大，大于 48 分表示存在紧张反应）

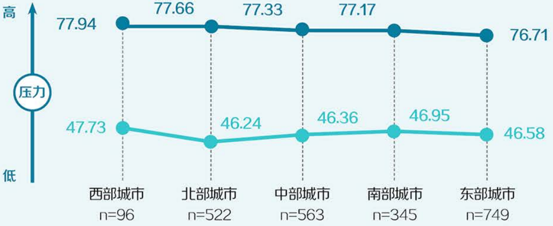
“北上广”不相信眼泪

不同城市级别、不同区域医护人员职业压力无明显区别，但是一二线城市医护人员应对压力的资源和能力略高一些。

各级城市间压力大小没有显著性差异，
三四线城市压力应对资源和能力较低



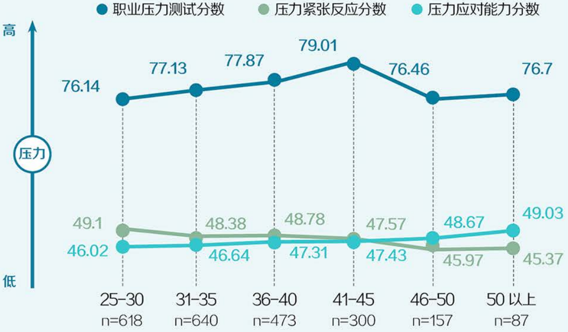
各区域城市间的压力大小并无显著性差异，
北部城市压力应对资源和能力略低



注：职业压力测试（分数越高，压力越大，大于 72 分表示存在压力）；
压力应对资源（分数越高，应对压力的能力和资源越强，大于 48 分表示应对能力强）

“后浪”的焦虑与迷茫

已经有一定工作经验积累的青年医护从业者压力大，
初入职场年轻医护更易产生压力紧张反应，
而随着年龄的增长和经验的积累，职业应对会逐渐好转。

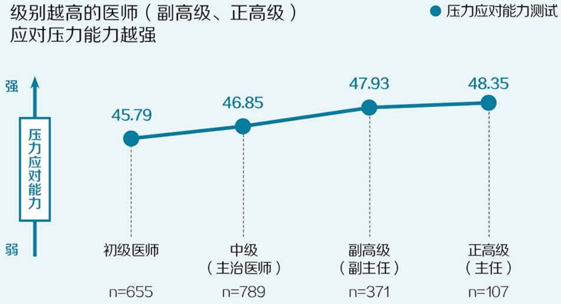


41-45 岁青年医护从业者职业压力最大
25-30 岁的年轻医护压力紧张反应最明显
随着年龄的增长，医护从业者压力应对资源和能力逐渐提高

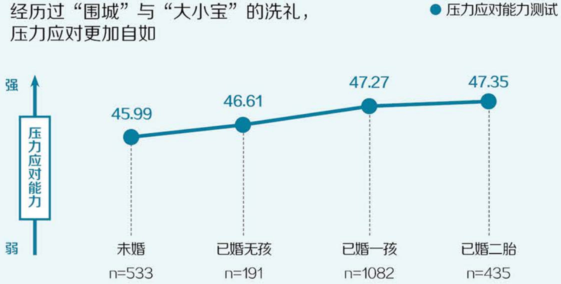
注：职业压力测试（分数越高，压力越大，大于 72 分表示存在压力）
压力紧张反应（分数越高，紧张反应越大，大于 48 分表示存在紧张反应）
压力应对能力（分数越高，应对压力的能力和资源越强，大于 48 分表示应对能力强）

越“长大”，越从容

应对职业压力的能力不仅与级别相关也与人生阶段相关。



级别越高的医师（副高级、正高级）
应对压力能力越强



经历过“围城”与“大小宝”的洗礼，
压力应对更加自如

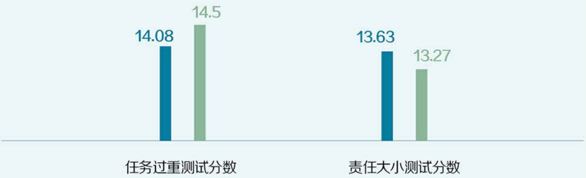
注：压力应对能力测试（分数越高，应对压力的能力和资源越强）

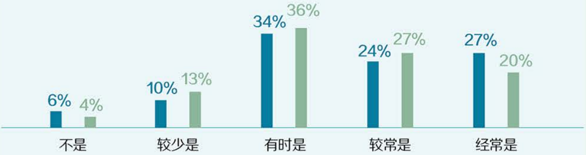
护士 VS 医生小剧场

工作任务更轻但接触病人更多

● 护士 ● 医生

**护士相较于医生而言，工作任务较轻，
但工作中密切接触病人，
51% 的护士认为每天需要应对的人太多。**

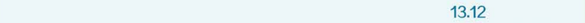

压力源测试分数（护士 VS 医生）

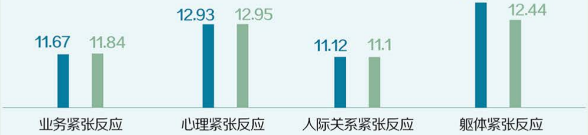

“工作中，每天需要应对的人太多”

护士更受到职业病困扰

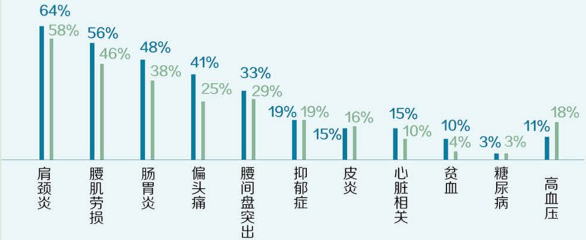
● 护士 ● 医生

**护士的躯体紧张反应较于医生而言更加明显，
其中肩颈炎、腰肌劳损、肠胃炎、偏头痛等职业病的患者
占比明显高于医生群体。**


压力紧张反应分数（护士 VS 医生）



健康问题困扰（患者人数占比）



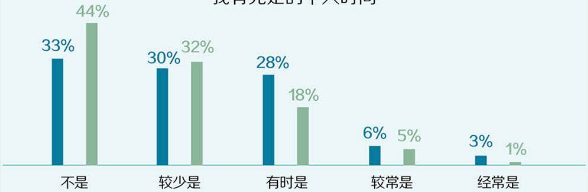
护士 n=197，医生 n=1922

护士群体有相对更多的休息时间

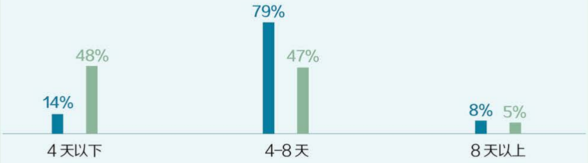
● 护士 ● 医生

79% 的护士每月休息 4-8 天，
而 48% 的医生每月休息天数在 4 天以下。

“我有充足的个人时间”



“每月休息天数”



04

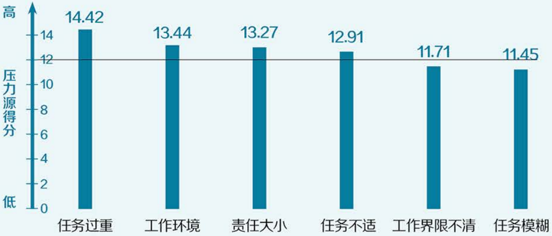
医护从业者职业压力分析

职业压力测试 | 压力紧张反应 | 应对压力资源

医护从业者的英雄气概，是认清职业现实，却依然热爱这份工作

工作任务过重、特殊的工作环境、高度的责任感、科研和晋升带来的任务不适是医护职业压力产生的主要原因。

压力源测试得分情况（平均分）



任务过重 衡量工作需求和工作强度超过个人承受能力和工作场所资源的程度，例如工作时长超负荷、病人接诊量大等

工作环境 衡量工作环境给个人带来的压力程度，例如独自值夜班、空气异味、工作环境危险性等

责任大小 衡量个人在工作中感受到对他人（病人或同事）的结果或成绩有无强烈责任感的程度

任务不适 衡量个人的文化程度、技能与经验能否满足工作要求的程度，常见于科研学习压力，岗位晋升与竞争等

工作界限不清 衡量工作任务要求变动、工作调度与跨部门合作带来的压力

任务模糊 衡量个人对任务轻重缓急、预期结果和评价标准的清晰度

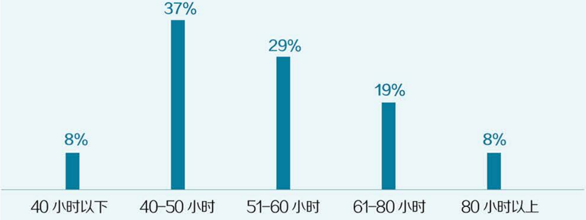
注：每个压力源≥ 12 分表示存在压力

样本量 n=2275

习惯了眼前的手术台，偶尔也想“诗和远方”

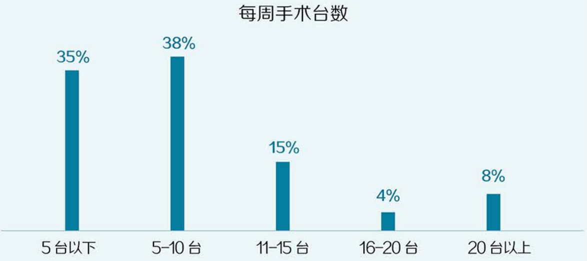
工作时间长、任务重是医护从业者压力来源的首要因素，不少医护从业者表示已经习惯高强度的工作模式。

平均一周工作时长



过半的医护从业者表示一周工作时间超过 50 小时

样本量 n=2275



其中麻醉科、外科、妇产科、眼科、耳鼻喉科，平均每周 8 台手术

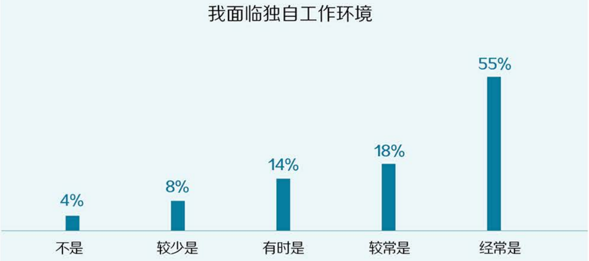
27% 接触手术的医生每周有 10 台以上手术

n=774

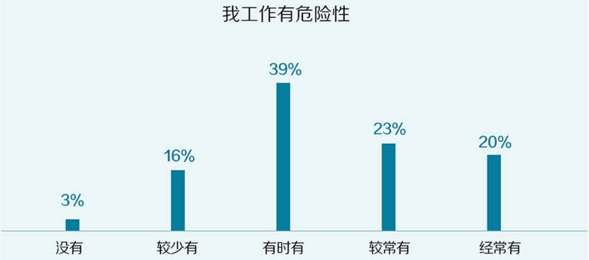
> “肿瘤病人很依赖首诊医生，化疗都是持续的，我已经习惯全年无休。”
>
> ——郑州大学第一附属医院，李白医生

“终究还是一个人扛下了所有”

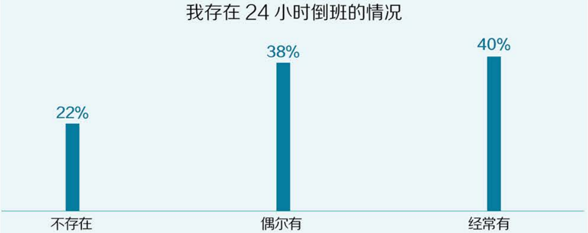
独自值夜班、独自接待急诊病患等工作环境的不适
是中国医护面临的职业常态。



73% 的医护从业者时常面临独自值夜班、独自接待急诊病患



43% 的从业者表示工作环境中时常面临危险

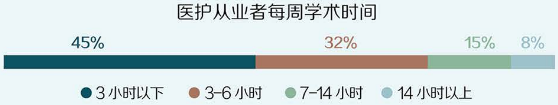


40% 的从业者表示经常存在 24 小时倒班的情况

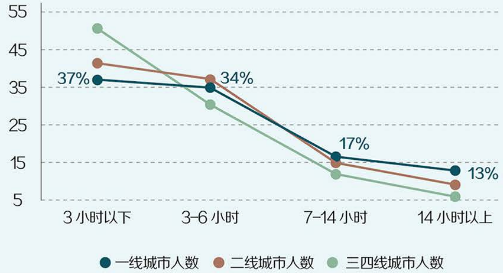
样本量 n=2275

学海无涯苦作舟

科研学术不仅为了治病救人，也跟职称晋升息息相关，
大多数医护从业者在繁重的工作之余也要进行学习充电。



一线城市 **30%** 的医护从业者每周学术时长超过 7 个小时，
其中的 **13%** 超过 14 小时

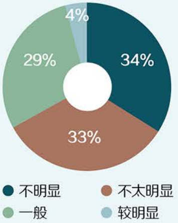


样本量 n=2275

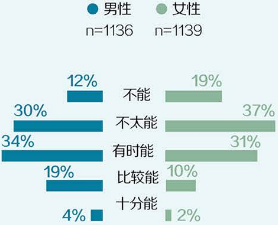
岗位竞争压力，男女有别

仅有 4% 的医护从业者认为自己的工作事业进展较明显，
女性在同岗位竞争中的压力明显大于男性。

工作事业进展是否明显



男性与女性在“岗位竞争能否脱颖而出”的不同态度

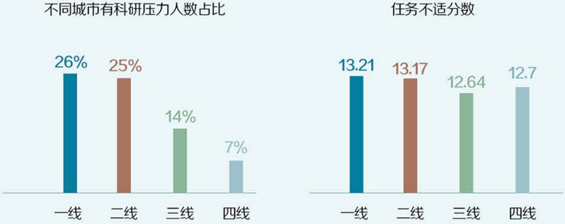


样本量 n=2275

医护人员的悲欢其实并不相通

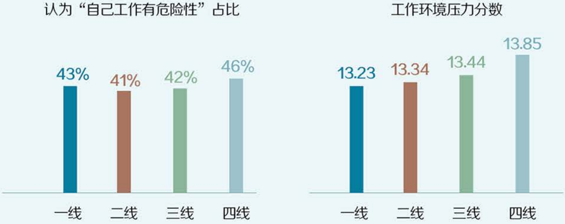
各级城市的医护从业者压力源不同、应对压力的能力也有区别。

一二线城市的科研压力和岗位竞争压力更大


不同城市有科研压力人数占比

任务不适分数

三四线城市更担心出现医疗事故和职业暴露


认为“自己工作有危险性”占比

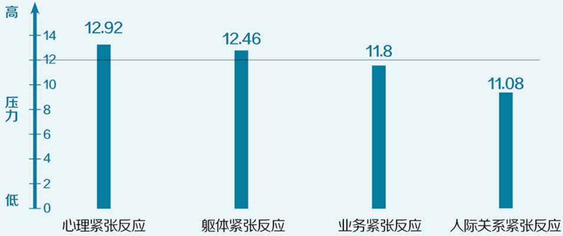
工作环境压力分数

职业压力测试 | **压力紧张反应** | 应对压力资源

医护亦患者

心理紧张与躯体紧张反应明显，
医护从业者会产生明显的焦虑心态和常见的慢性病。

压力紧张反应测试得分情况（平均分）

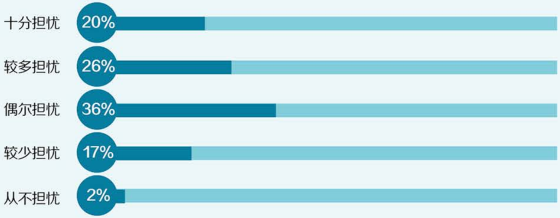


心理紧张反应	衡量个人在工作中对所经历事件的心理承受程度，例如工作心态如何？是否焦虑？是否愉快？
躯体紧张反应	衡量有关压力下躯体疾患和不良习惯的程度，例如由饮食不规律造成的肠胃炎等慢性病、或由于工作时间长缺乏锻炼造成的肩颈炎等
业务紧张反应	衡量个人在工作中遇到质量和产量问题时的承受程度，同时也衡量工作态度，例如担忧出现“医疗事故”
人际管理紧张反应	衡量人际关系紧张程度，例如与家人、朋友、同事、病患的人际关系，例如担忧“医患关系”

注：≥ 12 分表示存在压力紧张反应

经常担忧“医疗事故”

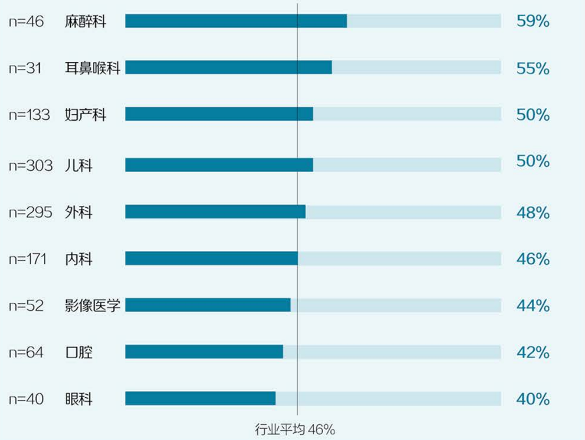
医护从业者的业务紧张反应与担忧“医疗事故”高相关，麻醉科、耳鼻喉科、妇产科、儿科、外科等长接触手术的科室，更担忧出现医疗事故。



46% 的被访者经常担忧自己“出现医疗事故”

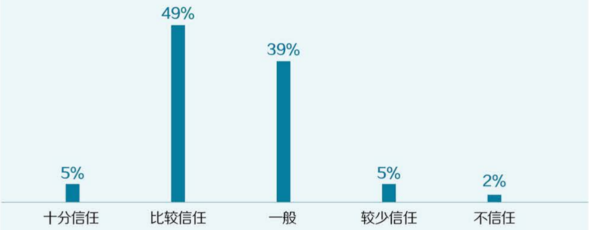
样本量 n=2275

各科室“较多担忧出现医疗事故”人数占比（前 9）

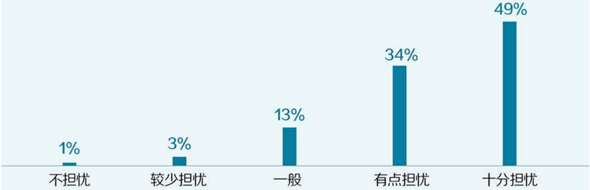


悬在医护从业者头上的达摩克利斯之剑

尽管大多数的被访者认为就诊患者对自身信任度高，
但八成医护从业者仍然对“医患关系”感到担忧，
老生常谈的医患关系问题依旧需要更多关注与反思。



仅有 **7%** 的被访者认为就诊病人“较少信任”或“不信任”自己



有 **83%** 的被访者对医患关系感到担忧，
其中表示“十分担忧”的占比高达 **49%**

样本量 n=2275

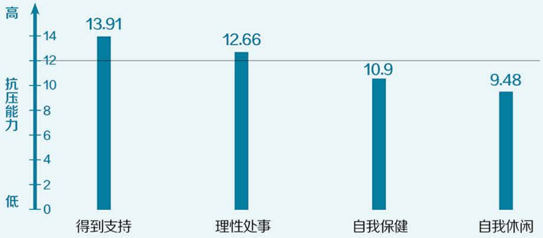
> 当社会上产生负面报道（阶段性的），会对整个医疗界的情绪造成打击，失去职业热情。
>
> ——郑州大学第一附属医院，李白医生

职业压力测试 压力紧张反应 **应对压力资源**

纵使荆棘布，仍有光在路

来自家人、朋友以及社会的支持与信任是医护重要的心理支撑，
医护从业者练就了不错的自我排遣能力，
但由于工作任务重，缺乏休闲和自我保健的时间。

压力调节测试得分情况（平均分）



得到支持 衡量个人感知的来自自己周围的支持和帮助的程度，例如家人、朋友、病患的支持和信任

理性处事 衡量个人在面对职业紧张时拥有并能使用的处事技能的程度，例如合理安排时间、理性思考问题

自我保健 衡量个人在日常生活中采取不同措施来减轻或缓解慢性紧张的程度，例如控制饮食健康、参加体育锻炼

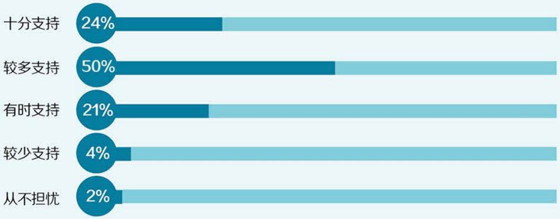
休闲 衡量个人在有规律的文娱活动中获得轻松愉快恢复体能的程度

注：≥ 12 分表示应对压力资源和能力较强

样本量 n=2275

爱与信任——医护人员的铠甲和软肋

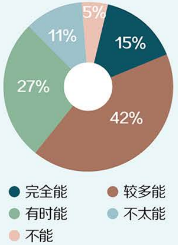
家人同事的关怀、病患的信任理解是解压的良药。



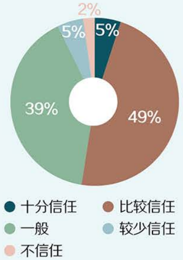
74% 的被访者表示家人较多支持并理解我的工作

样本量 n=2275

工作中是否能获得帮助



工作中是否能获得患者信任



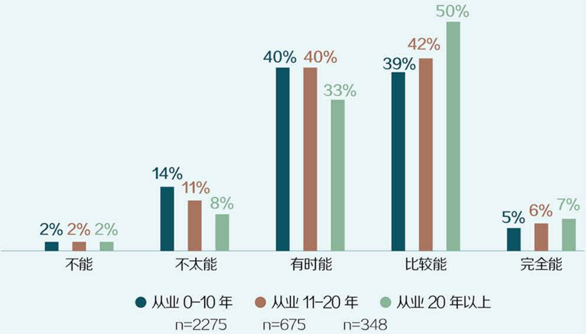
过半被访者表示
“工作中遇到难题能获得帮助”

54% 被访者表示
“能获得患者的信任”

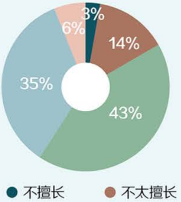
> 医院有工会提供压力疏导，上级领导也会经常关心下属。我本着负责任的态度，实实在在解决病人的问题，病人也会对我产生信任和感激。
>
> ——上海市某三甲医院，邵医生

以理性应对挑战

医护人员理性处事能力强，能够适度平衡工作中的压力。



大多数被访者遇到压力时能保持“良好的行为举止和处事哲学”，
从业时间久的医护人员表现更佳



> 跟病人沟通是门艺术。要先理解病人关心的实

● 一般 ● 比较擅长
● 十分擅长

41% 的被访者表示擅长分析问题的实质

质，逐步安抚病人情绪。

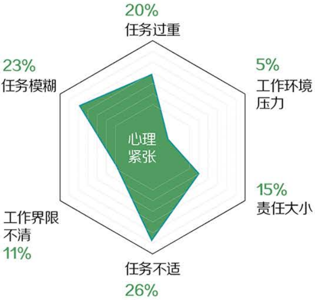
——郑州大学第一附属医院，李白医生

05

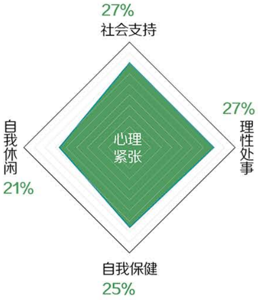
总结

外部支持＋自我调节 缓解“搬砖”焦虑

压力源

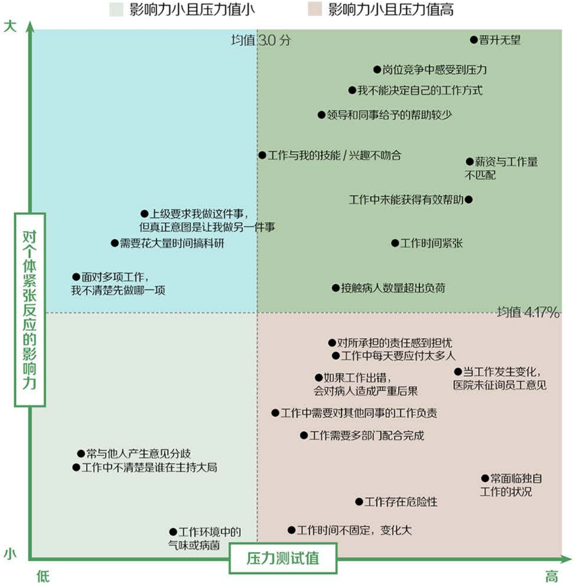


调节因素



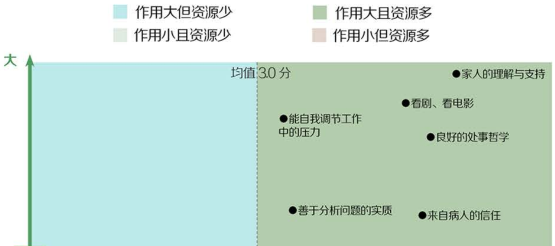
影响医护从业者心理紧张反应的压力源分析

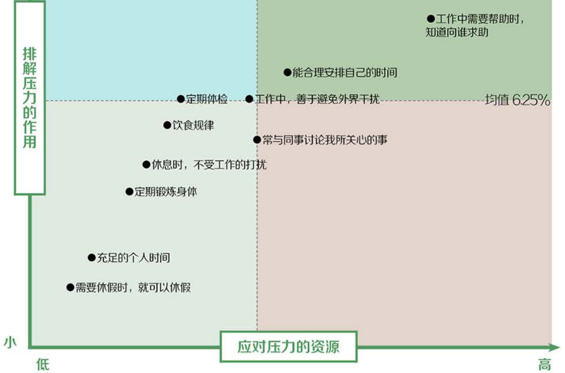
🟦 影响力大但压力值小 🟩 影响力大且压力值高



晋升压力、岗位竞争、薪资与工作量不匹配以及工作中未能获得有效帮助等高压来源，对医护从业者的心理紧张反应影响较大。

调节医护从业者心理紧张反应的因素分析

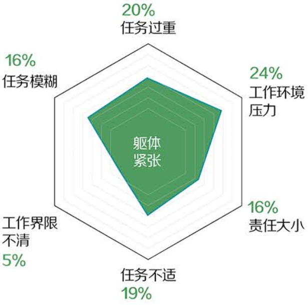




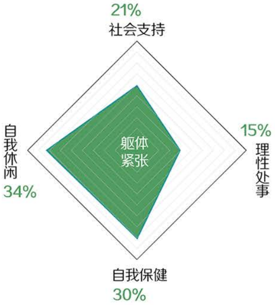
家人朋友的理解与支持、病人的信任、自我良好的处事哲学以及自我放松，对缓解心理紧张反应的作用大，且医护从业者在这部分获得的资源较多。

小病小痛源自工作环境不适

压力源

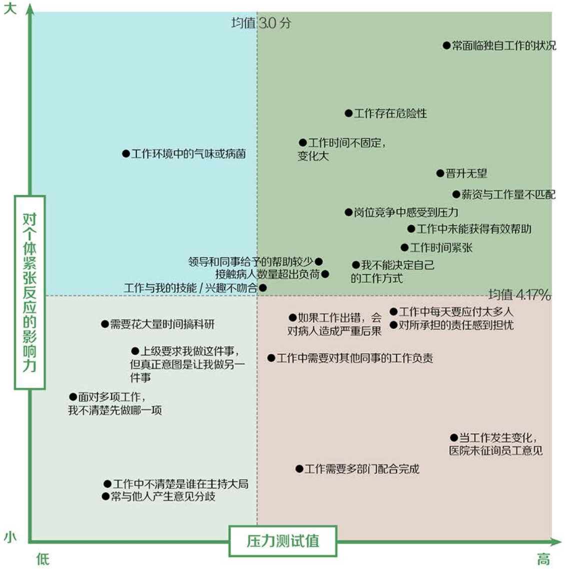


调节因素



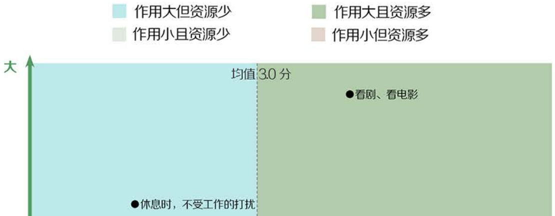
影响医护从业者躯体紧张反应的压力源分析

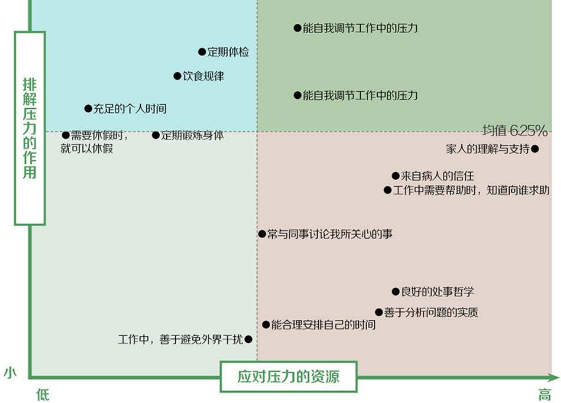
🟦 影响力大但压力值小
🟩 影响力大且压力值高
⬜ 影响力小且压力值小
🟫 影响力小且压力值高



常面临独自工作的状况、工作存在职业暴露的危险性、岗位晋升压力、薪资与工作量不匹配等高压来源，对医护从业者躯体不适的影响因素较大。

调节医护从业者躯体紧张反应的因素分析





缓解躯体紧张反应可以从**适当增加医护人员休息时间、注重自我饮食规律、定期体检**入手，这部分排解压力的作用大但目前资源较少。

06

我们的呼吁

一

继续加强分级诊疗制度，缓解大医院虹吸效应

全民医保制度建立，极大的刺激了老百姓的看病需求，
但小医院门厅冷落，大医院人满为患。

这一现象不仅造成医疗人才分布不均，基层医院人才流失，

也造成“医疗快餐化”，每个病患在三甲医院的问诊时间短。

两会关于医疗改革政策方案

北京	深化全科医生执业方式改革，推广家庭医生式服务，增强基层医疗机构服务能力。强化医联体内部分工协作，完善社区首诊、双向转诊的分级诊疗服务体系。
上海	推进分级诊疗试点，完善家庭医生签约服务机制，建立健全社区卫生服务中心与二、三级医院双向转诊的绿色通道。
广东	启动实施强基创优行动计划，引导优质医疗资源下沉，支持县级医院关键医疗设备配备、专科特设岗位和住院医师规范化培训。

二

加强智慧服务升级，通过数字化管理工具减轻医护从业者职业负担

新冠肺炎疫情造成的医疗资源紧张以及宅家需求，助推互联网 + 医疗，在未来，线上分流诊疗、数字化诊疗管理手段可有效打破分级壁垒、改善医疗机构的超负荷运转。

国家卫生健康委员会在去年发布了《医院智慧服务分级评估标准体系（试行）》文件，以供各地推进智慧医院建设和改善医疗服务作为参考。

案例

智慧服务

智慧社区服务慢病管理

赛诺菲中国尝试通过线上智慧社区数字化解决方案，结合智能化疾病管理，全面提升慢病患者规范化诊疗的认知和依从性。智慧社区引进机器人医生助理、人工智能等创新性数字化技术和手段，并将其应用在患者病程管理中，通过对完整病程全覆盖的演示，充分打开社区医院管理者的视野和“互联网＋医疗”想象力。

互联网+医疗

“TRIO 智爱三人行”项目

建立了糖尿病患者院外管理标准化流程，将分级诊疗的同质化管理理念及标准通过智爱三人行的管理，系统落地；引入了人工智能和物联网赋能患者管理，对于每个个体病人进行不同频率、方式和内容的干预。“TRIO 智爱三人行”项目同时整合早期筛查、疾病预测模型和标准化治疗的临床决策支持系统，升级为3个月短期强化干预＋长期管理，给予糖尿病患者全病程的关爱。

三

几方共同努力，理解医护不易

在2020年“新冠疫情”的特殊时期，广大医护从业者逆行向前，守护着国家和人民。以疫情为契机改善医患关系，把尊医崇医风气延续下去，让更多的医护人员得到职业荣誉感、社会认同。

不仅在灾难事故来临期间，在日常看病就医的过程中有意识地给予医护从业者足够的尊重与理解。

行业

促进卫生事业、医疗事业的发展，不断完善患者的医疗保障和医护从业者的工作权益保障。

医护

鼓励医护做好病情与治疗方案的沟通，明确告知患者与患者家属治疗的成本与风险，保证其知情选择权。同时不仅在医疗技术层面，更要加强对患者的人文关爱。

公众

理解医学技术的局限性，遇到问题理性沟通，不将自身负面情绪转移给医护人员。

同理共情：为自己亲属担忧的同时想到医护人员也为人父母、为人子女。

07

医护心声

吴医生
慢性病科室

就职医院
江苏省某市中医院

职位职称
风湿科住院中医师

从业时长
2 年

ⓘ 关于慢性病

- 慢性病是指不构成传染、具有长期积累形成疾病形态损害的疾病的总称，其病程长且病情迁延不愈。
- 常见的慢性病有：糖尿病、高血压、冠心病、类风湿性关节炎、慢性哮喘等。

仁不在别处，在光明的职场初心

▼

为什么想要成为一名医生？

“最初的时候是小时候看到奶奶发病心里着急，想成为一名医生带给家里人方便、及时的诊治。现在认为治病救人是每个医生的责任。”

怎么看待医生这一高压职业?

“尽管有很多压力，但有压力才有动力，明确自己的目标后直面挑战，也能在进步与压力中找到平衡点。”

漫漫攻坚路，诊治、科研都不松懈

▼

工作日常

“许多慢性病是无法根治的，漫长的治疗过程消耗了患者与家属的耐心，**需要患者和家属更多的理解和信任**。”

“我日常工作内容 40% 是门诊工作，同时也有 30% 的科研工作和 30% 行政工作，但科室的每个人不太一样。”

“**科研压力比较大，**内容有动物实验、细胞分子，论文写作要做很多数据处理，希望能入选科研团队。有明确的目标和前进的方向，在压力中向阳而生。”

科研压力大、职称晋升难、医患关系敏感，医生也渴望得到理解

▼

工作压力

“**科研压力**与**职称晋升**是带给我压力最大的两个方面。其次是同科室年龄相仿同事的岗位竞争，以及现存的医患关系。”

“谈到医患关系这里，很多病人对医生有**不信任感**；我的病人来医院看病时带着明显的‘消费观’，要求我对他微笑服务，其实我只是上了一天班太累了。”

压力调节

“新冠过后，医院里会开展**心理辅导**，也有运动活动例如瑜伽和羽毛球，同时领导主任会关心下属。”

“我自己有健身习惯，即使不参与医院的活动，我也会**自行排解**，比如做家务。”

赵桂宪医生
神经内科

就职医院
上海复旦大学附属华山医院

职位职称
神经内科主治医师

从业时长
20 年

关于神经内科

- 神经内科是关于神经方面的二级学科。不属于内科概念。
- 主要收治脑血管疾病、偏头痛、脑部炎症性疾病、三叉神经痛、坐骨神经病、周围神经病及重症肌无力等，也涉及失眠、抑郁等疾病诊治。

仁不在别处，在救死扶伤的拳拳之心

为什么想要成为一名医生？

“高考后成绩不错，听从父母的建议报考了医学院，在校期间努力学习，实习期间感觉神经内科的定位定性诊断非常有魅力，所以选择了神经内科专业。现在从业多年，感觉到医生的真正价值在于他 / 她的社会价值及由此带来的**自我价值的体现**，希望能帮助到更多真正需要帮助的病人，体现医生的价值。”

怎么看待医生这一高压职业？

“从事医生这个职业，有压力是必然的，努力做好自己的本职工作也是应该的，从医还是要从本心出发，愿意去做，愿意去帮助病人，从业时间越长，遇到的事情越多，逐渐学会去寻找一个职业的价值所在，所以不断学习、调整心态，现在自己想的比较少，就想**做好自己的专业，服务好患者**。”

即使闲暇，也心系患者

工作日常

“每半年会有**一个月长门诊，一个月急诊**，还有一年一次的院外会诊，因为我们科承担上海市神经内科会诊任务，剩下 3-4 个月在病房。通常早上 6:10 分起床，8 点前到岗，中午 12 点午休，下午 1:30 开工，如果在门诊，正常的 5 点下班。如果在病房，每 6 天值一次 24 小时班。”

“在门诊工作的时间节奏比较快，**一个半天 60-70 个病人**，有点快餐化，在流水线工作的感觉。”

“闲暇时我会在自己的公众号上**做科普**，希望帮助到更多的同行和病人，也提高自己的品牌。

面对医患关系，医生要多付出一些努力

工作压力

“从医意味着医生是要**多付出一些努力**，我喜欢沟通的时候**坦诚相待**，诊疗过程中，做化验检查注重必要性，本着负责任的态度，实实在在解决病人的问题，病人也会对自己产生信任和感激。”

压力调节

“自己也会注意压力调节，有空时通过走路锻炼身体。在给病人科普“免疫病”的调节方法时候，也是对医生自己的疏导：做自己的努力，尽心尽力，至于结果，不去强求，工作、生活都是，且行且珍惜。”

“虽然工作很忙，也会和家人沟通，哪怕时间不长，感谢家人也给了我很多支持。**对孩子的学习关注得少**，锻炼他的自我管理能力，只要在家，**每天会和孩子拥抱一下**，互相鼓励。”

李白医生
罕见病科室

就职医院
郑州大学第一附属医院

职位职称
小儿血液与肿瘤科主治医师

从业时长
10 年

关于罕见病

- 罕见病，又称孤儿病，是指发病率极低、患病总人数很少、且可能危及生命的疾病。全世界已知罕见病约有 7000 种，但其中只有约 5% 的疾病有药可治。
- 研究显示，80% 以上的罕见病均由遗传因素导致，50% 的罕见病在出生或儿童期发病。
- 由于患者人群少、市场需求少、药物研发周期和成本都较一般药物高。包括中国在内的绝大多数国家的患者，临床用药远远不能满足其治疗需求，许多罕见病患者无药可医。

仁不在别处，在对责任的坚守

为什么想要成为一名医生？

“最初想要从事医生行业是认为医生社会地位高，**希望能实现个人价值**。现在工作更多是为病人缓解痛苦，**愿意为病人的健康负责**。”

怎么看待医生这一高压职业?

“作为医生虽然有压力，但大部分时间能给我带来**成就感**，目前的压力也可以**自我适度排解**。”

资源有限，希望被更多人看见

罕见病医生所能获得的研究资源非常有限，临床难度和科研压力较大

▼

工作日常

“我大概 60% 的时间在病房工作，负责管理二十几个住院病人；5% 的时间排在周六日做门诊；15% 的时间在做社会任职，同时也参与医院罕见病研究团体的工作；另外 20% 是琐碎的行政工作，例如填写医院各种报表，申请项目等等。”

“我几乎没有假期，**全年无休**，每天都要去医院，我从研究生时代已经**习惯忙碌的生活状态**，家人也逐渐习惯。”

作为人民的“健康守卫者”，却常常忽视自身和家庭

▼

工作压力

“接触化疗药物时有**职业暴露**的风险，同事有感染过，是在做穿刺的时候扎到手。**自己倒不会过分紧张**，需要平时做好防护。“

“类似大多数**‘医二代’**，我的两个孩子是交给父母帮忙照看，**很少有时间陪孩子**，孩子会有很多抱怨 。”

“我做主治医生第 5 年了，晋升时期对**科研要求**更大，需要投入大量时间，是造成压力和心理负担最大的原因。 ”

压力调节

“虽然医院内部没有提供缓解压力的措施，但我的主任会经常排解开导大家。”

“我自己会通过结伴购物、出行调节压力，偶尔外出开会（有社会任职）也能暂时排解压力。”

“希望能得到病人的理解，**有时感到不被尊重**，比如当社会上产生负面报道，会对整个医疗界造成打击，导致情绪低落失去职业热情 。”

葛医生
疾控中心

就职地点
西北部地区某疾控中心

就职科室
公共卫生科

从业时长
18 年

关于疾控中心

- 疾控中心是公共事业单位，疾控中心需要完成国家、省下达的重大疾病预防控制的指令性任务，实施疾病预防控制规划、方案、组织开展本地疾病爆发调查处理和报告；负责辖区内预防性生物制品管理，组织、实施预防接种工作。

仁不在别处，在对兴趣与梦想的不断追求

“毕业后就在疾控中心工作，之所以选择疾控中心是因为我们都认为预防医学专业对口的单位就是疾控中心。选择公共卫生这个科室对我来说算是一种**兴趣**。”

“我所在科室是疾控中心的公共卫生科，主要负责慢性病、老年人健康、严重精神障碍患者管理和死因监测。”

“每个季度我都要下乡，对社区卫生服务机构（指乡镇卫生院和社区卫生服务中心，有些地方叫社区医院）开展的工作进行检查和指导。”

“我们辖区有 30 多家社区卫生服务机构，因此每天的工作还是满当当的。我们一般从春节后开始，**一直要忙到 12 月份考核结束** 。”

疫情之下，全情投入

“此次疫情发生以后，我们**单位全员参与**到了疫情防控中，其它的业务工作全部停止了。”

“我在疫情防控中主要承担**流行病调查**工作，我们主要的工作是对外地返回的发热病人和上级反馈给我们的密切接触者进行调查、采样。我们安排了定点治疗医院（发热病人）和定点留观医院（密切接触者），所有的发热病人和密切接触者全部安排专人专车接送至定点医院后，

我们去调查采样。”

邱护士	就职医院	职位职称	从业时长
妇产科	**山西省某三甲医院**	**产科副高级护士**	**38 年**

仁不在别处，在人格道义的不断完成与超越

▼

为什么想要成为一名护士?

“最初是按照**家人的意愿**上了护士学校，职业过程中有苦有累，年轻的时候也**想过要放弃**，但医院领导不断鼓励和培养我，就坚持到现在。”

“最有**成就感**的一件事，是十几年之前被我抢救过的病人，还特意回来跟我一起吃饭，虽然我记不清是谁（因为抢救过太多人），但能让我感到这份职业的意义所在。”

迎接新生的喜悦，一扫通宵加班的疲惫

▼

工作日常

“最开始从事妇产科护士，现为产科护士，工作内容为护理产妇、护理新生儿、给新生儿接种乙肝疫苗和卡介苗等。”

“工作时间存在三班倒制度，我 **45 岁之前经常会倒夜班**。”

“产科护士需要**一个人护理 20 个新生儿**，**就算加班**，也要将自己的工作认真完成。”

护士不是医院的配角，而是不可或缺的黏合剂

▼

工作压力

“护士经常会面临**职业暴露**的风险，比如产妇有传染病，我们会密切接触她和新生儿；新冠疫情后，也有很多产妇发烧后就诊，我们也需要帮她诊治打针。”

“工作压力肯定有，刚开始比较大，**随着接触病人的增多**，大家往好的方面想，我们能及时阻断传染病，让更多孩子健康成长。”

“作为护士，我也有很大的科研压力，**科研压力跟职称晋升是相辅相成的**。”

压力调节

“我个人比较**注重膳食健康**，多数情况都在家吃饭，不太会点外卖。”

“**医院比较注重护士的健康**，有工作接送班车和心理咨询室，护士长也会经常关心下属。”

南方周末 × 赛诺菲