

病人不是一张化验单：检验单、指南与身体为

八编二十二章 · 阅读、学习、智能问对



原书作者：王德生

ISBN 979-8-90690-712-7

第459卷 · US\$23.00

先答、带问阅读、再答、讨论、本人修订、迁移与观察。

初答不覆盖；建议待核对；理解、赞同和现实应用分别记录。

本包是配套设计，不是著者原文或已验证训练量表。

在线学习：sdeuniverses.com/books/m/459/agent/learning.html

01 单子上的三种东西

第1章 一张化验单上的三种东西

邵建平翻遍十几页体检报告，只找到一个箭头，却找不到最想问的那句话。拿出你或家人的一张单子，不去看数字是什么意思，只把纸上的东西分开：哪些是身体那天早上留下的，哪些是从一群人身上量出来的尺子？你最想说的那句话，在不在纸上？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能把一张化验单上的结果、参考区间、箭头分别认作刻痕、标准与两者一比的结果；能用二十项检查的算术说明“正常”说的是一群人，不是这一个人。只会盯着箭头朝上朝下，回读本章“一张纸，三种东西”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第1章](#)

02 一张纸条和一本蓝皮簿

第2章 检验数字：身体留在仪器里的刻痕

林国栋把诊所的一张热敏纸条和家里记了三个月的蓝皮簿摆在一起，两个数对不上。想一样你家里也有的“两本账”（诊所测的和家里记的、这一次和上一次），不判断哪个对，只写下：它们各是在哪一天、什么钟点、什么条件下留下的？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出检验数字是可靠的现实符号，而它的可靠是有条件的，要带着来历走；能分清两种走偏：把数字当成人本人，和把数字当成敌人。只会问“哪一个才是真的我”，回读本章“一个数字要带着来历走”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第2章](#)

03 一条线挪了十毫米

第3章 指南与标签：医学的理念符号

葛文娟在草稿纸上画了两条线，同一个数换一条线就换一个名字。想一条在你身上或工作里划过的“线”（体检单上的“临界”、考试分数线、绩效档位），写出它是为哪一群人画的、背后可能是哪一次对不上，再说你当时把它听成了判决，还是一把尺子。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出指南、阈值、病名是站得很稳的理念符号，有来历、会挪动，每一次挪线背后都有一次对不上；能说出约定出来的不等于随便画的，既不当天条，也不当儿戏。只会说“线是人定的，不用信”，回读本章“约定出来的，不等于随便画的”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第3章](#)

04 手机里写好的三句话

第4章 病人的感受：医学里最没有名分的符号

吴秋萍进诊室前在手机里写好三行话，病历上最后只留下五个字。回想你或家人上一次看病：进门前最想说的这句话，是第几句说出口的，还是没说？把你准备说的和后来留下的并排写下，只看话去了哪里，不谈病情。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出感受不是噪声，是一个有来历的自我符号，在三条式子里都有份、在病历里没有座位；能说出主诉一栏的简短对在哪里，又怎样把一句能回去的话压成不留地址的字。只把感受当成“主观的”，回读本章“感受凭什么算一个符号”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第4章](#)

05 三块两毛七单独列出

第5章 指标正常却很难受：住在缝里的人

黄丽珊在公司里差三块两毛七也要单独列出来查，自己身上那本对不上快一年的账，人人都说没事。想一个你身边“报告都好、人却不好”的人，你最近对他说的是哪一句话？试着把“检查说的”和“日子说的”写成并排的两行，不加解释。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出“检查未见异常”与“症状持续”两行并排，就是一条可以事前指出的缝；能说出“压力大”怎样成了一块封口胶，把两界之间的缝挪进人身上，缝里的人怎样一点点改口。只会劝“别想太多”，回读本章“病历里并排的两行”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第5章](#)

06 饭桌上摊开的三张纸

第6章 三个人各守一角

冯志强拿着没有箭头的化验单回家，妻子问他还难不难受，他答“单子说没事”。拿你或家人最近一次看病，把那天拆成几个时刻（挂号、抽血、取单、进诊室、回家），每个时刻是谁在守哪一角？有没有哪一刻专门留给把三张纸摆在一起？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出各守一角本来是好事，分工让每一角都更可靠，却把“合起来”这件事留在了空地上；能说出缝没人去对，会被读成某一个人的毛病，“他没认真”或“他想太多”。把缝读成谁的错，回读本章“缝被读成了人的毛病”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第6章](#)

07 终于有了名字的晚上

第7章 诊断是一个词，也是一个人

欧阳婷在缝里住了一年半，终于等来一个要长期打交道的病名，在地铁上哭了一场，不是吓的。想一个落在你或身边人身上的名字（不一定是病名，也可以是“内向”“老好人”），说说它先帮了什么，后来有没有从“我有”滑到“我是”？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出诊断先是一份礼物，让一锅粥有了形状，那口松下的气是一份能量账；能说出同一个名字住在三界里：分类表里是一个词，病历里是一道刻痕，自我里是一个人，也会被新的日子回写。只把名字当成压人的标签，回读本章“同一个名字住在三界里”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第7章](#)

08 十七床，老病号，平稳

第8章 偶像与石心：标签固化的两端

交班时护士念“十七床，老病号，平稳”，唐德福自己答“就这样了”。找一句你家里说了很多年的“老毛病了”或“我就这样了”，写出它护住过什么、挡住过什么；再学詹医生问自己一句：“这一回和以前比，哪儿不一样？”

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能分清偶像凝在医者一端（床号加病名替下了人）、石心凝在病人一端（“我就这样了”与“我没病”）；能说出两端都不是谁坏，是连接度太高、没人付动能，熔开有两条来路，熔开以后先托住。只会追究谁贴错了标签，回读本章“不是谁坏，是动能为零”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第8章](#)

09 购物车里的十一项

第9章 过度诊断：再查一项，没人付账的衍义

孟凡宇深夜四分钟点满十一个加项，三周后报告里多出一行“建议定期复查”。回想你或家人一次勾选体检加项或“再查一项”的时刻：用了几分钟？那时想过“查出来以后”吗？这一题不讨论该不该查，只记下那一次的账后来记在了谁的名下。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能分清过度诊断与误诊：查出的是真实存在、名字没贴错、却本不会惹事的东西；能说出再查一项为什么看着免费，是一条没人付账的衍义，账寄给了焦虑与医保。写成该查哪一项的建议，回读本章“再查一项，为什么看着不要钱”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第9章](#)

10 星期二那一格还满着

第10章 医嘱是理念符号，习惯是自我符号

谢金凤把医生的话都听懂了，药盒里星期二那一格还满着，那天中午来了一辆旅游巴士。找你身上一件“道理全懂、就是做不到”的事（不必和看病有关），像彭秀兰那样画一条时间线：它和你日子里的哪一个钟点接不上？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出医嘱是理念符号、习惯是自我符号，听懂了只是到达，习惯要在日子里一步步长出来；能把“依从性差”的主语从“谁”换成医嘱与日子“之间”，而不是换一个人来怪。只会把主语换成医生或制度，回读本章“换掉主语，不是换个人怪”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第10章](#)

11 停在三个多月前的本子

第11章 慢病管理的三个条件：对不上、场、动能

刘海生的本子从工工整整写到停在三个多月前，十四年的道理他都懂。想一件你坚持多年、最近越来越累的事，分三处看：你自己看得见那条缝吗？身边的网是在托着你，还是在看着你？动能还剩多少？缺的是道理，还是力气？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出慢病管理开工的三个条件：自己看得见的缝、有人托着的场、一年三百六十五次的动能，依从只是结果；能说出入口三的人要先托住、再谈目标，并说出缺了一样各是什么样子。只会劝“要坚持”，回读本章“入口三：先托住，再谈目标”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第11章](#)

12 一条曲线和一本蓝本子

第12章 数字回到身体：家庭记录与可穿戴

苏晓雯深夜盯着父亲的曲线看了四十分钟，什么也没看出来；老家抽屉里的蓝本子，数字旁边写着“你妈住院第三天”。找你身上或家里一个天天在测的数（步数、睡眠评分都可以），它旁边写过字吗？给最近三天各添一行“那天怎么过”。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能分清同一个读数的三种身份：他测他读、我测我记、机器测谁都能读；能说出数字太密会冲走日子，雷佩玲“我是一个睡不好的人”那块石心怎样被一条缝松开。只会问高了还是低了，回读本章“数字换了主人，身份就跟着变”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第12章](#)

13 九年攒下的那份踏实

第13章 信任：医患之间的连接度

马桂兰在段医生那里看了九年，大医院一句“这个年纪，都这样，正常”，她就哪儿都不去了。想一位你看了多年的医生、老师或师傅，你对他的信任是哪几件小事攒下的？有没有一句话让你心里一凉？只谈那句话打中了哪里，不评判说话的人。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出信任是医患之间的连接度，靠一次次小对账在两头加厚，建要一根根搭，拆只需一句话打在“站在我这边”那个节点上；能分清借来的信任与攒下的信任，说出信任是两头的。只把信任当成量一次的态度，回读本章“本书的说法：信任是连接度”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第13章](#)

14 门把手上的那句话

第14章 问诊的三十秒与三分钟

陶志远等了一百分钟，看了六分钟，憋了三个月的“夜车还能开吗”，直到手搭上门把手才冒出来。回想你自己或陪家人看病时，有没有一句话是到门口才说的？它属于哪一栏？下一次进门前，像他那样在排队单背面先写一行。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出三十秒只够数字对标准，三分钟右栏才进得来，时间就是动能；能说出“还有一些别的事吗”这类本事教会了怎样用好一分钟，却管不了那一分钟由谁来付。把门把手时刻当成多嘴，回读本章“门把手上那句话，属于哪一栏”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第14章](#)

15 一壶茶泡到凉了的晚上

第15章 坏消息怎么说：一个符号被熔开的时刻

方建国兄妹瞒了母亲两个星期，老人家只说一句“单子上写的什么，你念给我听”。只谈家里怎样说话：你家有没有过“先别告诉他”的时候？能不能在一个平常的晚上先问长辈一句：要是有一大事，想自己先听还是让我们先听，想听多细？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出坏消息熔开的不是诊断，是病人“我是谁”的那块自我符号；能说出SPIKES把坏消息变成可教的六步，却只管一次谈话，熔开以后要先托住，还要问谁在场。只把“说不说”当成一次答对的题，回读本章“熔开以后先托住”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第15章](#)

16 每次都从头讲一遍

第16章 家庭医生与连续性：让一个人认识你

卢美华三年看了十一回门诊、见了九位医生，回回都要从头讲一遍。想一位真正认识你的医生、老师或师傅，他是从哪件小事上让你知道的？再写下：如果明天换一位医生，你最希望他知道你的哪三行日子（不写病名，不写自己猜的原因）？

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出连续性是存起来的连接度，有了一个“平常”，日子里的对不上才指得出来；能说出登记签约是一个理念符号，名单上有名不等于心里有人，认识久了也会固化。把登记当成已经被认识，回读本章“名单上有名，心里未必有人”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第16章](#)

17 签名签的是哪一层

第17章 病历与知情同意书：对账留在纸面上的痕迹

物理老师钟启明把同意书上的风险背得一条不差，却说不出它们落进自己的日子是什么样子。回想你上一次在医疗或别的要紧纸上签名：签的是“听过”“听懂”，还是“认下”？试着写出你的右栏三件事：工作、要照顾的人、最怕失去的那样日子。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出SOAP四栏里早藏着三界，让对不上第一次有了登记的位置，同意书是从一道道伤口里长出来的；能说出签名同时是理念符号与现实符号，听懂并认下才是自我符号。只会在横线上签完了事，回读本章“签了字，不等于认下”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第17章](#)

18 凌晨一点的搜索框

第18章 线上问诊与 AI 助手：答案多了，对账少了

范雨桐一夜读了十四个网页和一长串AI回答，第二天早上却答不出“我妈到底怎么了”。回想你一次深夜搜身体的事：从哪个词开始，停在哪个词上？读完以后，哪一处还放心不下？只写那一处放心不下，不写网上查来的病名。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出搜索与AI加厚的多是标准那一角，免费的答案在身上结晶不了；能说出AI的话带进诊室只在一种位置上有用：帮病人把自己的对不上说清，而不是当成已找到的答案等盖章。把网上病名写进右栏，回读本章“多一个角，还是多一道墙”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第18章](#)

19 两条竖线和三个问题

第19章 一张三栏单：问诊怎么对账

杜明哲对着病历上一行“体检各项在参考范围内”和病历夹外一张便利贴。拿你或家人的一次门诊，画两条竖线：左栏抄单子上有什么（只抄不判），中栏写医生用的是哪把尺子，右栏用原话写日子；再在纸下写出三问的答案。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出三栏单不新造任何医学内容，只把各守一角的三样东西并排放，让三栏各自开口；能用三问找出对不上的是哪一条边，并把“你的单子没有问题”和“我没有问题”分成两句。把三栏单当成诊断工具，回读本章“这张纸不是什么”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第19章](#)

20 五个人各说了一句真话

第20章 慢病的三界小组：团队怎样每次对一遍账

宋振南的名字在小组碰头时只被提了两分钟，五个人各说了一句真话，病历摘要上只剩“依从性差”。想一位你身边长年和病相处的人，他的日子散在哪几个人手里？替他设一本对不上登记簿，写下第一条，并找出能证明它不是事后才说的两行字。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出对不上登记簿只登记能事前指出的缝、碰头先翻簿子、不许用“压力大”“依从性差”关条目；能说出量一个小组要看病人能否说出自己的三栏，簿子一被拿去考核也会固化。只会统计关闭率，回读本章“簿子自己也会固化”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第20章](#)

21 一支红笔和一张空白表

第21章 它怎样才算错

贺子轩的红笔在一百多份结了案的投诉里，袋袋都找得出“沟通问题”。想一次你说过“我早就知道会这样”的事：结局出来以前，你写下或说出过什么吗？再为本书的一条说法设计一次最小的检验：事前写下什么，什么结果就算本书错了。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能复述三条可推翻条件：事先登记自我管理评分为主指标的整群随机对照、诊断认同与其后自我管理的前瞻队列、抽掉结局盲读投诉病历；能说出那道闸：缝须在病历里事前指认，事后找到的不算。只会举支持的例子，回读本章“那道闸：缝要先写在病历里”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第21章](#)

22 第六页背面的三个字

第22章 回到那张体检单

蔡淑贞带着同一份全绿的体检单，第二次坐到杜明哲面前，单子上一个数字也没变。想你最近一次看病带回家的那句话：它是哪一栏说的？如果再去一次，你会请医生把哪两行一起写进病历？接下来查什么、做什么，仍由医生决定。

先答：保留自己的起点；不知道也可以如实记录。

读后追问：能说出第二次门诊里数字、标准、由谁决定接下来做什么都没变，变的只是谁在说话，三栏各自开了口，对不上地方有了一条线；能说出“想太多”怎样从结论回到一句打着引号的话。写成“该怎么治”，回读本章“两次门诊放在一起”。

复答／异议：什么改变，什么仍不同意？原文依据在哪里？

下一步与回看：行动、观察、失败条件；未实施就写未实施。

[点击进入本章学习、原文与三栏：第22章](#)