



第八个中国医师节 特别报道

本报记者 郜阳 整理

穿上白大褂是并肩作战的战友,回到家也可能为“今晚谁洗碗”拌个小嘴——这,就是我们可爱的医生夫妻档。

今天是第八个中国医师节,节日主题是“德馨于行,技精于勤”。健康是1,其他都是后面的0。为了把健康这个“1”夯得更

实,医务工作者接力前行,不断攀登。

致敬所有“医”路同行的白衣天使!这个医师节,让我们走近三对“白衣侠侣”——他们如何用爱与智慧,把健康科普“玩”出人情味,让守护生命这件事,既专业又暖心。

有分歧更有默契,他们合力创作,用有趣的方式传递医学知识

医生夫妻变『科普侠侣』专业又有梗



讲述人

复旦大学附属肿瘤医院 柳怡章
徐汇区疾病预防控制中心(上海市徐汇区卫生健康监督所) 周祺

今年,我俩已经结婚11年了,查了下这叫“钢婚”。在这“用钢铁意志熬过”的11年里,记忆里最深刻的还是那年我俩举着结婚证,以6677漫才组合的形式参加了上海首届《健康脱口秀》,获得了十强。现在女儿还会把当时的视频翻出来,边看边咯咯笑。

做科普的初心是“为爱发电”

为什么会开始做科普?我(柳怡章)闲暇时喜欢写写画画,还在徐汇疾控工作的时候,所在的健康教育科有科普需求,于是就将兴趣爱好融进了工作。2018年那会儿,短视频还没这么火,做视频都要用摄像机拍、用电脑剪。在领导支持下,我以单位团支部为平台招揽了一些小伙伴,“挂牌”了“疾控小姐姐工作室”,开始做视频。我们没那么多资金,就自己学,自己写脚本、拍摄、剪辑……虽然苦,但能把特长和工作结合在一起,能和志同道合的小伙伴一起,还能做出一些成绩,也很开心。

彼时,我先生还属于支持我的“家庭主夫”。每当我改脚本拿不准主意时,就会和他讨论。他见识颇广,属于深思熟虑派,经常能从另一个角度给我启发。

改变发生在2021年——我们结婚的第7年。那年年初,上海市卫生健康委指导组织了“精诚奖”医生科普大赛。我积极响应,组织单位同事一起报名,其中就有我先生。他首次“下海”,就一举闯入决赛,入围了30强——当然我们共同认定,这个成绩主要还是依靠我独到的伯乐眼光和极强的鞭策能力。

后来有了《健康脱口秀》这一平台,我俩就顺

理成章地一起参加了,并选择了漫才这种双人组合形式。选主题时,我们一致决定写疫苗相关的内容——这也是我先生的业务专业——我也偶尔给他打打辅助。

疫苗知识,如果不用浅显的文字做转化,肯定会出现认知壁垒。我们俩意识到,第一原则就是要做比喻、打比方,要重表演,要轻松幽默。我先生提出:假设将一具敌人的尸体标本摆在面前,让身体的守卫——免疫系统认识一下致死病毒,以后再看到就可以预警,提前消灭。有了这样的主线设定后,之后的场景便一气呵成,为了有更多笑点,我还加入了一些表演设计,比如让我先生扮演那具尸体。

对于我来说,做科普的初心是兴趣,为爱发电。每次亲手完成一个好作品,就像看到孩子长大成才,可有满足感了。

现在因为工作变动,我们可以做科普的时间没那么多了,但只要看到自己作品的点赞提醒,就会有“做这件事特别值”的感觉。偶尔看到电视节目里的漫才,我还会戳一戳身边那位,佯装过来人般点评一番,这也可以算是我们家庭生活中的一大乐趣了。



讲述人

黄浦区健康促进中心 李洁
上海市同仁医院 姚乐

我们两人是因为《健康脱口秀》走到一起的。我们如今的关系,就如健康科普作品《糖长老的控糖双星》中的台词一样,“姚乐是李洁的老公,李洁是姚乐的领导”。

2017年,我(姚乐)因一场健康科普比赛,点燃了对于这份事业的热情。当时脱口秀方兴未艾,我便尝试把一些健康知识融入段子。四年后,《健康脱口秀》来了,我太太是上海市护理协会推荐参赛的选手;而我既是参赛者之一,也是首次培训会

婚礼变健康派对,带大家涨知识

的导师。

最初,我俩的关系是,“姚乐是李洁的导师,李洁是姚乐的学生”。在工作交流中,我觉得她的说话风格很有梗,对健康科普也充满热情,产生了好感。因为有着同样的热爱,又互相能接住对方抛来的梗,我俩水到渠成走到了一起。即便是现在组成家庭,我们在生活中也会一起创作科普作品,家庭的日常对话也都“脱味十足”。

正因为这份缘起和对健康的执着追求,我俩更是将“健康促进”的理念带到了人生中最重要的一刻——婚礼。一场别开生面的健康促进主题婚礼就这样应运而生了。在草坪婚礼环节设计了“健康游园会”,打造了“情绪树洞”“‘值’最金迷”“健康有一套”等游艺项目,涵盖了心理健康、慢性病防治、生殖健康等多个科普内容,来宾们在游戏中体会健康生活的快乐;晚宴签到区域根据“上海市民健康生活新风尚25条”,出了一整套好玩有趣的健康题。整场婚礼晚宴还提倡减盐减糖减油的清淡饮食,全程使用公筷公勺,并禁烟限酒,将健康习惯贯穿于整个婚宴。

我俩的工作都是在健康促进领域。婚后,夫

妻档的作品大多聚焦在控烟领域。烟草危害是健康的头号敌人,而远离烟草的主动权在每个人自己手中。我们想通过小家的力量,呼吁更多人共创无烟环境。

我俩携手打造的第一部控烟微电影是2020年时的卓别林默剧《查理戒烟记》,相当默契。2023年以来,我太太开始尝试用王家卫导演的风格创作系列微电影《一代宗师戒烟记》《花菸年华》。她作为编剧、导演、监制并出演。我们依旧那么默契,在共创作品里,我俩总会有一个担任总负责,另一个全力配合就好。在微电影等更需要艺术性和细腻感的科普创作中,我太太完全能独当一面,充分体现了她是“领导”的家庭关系。

我俩这几年创作了很多健康脱口秀作品。在创作过程中,分歧必然是有的——经常会互相看不上对方的文稿;但最后看到站上舞台的对方,又都会由衷钦佩。去年,我开设了全国首个医生个人的健康脱口秀专场《戏说外科史》,文稿也凝聚了我太太和我的心血。

要用十六个字形容我家,那一定是“夫妻和睦,共同创作,举案齐眉,科普侠侣”。

科普的试管里沉淀出易懂的结晶

是我最严格的“段子评审官”,每个梗都要经过她的“急诊式”检验——能逗笑一个疲惫的孕妈,才能算合格。正是这种互相打磨,让我的科普风格逐渐成熟。

2023年,晓男刚刚结束生产回归职场,尽管工作异常繁忙,但也怀着一个走上《健康脱口秀》舞台的梦想。就这样,我俩一拍即合——就来个夫妻漫才组合吧!孰料,在选题这第一步上,我俩就有了巨大分歧,我在手术室上演“刀光剪影”,晓男在急危重症医学科玩转“生死时速”,都不愿意放弃自己的专业。直到某个周末,我俩被两个“小淘气”折磨得精疲力竭——弟弟嗷嗷待哺,姐姐缠着妈妈大哭。就在手忙脚乱地应付这场“家庭急诊”时,突然灵光一闪:这不就是最好的选题吗——新手爸妈的育儿误区!

这次经历让我们明白,最好的科普素材往往就藏在生活之中。这次漫才组合让我们真正从“医生夫妻”转变为“科普侠侣”。

因为工作和照顾子女,时间成了我们最稀缺的资源,所以只能利用晚上来创作排练——我俩戏称这是“科普夜生活”。时至今日,我们还是习

惯每天晚上睡前讨论一下我们的科普创作,这已成为我们最浪漫的“夫妻夜话”。我们像熟悉对方的心电图一样了解彼此,所以我们既能精准戳中对方的“学术死穴”,又能默契地互相“心肺复苏”——这就是夫妻档的魔力!我们的科普作品,永远带着“夫妻搭档”特有的温度与默契。

我们从诊室到舞台书写了独特的“科普双人舞”:2022年,我在晓男的支持下斩获“上海市科普讲解大赛一等奖”和“上海十佳科普使者”;2024年,角色互换,我助她荣膺一等奖。今年,我俩共创奇迹——同年度双双立项“闵行区科普项目”,我还获批了“上海市健康科普能力建设提升专项(青年创新)”……

从《健康脱口秀》的夫妻漫才起步,到各自尝试不同表达形式在医学科普中的应用;从各自斩获科普大奖,到共同成功申报区级、市级科普项目——我们用行动证明,好的医学科普既需要外科医生的“大开大合”,也需要急危重症医学科医生的“见微知著”。分开时,我们是各自领域的佼佼者;合体时,我们能创造出超越个人能力的精彩作品,或许这正是我们作为“科普侠侣”最独特的魅力。



讲述人

上海市第五人民医院 唐晓男
上海市第五人民医院 李宇津

我俩是医学界的段子手夫妻!不知从何时起,“夫妻档”成了我们最醒目的标签。我们就像实验室里的移液枪和离心机,一位负责精准吸取生活的笑料,一位负责高速分离知识的精华,最终,在科普的试管里沉淀出易懂的结晶。

2022年,我(李宇津)抱着试一试的心态参加了《健康脱口秀》第二季,意外闯入全国40强。这次经历让我意识到,原来医学知识还能用这么有趣的方式传递。当时晓男正怀着二胎,但她依然



扫码看精彩视频