

[DOI] 10.19957/j.cnki.kpczpl.2025.04.012

如何帮助有影响力的专家写好面向大众的医学科普图书

——《胃，你好吗》责编手记

周 宁*

(人民卫生出版社, 北京 100021)

《胃，你好吗》(人民卫生出版社 2022 年版, 图 1) 是中国医学科学院肿瘤医院胰胃肠外科病区主任田艳涛教授创作的第 3 部科普图书。田艳涛教授坚持在科普前沿阵地已有 8 年之久, 我很荣幸担任了他前两本科普图书《漫画胃癌防治》(人民卫生出版社 2016 年版)、《你不了解的胃癌》(人民卫生出版社 2018 年版) 的责任编辑。这两部作品曾获得 2019 年中华预防医学会科学技术奖普及奖、2020 年北京医学会科普奖、2021 年中华医学科技奖医学科学技术普及奖等多项科普奖励。但我们并不满足于已有的工作, 田教授也希望持续做高质量科普。在身边朋友们的建议下, 2020 年 4 月, 他开设抖音号并持续更新, 成为重点三甲医院科普专家的代表性人物。不到一年时间, 他的科普视频就吸引了十几万粉丝关注, 也积累了不少优质科普内容, 尤其是一些经过读者筛选的受众面较广的内容。如何把新近积累的优质科普内容整理成适合出版的图书, 是摆在田教授和我面前的共同课题。

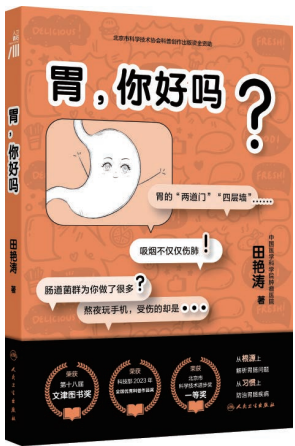


图 1 《胃，你好吗》(人民卫生出版社, 2022 年 8 月)

我所在的出版机构是国内领先的医学出版社——人民卫生出版社(以下简称人卫社), 作为人卫社编辑, 我们也为拥有韩启德院士、张文宏教授、田艳涛教授这样的知名专家作者资源为荣。人卫社的很多作者都有非常丰富的临床经验与社会资源, 这些资源是我们做书得天独厚的先天优势。不过, 优势如果不加以善用, 也可能变成劣势。一些时候, 拥有丰富的资源会在无形中放大作者话语权, 一定程度上忽视编辑的建设性

*通信作者: 周宁, 人民卫生出版社副编审, 研究方向为医学科普及人文出版。zhn@pmph.com。

意见。科普图书编辑在市场端经验丰富，见过更多的图书形式，更了解阅读是怎么发生的，读者的兴趣点在哪里。对于大多数醉心于本职工作的医生来说，要做好健康科普，特别是做出读者喜爱的作品，需要越过一条宽大的心理鸿沟。很多时候，医生作者简单收拢已有内容便直接交给出版社出版，错失结构优化、内容建设的良机；编辑面对社会地位较高的作者，一般也就偃旗息鼓，把意见藏在心里，收到什么稿件做什么稿件，这种状态下产出的作品很可能受众面过窄，内容过专，其生命周期可想而知。

面对身边丰富且优质的专家资源，编辑该如何做？为了提升医学科普作品的质量和传播效益，作者又怎样进行配合？《胃，你好吗》这本书的编辑出版，遵循了三个基本原则，同时配合一些工作思路与方法，从三个切入点来提升稿件质量。我想，这些原则与方法对医学科普创作出版工作可能有启发和借鉴意义。

一、编辑能始终坚持择优出版的原则，敢于说“不可以”

田教授完成《胃，你好吗》的初稿整理后，召集编辑与创作团队开了一个小型编写会。在会上，我看到了初稿的样子，大概 22 万字，作者花了不少心思。不过，它距离一本优秀的科普作品，还有很大一段差距。我在想，轮到自己发言时，如何表达才能够让作者接受批评意见，并愿意配合修改呢？

这部书稿初稿的问题几乎是医学科普出版中普遍存在的问题。医生大多读专业书多，读社会学通识书少，有的医生甚至一整年也不买一本通识读物，不了解科普图书市场情况，也没有精

力细致入微地观察买书人一般下单什么书。很多医生是基于自身有限的、落伍的书籍经验，展开科普写作的，甚或有的大专家层层下包给年轻医生写科普。以上这些都是产生平庸内容的风险点。

每当接到新稿件时，编辑的大脑会进入高速运转模式，要快速浏览篇章结构、标题、试读内容，在很短时间内形成评估，作出决策。常常会有这种情况，一些稿件内容或写法不太对销路，但作者在相关领域内有一定影响力，面对这样的稿件，编辑可以有两个选择，一是对问题视而不见，反正作者自带宣传资源，书卖出去保底量就行了，这对编辑来说是一条轻松的路；编辑还可以有第二个选择，那就是实事求是，敢于说“不可以”，这对编辑来说如同一条上山路，充满艰难险阻，需要体力、勇气，需要用智慧破解困局，更需要有坚持到底的意志力——这些都需要编辑付出大量的时间精力，做好挑灯夜战与连续碰壁的心理准备才能做到。

那次编写会上，我的发言应该是非常“尖锐苛刻”的。因为图书出版后，田教授主动写了一篇创作心得发表在“今日头条”上，记录了他当时的感受——“初稿得到了编辑无情的否定乃至毙掉”。假如昨日重现，今天的我还会不会义无反顾地“实话实说”呢？面对一个新选题，我们是不是始终葆有初心，知其不可而为之呢？我也不知道当我严格的诊断书一开出，作者会不会“拍案而起”。这种情况下，挫折肯定会有，我遇到过很多次来自作者的婉拒——“周老师，我们知道您说得对，但是我们实在是精力有限，改不动了”。在出版资源丰富的前提下，对于不能继续配合修改的稿件，编辑只能遗憾放弃，因

为编辑的工作时间非常宝贵，如果把出版的人财物资源用于达不到预期的稿件上，势必会浪费出版资源。

令人欣慰的是，田教授承受住了编辑“无情”的批评，并尽全力修订调整了书稿的结构与内容。

二、以读者利益为中心的出版原则

作为编辑，要常常扪心自问“我在为谁而工作”。编辑在工作中常常会陷入满足作者需求还是满足读者需求的两难选择。但科普图书需要起到传播科学精神、科学思想、科学方法及科学知识的作用，如果作品无法很好地满足读者需求，那么传播的效果就会大打折扣，其经济效益和社会效益难以达到预期水平，作者和编辑的努力可能会显得像“无用功”。

具体到医学科普领域，医生作者在创作方面并不是专家，更愿意写他们自己熟悉的、无须努力查找资料的内容，例如与自身领域相关的疾病诊断、药物、手术等；医生作者也喜欢沿用旧有的科普问答形式，常常倾向于采用与教材相似的作品结构，一个标题下用次级小标题分几点来回答问题，堆积自己认为读者有必要了解的知识点，较少能主动以适合科普阅读的写作模式呈现内容。究其背后的原因，很多来自作者对读者买书行为的不了解，对阅读活动的不重视。其本质是作者与读者的关系错位，这会导致阅读活动无法自发启动。对于没有医学背景的一般读者来说，自己或者身边重要的人没有患某种疾病或不存在相关隐患时，一般是不关心这种疾病的诊疗问题的。至于一些常见的健康问题，在互联网、人工智能发展迅速的今天，读者还可以从很多免费渠道获

得权威知识，而并不需要买科普书来学习。

医生作者不仅知识水平过硬，自身还懂写作、懂传播，这是很多医学科普编辑理想中的情况。在“骨感”的现实面前，身为编辑，要通过沟通，协助不懂写作、不懂传播，但有意愿提升作品质量的作者，弥补他们所缺失的读者视角。编辑若观察得足够仔细，可以发现某类作品的目标读者对图书的外观设计、内容主题、表达方式等有偏好，接下来就需要有针对性地把这些偏好、需求传递给作者，并协商具体的修改方案。医生作者若不满足于仅仅完成出版，而是希望知识和观念能够惠及更多读者，则需要认真听取编辑意见，尊重读者的阅读习惯，才能反思自己的不足，推动创作端的变革。

三、坚持编作之间的平等原则

出版工作的传统价值观是低调，退居幕后，编辑的价值很难被社会所了解，远不及医生等一线职业有辨识度，在一个医学科普出版项目中，编辑如果地位远低于医生，就难以以平等的身份沟通、合作。可以想象，在编作地位、信息均不对等的情况下，若书稿最初并不理想，后面也就只能在现有基础上缝缝补补，难以有改头换面的变化。此时，偏倚的关系基础很难通过合作让不理想的初稿变成优秀的作品。科普作品不是作者的私人物品，也不属于编辑，科普作品需要向读者传递知识、技能、观念等，因此其最终的归宿在读者。要达到这一目标，就要尽可能消除编作之间的信息、地位差异，形成平等、尊重的互动关系，树立以读者为中心的共识，实事求是，通过讨论协商实现信息的透明化、公开化、同步化。

笔者在多年的编辑工作中，一直坚持的原则是，不论作者是多高地位的专家，都要直接与专家本人沟通选题，而不是通过学生、助理等其他人员转达，间接沟通选题。作者躬身入局，亲身经历编辑的批评意见，很大程度上会促进选题的优化提升，这也是出版工作应该坚持的原则之一。本书的创作过程，就很好地体现并证明了这一点。

四、推动稿件从璞玉转化为大器

将有一定价值但不太理想的初稿，雕琢成为叫好又叫座的作品，这是编辑指导修改和作者修订的共同目的。对于编辑而言，这一重要的转化过程需要循序渐进，大体上有三个切入点。

第一，抓好篇幅和各层级标题，提升作品中有效且有趣的内容比重。对科普作品来说，篇幅是一个非常重要的问题。如同气象工作者对大气温度、相对湿度、风向、风速等主要指标开展监测一样，编辑对稿件的监控也有几项指标，字数就是其中之一，编辑需要对字数建立高度敏感性。篇幅直接影响对作品的写法，也在某种程度上影响作品所能展现的深度、广度。借鉴国际优秀科普作品的惯常做法，编辑需要大致约束科普图书的总字数、标题层级以及各层级标题下的内容体量。从读者视角看，医学科普选题的亲合力大多低于人文社科类选题。因此，全稿的最佳篇幅需要考虑读者的接受程度，具体选题具体分析，不是越长越好，也不是越短越好。通常情况下，超过 20 万字的医学科普书稿，读者的阅读难度也会增加。有些医学科普作品字数偏少，如少于 8 万字，还有些面向成年人的作品只有三四万字，全稿中的插图都是与正文关联度较低

的图库图片，且选图品位不高。这也折射出当下科普作品的某类弊病——内容追求大而全，但流于表面，实用性不够，且插图的编创思路过于简单粗暴。结合多年来对市场产品和读者习惯的观察和实践经验，笔者认为《胃，你好吗》比较适合定位为中等规模的科普作品，全稿字数上限宜控制在 15 万字左右，应在初稿的基础上，通过合并、删减等方式压缩 30% 的内容。同时，标题结构也应进行调整，标题层级分为两级，一级标题为“篇”，全稿总共不超过 10 篇，每篇下面设立多个二级标题。

特别需要注意的是，在本书的标题结构下，每个二级标题下的字数不能过少。二级标题下的内容即作品正文，这是创作主阵地，作品能不能与读者产生化学反应，关键就在这里，因此必须具备充足的字数。对《胃，你好吗》来说，每个二级标题下的内容尽可能达到 4000 字以上，以充分论述每个科学问题的来龙去脉。具体要补充什么素材，则需要作者扩大文献阅读，增加输入，丰富输出。田教授依照以上原则对初稿进行了调整，例如第一篇中的二级标题“为什么肠子这么长”，就是初稿原本没有的话题，补充创作时，作者提出了一个有趣的新创意，让胃镜、胶囊内镜作为“导游”，来实现观察视角的拉近、拉远，论述了小肠要足够长，才能维持基本的消化功能。再如，书稿修改时新增了话题“早饭晚饭，吃还是不吃”，来回应当下公众关切，田教授查阅并引用了《美国临床营养学杂志》（*The American Journal of Clinical Nutrition*）刊登的一项研究结果，该研究通过实验发现不吃早饭有增加炎症反应的风险；对于晚饭，田教授则从消化系统自身规律出发，结合《黄帝内经》的思想，

辩证分析，给出了建议。在接到编辑提出的字数与结构层级方面的要求后，作者可以从不同角度展开叙述，这样图书的内容才不会显得过于单薄，读者也能对作品主题有更加全面的认识。

第二，抓关键部件质量，搭建连续的阅读空间。阅读空间如同建筑空间，得当的层级结构和符合认知规律的逻辑，既能凸显科普作品的专业性，还能够引导读者循序渐进，获得舒适的阅读体验；而开阔、有格局的阅读空间，更能让作品不落俗套，变得好看好读有灵气。在合适的篇幅与架构基础上，编辑需要提升站位，从高处俯瞰全书结构是否匀称，是否有缺失。编辑首先要做的是装饰图书的“门廊”，辅导作者写好前言。读者常从前言判断作者的写作水平，而前言却往往不被作者重视，这样的错位，需要通过编辑的提醒和督促来弥合。其次，编辑要问作者“最想告诉读者的观点有哪些”，将这些观点提炼成金句，用于封面或腰封，书稿也宜围绕这些观点来布局谋篇。就本书稿而言，作者重视了前言的撰写，他用“胃，可以说是一个默默无闻的‘劳模’，是一个谁都离不开，却也最容易被忽视的器官”一句作为全书起始，这也正是作者最想告诉读者的一句话。第一篇“初探胃肠道”与第二篇“对外交流的最大脏器”是稿件修改时补充创作的内容，目的就是构建符合认知规律的阅读空间，为作品后续搭建打好基础。

第三，抓章节文字的“进”与“出”两头，引发读者共鸣。医学科普作品通常可以从大众熟悉的场景入手，调动读者的个人经验，拉近心理距离。在此过程中，既可以提供情绪价值，也可以有效输出科学认知。例如第一章里，“从食物到便便，一段奇妙之旅”这部分修改时从吃大汉

堡这个日常场景写起，介绍人体如何依次体验到食物的“色香味”，同时补充大脑的协同、消化液的分泌等科学信息，随着生活体验的唤起，知识就可以自然而然流入读者脑中。

通过输出认知给作品价值赋能，对科普创作而言非常重要，这需要作者和编辑配合完成。医生擅长讲疾病与诊疗，但是谈到自身研究领域之外的人体生理功能、医学史、社会心理及生物学领域，可能就不擅长了，很多医生作者在创作时止步于此。但是，仅仅讲疾病与诊疗很难帮助读者建立完整的生命图景认知，医生做科普，就要突破自身擅长的细分领域舒适区，结合人体世界、生命系统、社会系统等内容，持续探索、思考。这也是《胃，你好吗》一书在编创过程中重点策划补充的地方。医生作者需要对选题做功课，更要广泛地查阅文献，深入生活，观察普遍认知的盲点有哪些，还要阅读借鉴各国的优秀科普作品，以塑造我们的原创科普精品。修改时，笔者和田教授一起删掉了很多有关疾病诊断和治疗的细节内容（这些正是医生的创作舒适区）。在改后的稿件中，作者以切换镜头的方式介绍胃肠道，提炼出一些认知重点，如胃既强大又脆弱，胃是情绪器官，菌群与人共存以及日常生活里的胃肠问题等，再结合自身观点、家人故事、朋友故事，叙议结合，最终完成既定的创作目标。

五、余论

一本优秀科普图书的创作与出版，包含着数不清的细节，凝聚着作者和编辑等创作团队无数日夜的心血，其背后往往是思想的碰撞，批评的提出和接纳。在笔者看来，好的科普作品一

定要有真知灼见，如此才能打动人，让人有所收获。

《胃，你好吗》出版后很快就入选了 2022 年 9 月中国好书榜单，转年又获得了第十八届天津图书奖，这些都是对创作团队的极大肯定与鼓励。作为医学科普编辑，我们每天的工作就是与全国各地的医生作者进行交流，交换我们对于科普创作的思考。我们的编辑团队也以推出中国原

创的医学大众类作品为己任。《胃，你好吗》历经两年多打磨才正式出版，我们也在以同样的耐心孵育下一部科普作品，并期待涌现更多原创佳作，推动我国科普创作事业不断繁荣发展。基于此，本文从编创的角度对图书创作出版历程进行回忆记录，真实反映创作过程的经验和体会，希望对更多科普创作者及编辑提供启发和参考。

（编辑 / 齐 钰）