湘雅医学生坠江，我们究竟该反思什么？

一名医学研究生在25岁的青春年华逝去。

3月14日晚23时，长沙警方发现橘子洲大桥有人坠江。第二天下午，坠江者被打捞上岸，经确认为中南大学湘雅医学院2023级研究生孙玉（化名）。

国内临床本科通常是五年学制，加上三年的住院医师规范化培训（下称“规培”），培养一名本科学历的医生通常需要8年，培养一名硕士学历的医生需要11年，一名博士学历的医生则需要13年。

孙玉是一名专业型硕士。因研究与规培并轨，医学专硕是投入产出比最高的选择：8年便可拿到毕业证、硕士学位证、执业医师资格证和住院医师规培证，成为一名硕士学历医生。

孙玉2018年考入中南大学临床医学系，学制五年。这个年轻的女孩子热爱医学，高考后，明知医生很累，还是主动选择了医学。本科的五年里，她认真学习、实习。2023年，她以优异的成绩保研本校。

按照原本的时间线，四个月后，孙玉将成为一名年轻的小医生。而现实是，这个拥有医学梦的年轻女孩倒在了八年长跑的终点前。

1

突围的优胜者

在跳江前，孙玉在多个微信群中发了一封千字遗书。

知情人李晴（化名）证实了遗书的存在，她于14日晚23点03分在其中一个群里接收到了这条来自孙玉的消息。

在另一个保研群里，遗书的前一条消息也来自孙玉，内容是帮导师古平（化名）招生。孙玉写道：

“有学弟学妹想考湘雅神内的吗？我导师现在有一个省重点课题，一个国字。虽然是硕导，但是已经在申博导，说进展很顺利，最迟明年可以收博士。老师性格很好，本人摸鱼一年没被骂过。有意向的可以直接戳戳我”。

一位同学在孙玉去世后回忆，“看到这段可爱的消息就去跟她聊，当时的她积极阳光，充满希望。猫猫会一直有香饭饭，猫猫永远都可以吃到香饭饭”。

“猫猫爱吃香香饭！”是孙玉的微信昵称。她平时的语言十分可爱、俏皮，有许多叠字和诸如“啦”、“呀”这样的语气词。

崩溃后，她还保留着这样的语言习惯，3月14日晚23点03分，坠江前，她说，“我夜班上完啦！后续病人可能要拜托各位！祝各位生活幸福！”

在本科同学心中，孙玉“一直以来都是活泼善良、美好率真、热爱生活的样子”，她曾设计过诊断学周边，还为2023届学生的毕业歌会制作了邀请函封面。

在李晴的印象里，孙玉很热爱医学，“平常很多学科推送都有她，可以去看她笔记，很工整的”。2021年6月，“学在中南”评出了医科十佳学霸笔记，孙玉系统解剖学、生物化学、医学遗传学的课程笔记入选。

那条招生信息发自2023年7月3日，彼时的孙玉刚结束五年的本科学习，本校保研至中南大学湘雅医学院神经内科古平门下，专硕，三年制，顺利的话，将在今年7月毕业。

在教育部、卫健委等部门的医学人才培养规划中，有两条不同的路径：

学硕的培养目标是科研人才，学生不接触临床，它的录取分数更低，但毕业后，学生要走上临床医生还要额外花3年时间规培；

专硕不同，它的培养目标就是培养”会看病”的临床医师。学生们在硕士期间完成住院医师规培，拿到规培证，同时它对科研要求低一些，即科研规培并轨。

由于专硕少了三年，毕业拿四证即可直接就业，大幅缩短了一名医生的职业成长周期。对这些小医生而言，提前三年毕业，意味着可以提前三年挣钱、定科、评职称，也可以在27~30岁的年纪里考虑婚恋、买房、生育等人生大事。

因此，每年医学专硕研究生名额比学硕竞争更激烈，成绩最好的医学生，在疯狂抢专硕。

以临床医学专业为例，2026年，北京大学医学部专硕研究生的录取分数线为355分，学硕为310分，相差45分。浙江大学临床医学专硕录取分数线为380分，学硕为310分，相差70分。

在保研方面，专硕的竞争也更为激烈。中南大学湘雅医学院专硕规培生李墨然（化名）告诉《健闻咨询》，湘雅的保研率在985高校中处于偏低水平，据他推算应该不足20%，热门科室更低。

据他介绍，湘雅的期末考试难度很高，甚至被认为比考研的西医综合科目更难。在100分的计分体系下，想要拿到神经内科的保研资格，绩点几乎要接近满绩。

李墨然所在的班级，期末很少有老师“捞人”，挂科现象普遍，近乎三个人里就有一人挂科。“孙玉同学能够本校保研到神经内科，非常优秀。”

医学本身是中南大学的强势学科，教学严格，不仅有期中期末考，还有各种小测，“医学院本科生能够保研是需要付出很多精力和时间的，保研成功意味着每一门课都有认真学，而且每一门考试都成绩优异”，而且，孙玉“很早就在实习了”，学习、实践都没落下。

在人生的前22年里，孙玉医学梦走得十分顺畅。五年制本科的保研录取信息会在大四确定下来。

2022年9月，查询到录取信息的孙玉在朋友圈写道，“最爱的科室、最好的团队，从大一模糊的期盼，到大四的向往，终于圆梦了”。

2

没有退路的三年

同孙玉、李墨然一样，当脱颖而出的医学生们踏入专硕这一围城后，才真正意识到自己将面临怎样的生活。

繁冗庞杂的课程、科研和实习内容，被严丝合缝地压缩进三年的时间里。

孙玉的遗书和社交媒体记述了专硕这三年如何迅速击溃了她的医学梦。

医学专硕生第一年需完成执业医师资格证并开题，已经毕业上岸的医生火火（化名）告诉《健闻咨询》，“这两件大事中间只隔一两个月，前后很紧张，同时每天都要上班”。

2024年7月，闯过这一关的孙玉还会在周末开开心心地吃美食。9月，她拿到了执业医师资格证，憧憬着成为一名“拿证上岗的小医生”。

10月，情况急转直下，孙玉“反复告知辅导员、教务办、告知一切我所能接触的上级，导师安排的各项任务已经严重影响了我正常的规培工作”。

一些数据可以让我们更直观地看到，作为神经内科的规培生需要完成哪些任务。

例如，某市制定的《住院医师规范化培训内容和标准（2023年版）》要求，神经内科的规培生最低需参与30例脑梗死治疗，脑出血、颅内感染性疾病、脑膜炎最低10例，还包括其余20多个病种的疾病。

此外，在基本技能要求方面，神经内科的规培生至少还需要完成60次规范完整神经系统体格检查与定位、80次头颅和脊柱CT阅片、80次头颅和脊柱MRI阅片等操作。

而孙玉需在临床规培的同时，“负责导师数项跟药企合作项目的入组、随访、伦理审核，给她做课程ppt，做各种学会任职的申报和日常工作”。

张轮（化名）曾是一名湘雅神经相关药物的受试者，与她接触的便是这些“最基层的医学生”。她观察到，医学生们要负责受试者的一切，包括饮食起居，“即便是我要求不用管了，但学生们仍然会做，因为PI要求他们做到这些”。

因这次临床试验，一位年轻的湘雅精神科医学生李李（化名）与张轮成为好友。与孙玉的命运相似，那位年轻的医学生也曾因不堪重压选择轻生。

规培生要面对着不同角色的指挥，指令冲突的时候，夹在中间的学生们，先要完成他们的工作，课业排在最后。

无法完成冲突任务的结果便是“两头挨骂”：实习这边要接受导师安排的任务，规培那边又要接受临床带教的指令。

李晴看到，很多带教自己也很焦虑，病人的压力、医疗环境的锁紧，让整个科室就跟压力锅一样，作为最底层的学生，遭受的委屈就像水珠碰到滚烫锅壁瞬间蒸发，微不足道，无人在意。

规培工作与读研任务之间的矛盾全部压在了学生身上。一边是临床工作的特殊性，必须24小时对工作、对患者负责；一边是科学研究的特殊性，必须时刻保持严谨。

时间由6年压缩为3年，但科研和规培的任务量都没有减少。学生两边都无法得罪，只能夹在中间活受罪。

2025年8月，被临床和研究两面夹击“实在受不了”的孙玉，为解除自身痛苦选择了跳楼。

湘雅二院有湖南最好的精神科。医生们救下了孙玉，也曾救下李李。 和孙玉一样，李李住院、配合治疗、出院。父母、老师、医生都在帮助她，李李一度接近临床痊愈。

但回到这座围城里，情况并没好转。张轮回忆说，李李最常说的话就是累。最后的一个月里，李李每天只睡3–4个小时，人总是处在极度透支的状态，李李“夜班完了上白班，白班完了上夜班，在医院里根本就没有办法得到休息，压力有时来自患者，有时来自家属，有时来自导师，最后她没有给我们任何的反应时间”。

对孙玉来说，若要拿规培证，就得要经历规培考和出科，出科需要当前科室的负责人同意，也就是带教。“所以，不能和带教闹掰，不然不给出科，她规培流程走不下去，就拿不到规培证，没有规培证，就拿不到学位证”。

李李的父母曾主动提出，若是湘雅压力太大，就回到地方小医院。但在拿到学位证、毕业证之前，那并不算一条退路。

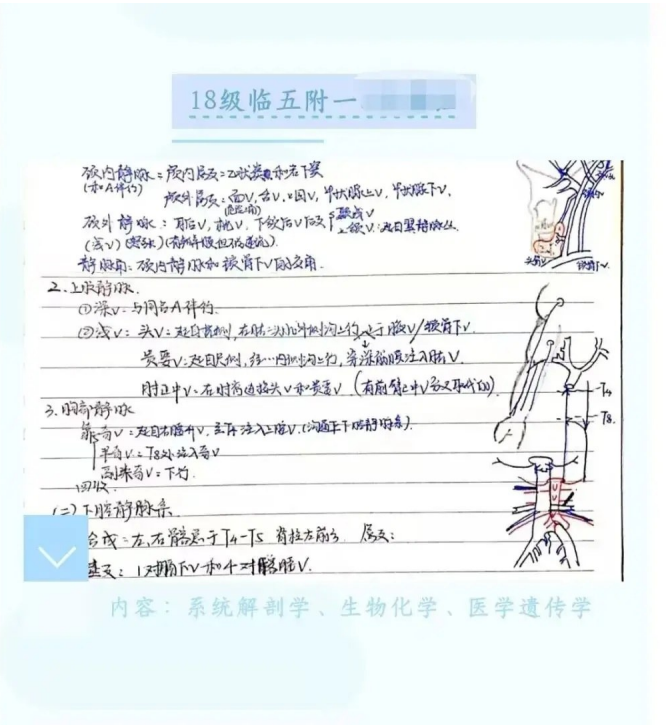
李李跟张轮说，“如果能写完论文、毕掉业”就去宁波玩。在结束生命前的四天，李李说“我想回家了，我想回去跟家人们待在一起了”。

3

医学专硕的围城

医学专硕生的3年时间大致被切分为两块：33个月的临床轮转，剩下的留给实验和论文。学生的身份也被撕裂：一面向带教主任负责，一面向导师负责。

她的导师性子急，言语上从不客气，有时自己在病例上写了错字就会挨骂。火火毕业后依然在医疗系统内，据她所见，这样的导师不在少数。



规培时，有的带教老师会要求学生随时待命，一时找不到人便会发脾气，上厕所时间长了一会儿便会遭到“擅自离岗”的指责。

研一那年，火火睡前会边哭边翻看学生手册，酝酿退学。但选择退学需要权衡多重现实因素：是否具备转行的底气，家庭与个人条件能否支撑重新开始。在巨大的沉没成本、现实家境与个人处境面前，退学未必是更明智的选择。

规培排班会把一天的时间打得稀碎。在其他医院的同学甚至遇到过连续晚班，时间段是22:00到次日6:00。

当一个人处于睡眠被高度剥夺的情况下，会进化出生存法则。咖啡因变得耐受、无效。有些规培生会每隔两个小时强制站立、坐下、靠在墙边，闭目养神20分钟。

“如果特别困，就每隔半小时睡10分钟。简而言之，就是用短频的睡眠去取代一个完整的睡眠。长此以往，很多人会产生轻度抑郁、焦虑。”

在科室排班的间隙，李墨然会在实验室、宿舍之间来回穿梭，每天1万步并不是个夸张的数字。

做科研的紧迫感，在专硕的头两年还不太凸显。但当毕业倒计时开启，学生面临找工作大关时，会惊觉留给科研的时间不够了。

研一那年，火火曾亲眼见到延毕的师姐因小论文未见刊而向导师救助被拒。二十六七岁的师姐，最终也没拿到学位证。

这让她很早就明白，发不出论文、拿不到学位证意味着什么——当本科毕业后工作的同龄人已经结婚生子、升职加薪时，拿着千把块规培工资的医学研究生还在为毕业证发愁，“这是多么可怕的事”。

做科研同样也时常让李墨然感到挫败。“为了能及时找到工作，我们科研规培两手都要抓。然而世界是唯物的，专硕生不可能课外花两三个小时进行科研，就能和学硕生在实验室里泡一天达到相同的产出。当看到学硕同学能发表多篇SCI，硕果累累而自己还焦头烂额，落差感就来了。

李墨然浏览大三甲的招聘信息，除了基础的证书、资质外，论文和专利是重要的加分项。想要达到大医院的准入要求，每天至少要在科研上砸下七八个小时的时间。

从大三甲的招聘要求反推，李墨然觉得，专硕有些“高不成低不就”。如果去读学硕，他会更从容、宽裕。

学硕毕业再完成规培，既有临床实习经历，又有规培证、执业医师证，再加上学硕阶段就开始积累的学术成果，更能敲开三甲医院的大门。

“正常路径下，这些东西本来需要七八年才能完成，如果专硕想要在三年内全部搞定，是不是应该在培养方案和标准上做些调整？”

4

先要被看见

没有退路，惧怕被淘汰，又熬不过3年，这种处境在专硕医学生身上极为普遍。

南开大学博士，北京重光（天津）律师事务所律师周秀龙，曾代理过400多起与医生离职相关的诉讼案件，其中有些涉及专硕毕业生的悲剧案例。

周秀龙告诉《健闻咨询》，专硕规培生身份仍属于学生。根据《民法典》侵权责任编相关规定，学生在校期间，学校负有保障其基本人身、财产安全的法定义务，应当承担相应的监管与安全保障责任。

在遗书中，孙玉写道，“教务办、导师不断问我为什么别人没事我有事，反复叫我反省自己”，在出院后并未得到关照，“只是反复被拉去审问，签署各种保证书、免责书，反复训斥”。

北京天霜（天津）律师事务所张永泉分析称，结合司法判例，因长期精神控制、言语刺激等不当行为诱发自杀，相关方需承担民事赔偿责任，但责任比例不超过同等责任，死者自身需承担50%以上主要责任。

张轮回忆说，孙玉和李李的遗书有相似之处，李李也请求，湘雅不要为难她的父母朋友，离开完全因为自己。

孙玉所经历的谈话、签署的保证书，李李也都经历过。李李的同学很少有人知道她已去世的消息，家人朋友不愿再提起沉痛的往事，也未继续追责。

曾有两所高校自杀的学生亲属曾联系过周秀龙，但后续也未选择诉讼。死者亲属选择与学校私了。校方赔偿约50~60万，比地区标准更高的金额，以息事宁人。

种种缘由，使得专硕医学生们的处境、待遇并未充分暴露在公共视野中。

孙玉坠江后，过来人会谈论年轻人的脆弱，而孙玉的同龄人们则将这份通告，转发给长辈，以试探如果自己是孙玉，是否会有人站在自己身边。

如今作为“社会人”的火火，已然懂得很多事情并没有自己想象中那么严重，但她依然共情孙玉的遭遇，也共情当年的自己。她说，人生往往在一念之间，那三年之中的某一个时刻，若是熬不过来，自己或许也就成了孙玉。

火火说，的确许多人都是这样熬过来的，但“从来如此，便对吗？”。