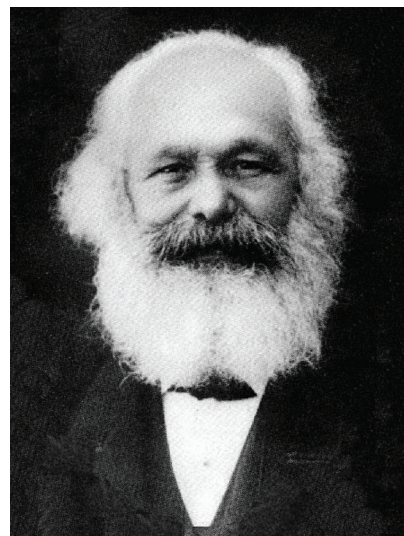


医者感悟：科研路上你我同行

褚玉新

在科学的道路上没有平坦的大道，只有不畏艰险沿着陡峭山路向上攀登的人，才有希望达到光辉的顶点。

——马克思



马克思于 1882 年

这几年的摸爬滚打也有积累了一些经验，笔者和大家分享一下我的个人经验。一个合格的科学工作者需要在外语水平，阅读文献的能力，实验设计和操作，撰写论文技巧方面不断学习，持之以恒，坚持就是胜利！

❖ 修炼外语水平

这些年来，我一直在坚持学习英语。在学生时代，我坚持每天看世界文学名著大书虫，如高尔基的《童年》，然后把学到的新单词和新句型运用到自己的文章中，坚持半年之后，就逐渐顺手了。到研究生阶段，我们有两本教材《Medical English》上下册。从背单词，记词根，到句子，到文章，我都坚持学习并做笔记。然后再看医学的外文文献。

学习 GRE 对于我英语水平的提高至关重要。我从网上下载新东方俞敏洪老师讲 GRE 词汇的 mp3，复制到手机里面随时随地可以听。利用坐公交，等车，吃饭等空闲时间，见缝插针背单词，学句型和阅读理解。特

别推荐胡敏主编的《读故事记单词》，结合 mp3 练听力，可以帮大家切实提高英语水平。

❖ 修炼阅读文献的能力

有几个好的资源推荐给大家，我也是每天从这里学习新知识的。大家多关注一下美捷登的官网，施一公的微博，科学网，这些大牛介绍的读文献技巧非常好。我的手机微信关注了 medjaden, medsci, 常青藤编辑，丁香园，link-lab。平时一有空我便会从这里捕捉到一些非常有用的科研经验。对于如何阅读文献和提炼思路很有用。

我在看文献时，一定会紧扣自己的研究方向和主题，记录并摘抄一些好的句子，日积月累成体系，最后到自己写文章的时候便顺理成章。

❖ 培养实验设计和操作能力

实验设计很大程度上来源于看文献的积累。我们在做任何一个实验之

前先弄清楚实验目的，方法，预期结果，可能会是什么结论。写好操作步骤，做到胸有成竹之后再动手。对于一些常规的实验操作，例如，细胞培养，RT-PCR，Western blot，ELISA 等，大家只要做的多了便会熟能生巧。对于一些没有做过的实验，例如 ChIP，彗星分析等，推荐大家先从“生物无忧”的网站上看下别人的标准操作，然后再亲自动手，这样学习更加直观，高效。每次的实验结果都要认真详实记录。

❖ 撰写论文的技巧

现在衡量大家科研水平的硬指标是 SCI 文章和基金支持。写作技巧非常重要。我从 medjaden 的培训课程中受益匪浅。建议大家多关注一下 medjaden 和 mogoedit 的官网及微信，有详细的 SCI 写作技巧介绍。

总之，科研是需要积累的，只有持之以恒的努力才可能成功，科研路上你我同行。■