

# 你了解现代康复医学吗?

## 探访市中心医院康复医学科

朱洁



医护团队

提质改造后——

## 市中心医院康复医学科将对外开放

6月16日,市中心医院田心院区。新落成的住院大楼已完成装修,将于本月30日对外开放。大楼的1—3层为医院康复医学科,各个治疗室、病房,新起点。我们希望给株洲患者全新的感受,提供功能更强大的康复治疗和服务。”

### 健身房? No! 这是康复治疗室

笔者走进即将开放的康复医学科新病区,发现这里像一个大型的“健身房”。

医护人员介绍,这里配备了不同功能的康复治疗室,包括现代康复的物理治疗室、作业治疗室、语言心理治疗室、水疗室等,还包括传统康复的针灸治疗室、熏蒸治疗室和推拿治疗室等等。

罗勇介绍,现代人对生活质量有了更高更美好的追求,经过10多年的快速发展,市中心医院康复医学科已开展传统、现代等多种康复治疗手段。“比如未病治疗,运用中医干预手

段,未雨绸缪、防微杜渐;运动治疗,帮助运动障碍患者恢复已丧失或减弱的运动功能,并预防和治疗肌肉萎缩、关节僵硬;物理治疗,利用声光电磁热等物理效应,去消除炎症、缓解疼痛的作用;作业治疗,对日常活动(如职业劳作、文体活动)减弱的功能,有针对性提高其技巧,使患者能真正回到社会等等。”

治疗室里的各种仪器都有不同的靶向功能,有的是帮助恢复平衡能力的,有的是刺激肌肉的,有的是帮助恢复肌肉力量的,还有可以带动病人肢体运动的……

### 游戏室? NO! 这是行为、语言康复治疗室

除了“健身房”,这些还有数间色彩明快活泼、摆放着呼啦圈、独木桥、各种球类等玩具的治疗室。它们很像是幼儿园的游戏室。

“很多人认为康复就是搞针灸、推拿,康复康复肢体。其实,随着学科发展,现代医学体系中的康复学科还致力恢复人们的行为、心理和语言等。”罗勇说。

这些“游戏室”就是康复患者行为、心理和语言等功能的所在。罗勇介绍,今后在作业治疗室,一些脑损伤、发育迟缓的儿童,还有一些因为中风等原因脑损伤的成人患者,都在此变身“学生”,而医师和治疗师就像“老师”。在老

师的帮助下,学生从简单的拾物、放置等动作开始做起,一点一点地训练自身的行为能力。又或者,训练将一个小球塞到一个简单的模具中,从桌上摸起一张纸牌,提起桌上的一小杯水……这些模仿日常生活的场景,学会日常生活中人们常用的技能。

语言心理治疗室的主要功能是恢复患者的言语认知能力的。来这里的病人有的是口吃人士,有的是因意外或中风导致语言中枢受损或者认知出现问题的患者。他们将在这里接受言语治疗师训练,通过各种治疗和训练“激活”原本的语言认知能力。

### 让患者自信且有尊严地生活

不仅恢复人们的运动能力,还恢复人们的行为、心理、心肺等功能,医院的康复科究竟服务哪些病人?

对此,罗勇介绍,和临床侧关注疾病本身不同,康复医学科关注的是功能。

“比如,一些做了心脏手术的病人,通过手术和药物治疗,病情已得到极大的控制,但仍然感到行动不便、出气不赢;再比如中风患者,经过急诊、外科抢救已没有生命危险了,但愈后吃吗拉撒不能自理;还有骨折后的病人,如果希望更快地恢复;又或者支气管炎、肺气肿病人,通过药物治疗已没有发烧、咳嗽症状,但依然生活吃力等等,都可以通过科学康复,解决困扰他们的问题。”他还表示,医学界有一句

话,康复医学科也是一门小全科,与多种疾病相关,但无论什么情况,越早接受康复治疗,患者的身体功能恢复程度和效果会越好。“当然,想要完全恢复如初是不大可能,毕竟创伤造成的后果是不可逆的,但可以通过科学治疗与训练,让患者往后余生更有自信且有尊严地活着。”罗勇说。

另外,除了生理康复,市中心医院康复医学科的医生们还非常看重心理康复。“在康复医学科,病人不是只要没有生命危险就可以置之不理的。所以除了康复病人的身体,更重要还包括康复病人的心。这一点,我们特别希望患者的家属也要换位思考和理解。”罗勇说。

### 核心提示

和众所周知的内外科等临床学科不同,医院的康复医学科,似乎是一个比较容易被大家小看甚至忽视的科室。一些人认为,搞康复医学的,就是扎扎针、做做推拿的按摩馆或疗养院,还有的人认为,那里只是残疾人需要去的科室……这其实都是大众对康复医学的不解和偏见。

随着社会和医学的发展,我国已相当重视康复学科的发展,将它和预防、临床、保健一起,列为现代医学的四大支柱。本期健康周刊带你走进提质改造后、即将正式对外开放的市中心医院康复医学科,让大家真正了解现代的康复医学,究竟是怎样的一门学科?到底都有哪些功能?能为患者提供哪些治疗和服务?



儿童康复



睡眠康复



语言康复

功能恢复光靠信心和意念还不够

## 看看这些令人惊喜的案例

### 科室简介

#### 市中心医院康复医学科

以现代康复与传统康复相结合为特色的专业科室,病房开放床位90张,康复治疗区总面积约2200㎡,设有物理因子治疗室、运动治疗室(PT)、作业治疗室(OT)、言语吞咽治疗室(ST)、认知障碍治疗室、儿童康复室、产后康复室、针灸室、颈肩腰腿痛中心、治未病中心、康复工程及康复评定室、心理咨询室等。引入欧美现代康复技术与理念,以专业康复治疗师和效果量化评估为基础,以康复器械及手法激发人体自我康复能力为核心,结合中医“调”为主的康复理念,形成效果好、见效快的康复服务能力。

科室拥有专业技术人员58人:其中康复医师11名,副主任医师4名,主治医师3名;康复护士20名,其中副主任护师1名、主管护师3名;康复治疗师28名,其中主管治疗师4名。

主要治疗脑卒中、颅脑损伤、吞咽障碍、失语症、脊髓损伤、周围神经损伤、颈椎病、腰椎病、脊柱侧弯与畸形、骨质疏松症、骨折、截肢、骨关节炎、软组织损伤、手足外伤、关节重建、运动创伤、烧伤、心血管系统、呼吸系统等疾病的康复治疗、产后塑形、体重管理、盆底康复、失眠、亚健康调理、小儿脑瘫、发育迟缓、自闭症及儿童保健等。

### 专家风采

#### 罗勇

康复医学科主任,副主任医师,市中心医院十佳科主任。

擅长:神经康复、骨科康复、疼痛康复(如颈肩腰腿痛、头痛等)及失眠、减肥、青少年近视、中医中药治疗、整骨治疗等。湖南省康复医学学会社区康复专业委员会副主任委员、株洲市物理医学与康复学专业委员会主任委员;株洲市康复医学科医疗质量管理控制中心主任。

#### 王婷

康复医学科副主任,博士后,副主任医师,中国优秀青年康复医师,市中心医院十佳科主任。

擅长:神经康复(中风偏瘫、脊髓损伤、面瘫)、骨科康复、亚健康调理、偏头痛、功能性消化不良、颈椎病、腰椎间盘突出、肩周炎、脑梗等多种骨科疾病及神经内科疑难病例的诊断和治疗。国家卫生计生委卒中防治工程委员会委员等。

#### 陈慧敏

康复医学科副主任,硕士,副主任医师,市中心医院十佳医师。

从事康复临床及教学工作十余年,擅长于脑卒中运动障碍、言语障碍、吞咽障碍等、脊髓损伤导致的运动障碍、感觉障碍、二便障碍的康复及相关并发症的防治;颈椎病、腰椎间盘突出、肩周炎、骨性关节炎、骨折及关节置换术后、运动损伤等康复;产后康复;亚健康调理。中国疼痛康复专业委员会青年委员等,参编人卫版《疼痛康复指南》。

多年的病例积累和经验告诉罗勇,信心固然重要,但生活不易,很多情况下不是光靠意念就能恢复功能的。

### 脑出血患者:从卧床不起到生活自理

曾患脑出血的王先生没想到自己还能回到工作岗位,带着孙女逛街、逛商场。

我国脑血管意外发病率呈上升趋势,患者在发病后通常会伴有运动系统、感觉系统、日常生活活动能力(ADL)等方面存留不同程度的功能障碍,极大影响生存质量。50多岁、事业有成的王先生在一次工作会议上突发脑出血,万幸的是,经过市中心医院抢救,他生命体征稳定,病情逐渐恢复。但王先生仍然伴有脑血管意外常见的并发症——偏瘫。

经过与医生沟通,王先生及时转入了该院康复医学科。接诊时,康复医学科医生会诊认为,王先生处于软瘫期,长期处于卧位,左侧肢体已完全无任何肌张力,面部、躯干肌群肌力弱。接诊后,该学科迅速启动脑卒中康复流程,康复小组24小时内完成全面康复评估,根据国际ICF原则,为王先生制定了系统的、有针对性的康复治疗计划。

此后5个月,每过一个康复疗程,康复小组对患者疗效进行重新评估,并根据结果制定更个体化、更精准的康复计划。家人也持续给王先生打气,一有进步给予鼓励和肯定。在医生与患者共同努力下,王先生从最初的卧床不起,到可以独立步行,最后实现了生活自理,生活质量得到提高。

### 小儿语言发育迟缓:从落后到追平

3岁多的丁丁已上幼儿园,每天和小朋友一起游戏、唱歌、诗词吐字流利清晰。

一年前,2岁的他还只会说3个字:“妈”“奶”“不”。随着社会的发展,现在的父母越来越重视孩子发育,很多发育迟缓的孩子,在儿保门诊都得到诊断。在儿保体检时,医生发现丁丁两岁只会说三个单字,未见其他词汇。听力正常,理解正常,能听懂并正确执行大部分指令。日常生活中用手势来表达需求。等待及轮流能力困难,好动,不能安静地坐和站,在要求得不到满足时大发脾气。两岁儿保体检结果显示,丁丁语言发育迟缓,建议及时干预。

孩子转到康复医学科后,医生们认为这是一个典型的语言发育迟缓落后于同龄儿童。经观察、了解及评估,语言训

练师为孩子制定了训练计划和康复诊治,通过选择孩子喜欢的场景和内容,进行一对一情景游戏、指导家庭日常训练、引导孩子表达需求等。两周后,丁丁就能指物说名称了。比如他看见杯子,会说“杯、喝”;看见碗,会说“饭、吃”。一个半月后,家属反映幼儿语言表达能力明显提高,并能积极表达自己的需求。另一方面,当语言表达能力出来后,丁丁不被满足后的暴怒情绪少了,等待和轮流的能力也显著提高,社会沟通交流活动方面,也能主动参与和分享了。后期随访,家属表示孩子儿保体检结果显示已达到同龄水平。

### 传统康复:发挥中医治未病优势

现代康复学科包括众多现代康复手段,更传承了传统的中医药康复手段。长期伏案的姐姐,在康复医学科治未病中心,接受系列传统康复治疗,恢复了困扰自己很久的肩关节功能,提升了睡眠质量。

53岁的姐姐左肩关节严重疼痛超过半年,多处求医治疗无效。随着疼痛加重,她肩关节活动越来越受限,不能上举,后伸,夜间痛醒。来到康复医学科检查后,医生发现她的

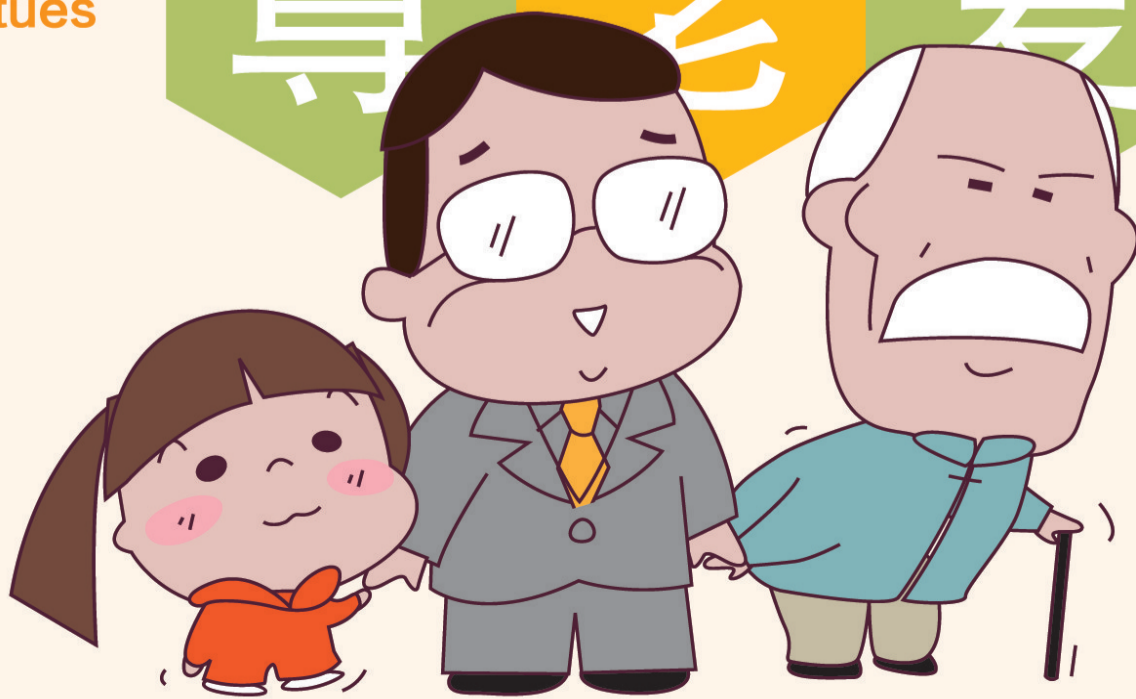
搭肩实验,肩关节外展仅45度、前屈约30度、后伸30度。影像检查显示,冈上肌腱水肿,变细,肩峰下有积液,节间沟水肿,肱二头肌肌腱鞘囊肿。核磁共振上见到白颜色圆形,这是组织内压高的表现。

治未病中心的中医康复师为姐姐切脉,并根据她的体质类型,给予使用扶阳罐进行温灸、温推、温刮治疗。刮痧时,使用特制刮痧油作为刮痧介质,让它在皮肤表面形成润滑减轻刮痧时疼痛,从而达到行气止痛,通经活络的作用。凡是患者刮痧疼痛的地方,都是核磁共振中有问题的地方。她只做了一次刮痧治疗,严重的肩周炎就出现了明显的缓解。病人称,刮痧的当天夜里,肩关节就不会疼痛得影响睡眠了,一周后,肩关节就不太疼痛了,一个月后肩关节恢复了正常功能和活动能力。

记者了解到,市中心医院康复医学科治未病中心是该科传统强项,积累了数十年经验,是进行未病养生、防病于先、欲病施治和已病早治防止转变的专业科室。这里内设体质辨识中心、传统疗法中心,可根据患者的体质类型,提供针刺、艾灸、经络疏通、扶阳罐、埋线、膏方调理、中医熏蒸、中药穴位贴敷等众多项目。

家庭美德 Family virtues

# 尊老爱幼



老人是宝,尽孝呵护全家天伦之乐; 孩童是宝,教育爱护国家栋梁之材。