

从“活着”到“好好活着”

——商洛市中心医院康复医学科为生命重塑质量

本报记者 南玺 朱良娜



名科荟萃·守护健康

商洛市中心医院主办

“医生,我老伴患脑梗死,经过康复训练还能借助拐杖走路吗?他以前最爱逛公园了。”4月2日,在商洛市中心医院康复医学科治疗大厅里,患者家属某某推着轮椅上的老伴,眼眶泛红,向康复治疗师急切询问。治疗师没有直接回答,而是扶着老人慢慢站起来,借助平行杠一步步挪动脚步。十几分钟后,老人额头上渗出汗珠,嘴角却露出久违的笑容。

这一幕,是康复医学科最平凡、也是最触动人的瞬间。日复一日,这里都在用行动回答同一个核心问题:如何帮助患者从“维生命的”活着,走向“拥有品质的”好好活着。

作为商洛地区康复医学领域的标杆科室,商洛市中心医院康复医学科汇聚了一支专业素养精湛、临床经验丰富的医疗人才团队。科室现有医护人员39名,其中主任医师1名、副主任医师1名、主治医师3名、住院医师2名、康复治疗师18名、康复护士14名。科主任王红斌兼任陕西省康复医学会理事、商洛市康复质量控制中心主任、商洛市医学会物理医学与康复学分会主任委员等职务,师从陕西省名中医贾文教授,曾于2011年赴中国康复研究中心深造,擅长神经系统疾病、骨与关节疾病、顽固性面瘫、急性慢性疼痛

及疑难杂症的诊治。在他的带领下,形成了一套中西医结合、康养结合的特色诊疗体系。

走进康复医学科治疗大厅,各种现代化设备排列有序、功能齐全。科室先后配备三维动作捕捉系统、步态评估与训练系统、平衡功能训练仪、吞咽障碍治疗仪、电动起立床、肢体功能训练器等一系列先进康复诊疗器械,为精准康复评估与治疗提供坚实硬件支撑。这里既有物理治疗、作业治疗、言语吞咽治疗、认知障碍康复训练等现代康复核心技术,也传承针灸、中药、推拿、中药熏蒸、穴位贴敷、拔罐等传统中医康复特色技术,实现现代康复与传统中医的优势互补。服务范围精准对接全生命周期康复需求,为每一位患者量身定制“一人一策、一人一案”的个性化康复方案,做到精准评估、精准施治。康复医学科面对的,往往是病情复杂、功能受损严重的患者群体。脑卒中后遗症、吞咽障碍、言语障碍、脊髓损伤、颅脑外伤、骨折术后功能障碍等病症,不仅让他们面临丧失生活自理能力的困境,更可能导致失去康复的信心。

2025年初,科室收治一名40岁的脊髓损伤患者,入院时下肢瘫痪,无活动能力,突如其来的变故让患者陷入重度抑郁,一度抗拒所有康复治疗。科室团队没有放弃,从最基础的床上翻身训练、肢体被动活动开始,耐心引导、循序渐进,每天一点点增加训练强度,一点点帮患者重建信心。3个月后,患者实现独立坐起,半年后,成功借助助行器迈出了康复后的第一步。今年3月初,回访

时家属表示患者现在日常生活中已经可以独立行走,基本日常生活得到了保障。

康复是一场需要耐心与坚守的持久战,医患同心,方能见效。为持续提升诊疗技术水平,让商洛百姓在家门口享受省级优质康复医疗服务,科室与西安交通大学第二附属医院张巧俊教授团队建立长期紧密的技术协作关系,搭建“上下联动、资源共享”的诊疗平台。

2025年3月,张巧俊教授及团队成员——中国康复医学会物理治疗专委会常务委员雷晓辉治疗师长轮转来院指导,开展教学查房、疑难病例讨论、病情评估、科研指导,雷晓辉治疗师现场演示了脑卒中患者步态矫正技术、脊髓损伤患者生活自理能力训练技巧,并利用三维动作捕捉系统对患者运动轨迹进行分析,将生物力学理论融入康复实践。科室始终坚持“请进来、送出去”的人才培养模式,一方面定期邀请省级专家来院带教、指导手术与治疗,另一方面选派骨干医护人员赴上级医院进修学习,紧跟康复医学前沿技术发展步伐,实现科室技术实力持续迭代升级。

康复治疗,既是技术的较量,更是人文的关怀。许多患者因疾病突发丧失生活自理能力,心理承受着难以想象的巨大压力,极易产生焦虑、抑郁、自暴自弃等负面情绪,这也是康复治疗中需要攻克的重要难题。“很多时候,患者抗拒训练,既有身体的疲惫,也有内心的焦虑。”科室治疗师黄攀坦言,“康复治疗,要先治心,再治身。”在治疗过程中,医护人员始终把人文关怀放在首位。在治疗

期间,他们主动与患者聊天谈心,分享身边的康复成功案例,激励患者,耐心疏导负面情绪,并逐步帮助患者重建康复信心。

康复与疾病并行,评估与康复伴行。神经康复是科室的核心诊疗方向之一。数据显示,我国每年新发脑卒中患者约240万人,其中70%至80%会留下不同程度的后遗症,包括偏瘫、失语、吞咽困难等。王红斌常向患者家属强调:“脑卒中康复‘黄金期’,一般是发病后的前3至6个月时间。在这个阶段介入康复治疗,对于大脑功能重塑、诱导神经发育效果最好。过了这个时期恢复的速度相对慢一些,但长期的坚持一定更有效。有很多发病一年后才来的患者,经过系统康复治疗,功能也会得到明显改善。”他同时提醒,心脑血管疾病二级预防更重要,日常生活中严格控制血压、血糖、血脂指标,戒烟限酒,保持健康作息,定期开展体检,是降低脑卒中复发风险的关键。

骨关节与运动康复,是科室的另一大特色优势领域。骨折术后、关节置换术后、运动损伤等患者,常因长期卧床制动,引发肌肉萎缩、关节僵硬、深静脉血栓等并发症。“不少人陷入‘伤筋动骨一百天,必须卧床静养’的误区,这恰恰不利于术后恢复。”科室治疗师解释,“术后早期科学介入康复训练,可有效预防关节粘连、血栓等并发症,促进肢体功能恢复,大幅缩短康复周期。”针对骨折患者,制定阶梯式、个性化康复训练方案,从术后肢体被动活动、肌肉等长收缩训练,到逐步开展主动训练、站立平衡训练,再到行走、日常活动训练,循序渐进地帮助患者

摆脱伤病困扰,重返正常生活。

由于康复治疗需要的周期相对较长,患者的依从性一直是科室关注的重点。“康复不能只在医院做,回家后也要坚持。我们会教给家属一些简单的训练方法,比如给卧床患者翻身、拍背、活动关节,这些都能有效预防并发症。”王红斌说,“建议患者出院后每3个月来院复查一次,评估功能恢复情况,及时调整家庭康复方案。”“康复科医生就是帮助患者从疾病状态回归正常生活的‘总设计师’,让每一位患者都活得有尊严、有品质。”这是王红斌从医数十载始终坚守的信条。2005年至2007年,陕西省卫生厅选派他加入中国援苏丹医疗队,远赴异国他乡,用精湛的康复医疗技术,为非洲患者带去康复希望,展现了中国医生的责任与担当。这段援外经历,让他对康复医学的意义有了更深刻的理解:康复医学的价值,远超技术本身,而是让每一个被病痛困扰的生命,都能重新绽放光彩。回国后,他带领科室团队扎根商洛,十几年如一日坚守临床一线,用专业与爱心,帮助患者走出病痛阴霾,重拾生活希望。

从引进先进设备到培养专业人才,从完善技术体系到建立随访机制,从关注肢体功能到重视心理健康,商洛市中心医院康复医学科始终坚持以患者为中心,用专业和爱心守护着每一位患者的“生活尊严”。未来,科室将继续深化与省级医院的合作,加强学科建设和人才培养,让更多患者在家门口就能享受到高质量的康复医疗服务,在重拾生活信心的道路上坚定前行。

“在这里,我们放心”

——商洛市妇幼保健院产科以专业与温情赢得患者口碑

本报记者 米子扬



△产科医护人员通过模型实操、现场讲解等方式,向新生儿家属传授新生儿喂养、护理等科学育儿知识,切实提升家庭照护能力。



▷产科医护人员为新生儿家属示范新生儿日常照护等实用技巧,细致解答家属疑问,以精细化服务提升群众就医体验。

“这里的医生专业、护士贴心,住院舒心又放心,每一个细节都让人倍感温暖。”商洛市民叶女士在儿媳分娩出院后,用质朴的语言为商洛市妇幼保健院产科点赞。从焦虑入院到安心出院,从专业诊疗到精细护理,群众的口碑与认可,正是这家医院深耕母婴健康、践行医者担当的最好见证。作为全市妇幼健康服务的核心力量,商洛市妇幼保健院产科始终坚守母婴安全底线,以精湛医术为支撑,以温情服务为纽带,以群众满意为目标,用责任与爱心托举生命希望,书写着新时代妇幼人的使命与情怀。

名医领衔专业护航化解焦虑暖人心

走进商洛市妇幼保健院产科病区,首先感受到的是安静与整洁。位于住院部三楼和四楼的产一科、产二科,分别设有特需单间和VIP病房,24小时热水供应、独立卫生间、空调等设施一应俱全。

“环境确实温馨舒适,但真正让我们安心的是医生和护士的专业态度。”叶女士回忆,儿媳临产住院时,一家人既担心分娩过程中的突发状况,又对医院环境、诊疗流程不甚熟悉,

紧张与焦虑萦绕在全家人心头。产二科主任唐惠媛主动靠前、耐心沟通,用专业而易懂的语言细致讲解待产流程、分娩风险与注意事项,逐项解答家属心中的疑问与顾虑,用温和的态度安抚家属情绪,用扎实的专业知识消除不安。“那些缠绕在心头的阴霾,瞬间就被清扫得一干二净。”叶女士坦言,正是唐主任贴心又专业的沟通,让一家人从最初的紧张焦虑,彻底转变为安心放心。

唐惠媛从医33载,深耕产科病理领域,身兼西北产科联盟委员会委员、商洛市医学会妇产科副主委等职务,在妊娠期高血压、产科出血、双胎妊娠、凶险性前置胎盘等危急重症救治上经验丰富、造诣深厚。

面对孕产妇及家属的紧张情绪,她温文尔雅、耐心细致,用通俗语言拆解专业知识,用科学判断消除心中顾虑,让每一个待产家庭都能卸下包袱、安心待产。“母婴安全是我们的首要职责,既要守得住生命防线,也要暖得了患者心房。”唐惠媛始终秉持“用心服务、用爱呵护”的理念,带领团队依托多学科协作优势,为高危妊娠、疑难重症孕产妇量身定制规范化、个性化诊疗方案,用专业与担当守护平安。

商洛市妇幼保健院产科由产一科、产二科组成,两支团队均为西北妇女儿童医院共建产科、产科危急重症救治中心,人才配置科学、梯队结构完善。产一科作为市级临床重点专科,在妊娠期高血压、重度子痫前期、瘢痕子宫、前置胎盘、产后出血等危急重症救治方面经验丰富;产二科则在高危妊娠管理、产科出血救治、镇痛分娩、中孕产后期康复等领域特色鲜明、优势突出。在名医团队的引领下,一批中青年骨干快速成长,从产程监测到手术操作,从病情研判到术后随访,全程守护母婴安全,以过硬的专业素养和高度责任心赢得了孕产妇及家属的信赖。

精细护理温情相伴细节之处见初心

“小宝宝从产房出来的第一时间,护士仔细检查、轻柔包裹,一字一句耐心叮嘱注意事项。”这温暖的一幕,深深印在叶女士和其家属心中。

在商洛市妇幼保健院产科,新生儿娩出后的第一道“体检”有着严格的规范。产二科责任护士董西华在病房里熟练地打开包被,将宝宝一点点地展示给家属看——小脸是否干净、手指头几个、小脚丫几个、前胸后背有没有胎记……每一个细节都认真确认,每一项指标都清晰告知家属,动作轻柔、态度诚恳。

“小董护士给我留下了深刻的印象。她说话十分真诚,每次来病房介绍宝宝和宝妈注意事项时,总是认真细致、一字一句。”叶女士说。更让家属受益匪浅的,是科室常态化开展的健康宣教课堂:怎样照顾新生儿、如何拍嗝喂奶、宝宝哭闹如何应对、怎样正确穿戴尿不湿……董西华抱着婴儿模型现场示范,动作娴熟、讲解透彻,新生儿家属一听就懂、一学就会,现场不时响起阵阵掌声。

作为生命最初的守护者,董西华把细心、耐心、爱心融入每一个护理环节。她不仅熟练掌握新生儿护理、产后康复等各项专业技能,更把健康宣教做到群众心坎上。“健康教育是我们护理工作的重点之一。”董西华介绍,科室建立了多层次健康宣教体系,从病房一对一指导,到入院集体授课,再到出院后的随访指导,确保家属“听得懂、学得会、用得上”。

从标准规范的新生儿交接,到细致入微的产后照护指导,再到温馨舒适的住院环境,产科护理团队用实际行动诠释着“用心服务、用爱呵护”的初心,也让家属发自内心地认可与感激。儿媳顺利出院后,叶女士一家人特意定制了一面鲜艳的锦旗,送到产科全体医护人员手中,以最朴素的方式,表达最诚挚的谢意与敬意。

技术雄厚多学科协同筑牢母婴安全线

随着生育政策优化调整,高龄、危重孕产妇比例持续上升,对产科诊疗能力提出更高要求。商洛市妇幼保健院产科迎难而上、主动担当,凭借雄厚的技术实力与高效的救治体系,成为保障区域母婴安全的“坚强堡垒”。

作为市级临床重点专科,市妇幼保健院产科与西北妇女儿童医院携手,共建“产科危急重症救治中心”,承担全市危重孕产妇急救绿色通道任务。在妊娠期高血压、重度子痫前期、瘢痕子宫、凶险性前置胎盘、胎盘

早剥、产后出血急救等领域技术成熟规范,熟练开展各类剖宫产、难产处理、产钳助产、臀位助产等核心技术,危急重症救治能力稳居区域前列。

科室不断创新服务模式,全面推广舒适化分娩,广泛开展导乐无痛分娩、椎管内麻醉镇痛、镇痛仪等分娩镇痛技术,有效减轻孕产妇分娩痛苦;同时融入中医适宜技术,运用耳穴压豆、中药泡洗等方法促进产后康复,实现西医救治精准化、中医服务特色化,全方位提升孕产妇就医体验。在此基础上,产科坚持多学科协同作战,依托医院内科、新生儿科、麻醉科等综合支撑,构建起“孕期保健—安全分娩—产后康复”全周期、一体化服务体系。作为全市产前筛查中心、新生儿疾病筛查中心、危重新生儿救治中心,医院配备四维彩超、16排螺旋CT、乳腺钼靶等先进医疗设备300多台件,为精准诊疗、快速急救、母婴安全提供坚实保障。

从危急重症救治到舒适化分娩,从多学科协同到一体化服务,商洛市妇幼保健院产科以扎实的技术功底和系统的服务能力,守护着每一位孕产妇的生命安全与身体健康。

群众的一句肯定,胜过千言万语;患者的一份满意,就是最高荣誉。始建于1964年的商洛市妇幼保健院,历经半个多世纪耕耘,已发展成为集医疗、保健、预防、康复、科研、教学于一体的三级乙等妇幼保健机构。医院始终坚持“以妇女儿童为中心”,深入推进医疗与保健融合、中医与妇幼融合、西商医疗融合发展,全力打造“15分钟医疗卫生服务圈”,先后获得全国五一巾帼标兵岗、全国三八红旗集体、全国卫生文明窗口示范单位等殊荣。

“患者的满意,就是我们前进的动力。”唐惠媛表示,产科作为守护生命起点的前沿阵地,将始终坚守初心、牢记使命,以精湛医术为基,以人文关怀为魂,持续优化服务流程、提升救治能力、改善就医体验,用爱心、耐心、细心、责任心,为全市孕产妇及新生儿提供全天候、全方位、全生命周期的健康守护,奋力谱写商洛妇幼健康事业高质量发展新篇章。

