

杭州市富阳中医骨伤医院康复病区成立十周年

记者 周晓露 通讯员 戴颖华 摄影 张子艳

2024年12月,杭州市富阳中医骨伤医院康复病区迎来十周岁“生日”,也意味着从起步阶段逐渐迈入稳健发展的成熟阶段。这十年,康复病区经历三次搬迁,每一次搬迁都是一次蜕变:病区面积从80多平方米发展到280多平方米;团队从14人发展到27人;科研学术从无到有,从有到优,近几年,科室成员主持5项厅局级课题,以及7项区县级课题;接诊类别从单一骨伤患者拓展到卒中康复、产后骨盆倾斜旋转等患者,接诊量也稳步攀升。今年截至目前,接诊达6000余人次,是十年前的8倍。



科室发展

从“东拼西凑”拉起的队伍到颇具盛名的富阳康复团队

2014年,富阳中医骨伤医院经过前期考察,决定在医院开出一个新的科室——康复病区,这对当时的富阳来说是个前瞻性的决定,因为还未有医院涉及这项业务,甚至未提及康复这个概念。率先开出康复病区,无疑是“摸着石头过河”。

通过前期准备与中层竞聘,有着

10年临床经验的骨科医生任雅春被任命为康复病区主任。回忆起当时开科的情形,任雅春坦言:“自己心里也没底,只能寻找差距,补上不足,慢慢迎头赶上。”她猜测医院选中自己做这个“开拓者”,应该是看中了她研究运动医学的方向,这方面的研究对人体关节了解比较深入,对康复也有一定的

见解。

12月,康复病区成立时,除了她一个主任外,成员也都是从其他科室调来的,可以说是“东拼西凑”组成了这支康复病区队伍。“当时一共5名医生,2个治疗师,7名护士,开放40张床位。”科室人手紧缺让她至今印象深刻。由于还承担着行政任务,平日里任雅春上长日班,夜班就只有科室4名医生轮着上。4名医生里有3名是女医生,遇到女医生怀孕、生孩子等特殊情况,只能让科室里唯一的男医生、外援医生与任雅春轮流顶上。“我们的女医生怀孕了,每个都是上夜班上到7个月,最后一段时间才调成长日班。”

随着康复病区的发展,团队力量不断充实,现如今医护人员共有27人,其中主任中医师1人,副主任康复治疗师1人,副主任护士1人,主管治疗师2人,主治中医师4人。团队的专业能力也得到了更多人的认可,据最新数据统计,在此就诊的区外患者占14%,不乏很多省外患者来此寻求“重生”的机会。



科室故事

患者从骂骂咧咧到满脸笑容,医护人员治病也“治心”

走入康复病区的患者,大多数心情是低落的。因突发疾病或突发意外而导致行动不便,放在任何人身上都是一个难以接受的现实。面对这类患者,康复病区医护人员自有一套,让他们再次绽放笑容、燃起希望。

令医护人员印象最深的是因意外坠落导致尾骨等部位多发性骨折的姑娘小华(化名),经杭州医院全力抢救,生命并无危险,但下肢却难以动弹。后转入富阳中医骨伤医院康复病区进一步治疗。所有人都记得,她来的时候是骂骂咧咧的。“对你充满不信任,碰一下她的腿或是其他部位,就会质疑你‘到底懂不懂的’‘能不能行的’……”在医护人员记忆中,小华很不耐烦、很不配合治疗。

康复病区护士长张明艳说,小华来的时候完全没有自理能力,连翻身都困难,后来在我们一次次的引导下,她先是学着处理导尿管,后又在家人的帮助下能翻身,再后来能在床边站一站。看着这些向好的变化,小华对医护人员有了信任,对自己的未来也有了信心。“后来,这姑娘看到我们进病房就是笑容满面的,我心里就在感叹:‘原来她笑起来这么好看的呀!’”张明艳忍不住要夸夸她。

对医护人员充满感激的还有19岁的小胡(化名),从康复病区出院两年了,每年都会回医院看望帮助过他的医护人员。回忆起小胡住院时的情形,张明艳直言不讳地说:“他像是个五六岁的孩子,生活完全不能自理,吃饭要人喂,上厕所要人陪,也不愿意起床锻炼。”个子1米8左右的他,样子挺



清秀,但就是不顾个人卫生,刷牙洗脸都懒得弄,牙齿上都结着厚厚的牙垢。看到他的情况,医护人员心里很着急,都想办法让他独立起来,这样对病情康复才有用。

“吃早饭时间到了哦,可以起来活动活动了。”每天清晨,张明艳都会温柔地提醒小胡,当他有所行动时,医护人员都夸他“今天表现特别棒”。这样的鼓励与夸赞让他很受用,慢慢地,他养成了刷牙洗脸的习惯,也试着自己吃饭、上厕所。出院时,小胡像是换了一个人,清清爽爽的。

任雅春认为,倾听也是一种治疗方式,患者在康复期间与医护人员接触时间多,他们会将自己的烦恼与痛苦说与对方听,有时说出来问题就解决了一半,医护人员都能用心了解每位患者情况,尽力帮助他们解决他们的困扰。“下一个十年,我们会继续保持自己的优势,向康复这一领域做得好的单位学习,缩小差距,迎头赶上,为更多康复患者提供更为优质的医疗服务。”



从“全靠治疗师一双手”到拥有齐备的康复器材

创办之初的困难不少,除了人手紧缺外,可用的仪器设备也很少。任雅春说,最开始病区设在6楼西面,面积大概80多平方米,因面积较小,康复仪器集中在几个病房里,病床也是其他病区临时搬来的旧床。“那时,医院给了我们一个目标,病人收治30个时,就帮我们把病床都换新的。”半年后,康复病区终于实现第一个小目标,也给病区换上了新的病床。

由于可用的康复器材较少,康复主要依靠治疗师的一双手,一按就是半个小时以上。当时又是两个女治疗师在负责,大家常常会开玩笑说是“天天扛大腿”。任雅春解释,因为来病区

康复的以下肢骨折患者居多,加上患者受伤后活动较少,身体比较僵硬,康复训练时治疗师时不时需要搬动患者的下肢。”时间一长,治疗师手部也会出现劳损情况,有时下班回家都需要冰敷一阵,缓解自身不适。

如今,康复病区的治疗师已增加到14人,科室还引进了不少先进的康复器材,辅助患者进行康复锻炼,实现更好的治疗效果。如Biodex等速关节训练仪、聚焦式冲击波、表面肌电图、便携式超声设备、电动起立床、各关节CPM机、各关节JAS支具、超声电导仪、脉冲磁疗仪、中低频电脉冲治疗仪、股四头肌力量训练机、多功能牵引

机、中药熏蒸仪,以及专业运动治疗室、作业治疗室等。

“康复的过程比较枯燥,等于是日复一日训练同一套动作,直到恢复到自己满意的状态。随着科技的发展,我们康复治疗也在接受新的理念与技术,比如采用虚拟场景技术,将部分训练内容设计成游戏,让患者以游戏过关的形式完成训练内容,增加其中的趣味性。”这些年,康复病区从未停下学习的脚步,团队成员抓住一切机会外出学习,将最先进的技术、理念、设施等引入富阳,让“富阳骨伤”这张名片更有吸引力。

通过持续学习补齐短板,有能力接诊脑卒中、脑外伤等患者。同时也将更突出“张氏骨伤疗法”的特点,运用其独特方剂和理筋手法,惠及更多患者。“这不是异想天开,而是有历史渊源的,我们医院还在东梓关时,接诊的患者其实并不只是骨伤患者,还有脑外伤、乳痈、中风等患者,所以说,‘张氏骨伤疗法’在康复方面还是大有可为的。”

从治疗病种单一向有“张氏”中医特色的大综合发展

科室成立初期,康复病区接诊患者有较大局限性,以医院救治的骨伤患者转入为主,因此康复病区治疗的病种单一。

随着接触的病种增多,患者情况也更加多样化。现如今,主要治疗骨折术后、关节脱位术后及人工关节置换术后肢体功能障碍、运动损伤(肌肉、肌腱、韧带和关节软骨损伤)、颈椎病、腰腿痛、肩周炎、骨性关节炎、截肢、截

瘫、颞颌关节紊乱,及各种手术外伤后及手术外伤后功能障碍等十几种疾病。经过这些年的积累,科室对各类骨伤、筋伤的康复都有着丰富的经验和技巧,能给患者进行更为专业的康复指导。

“现在脑卒中的患者越来越多,对家庭、社会都是一种负担,及时的康复锻炼非常必要。”任雅春计划推动科室跳出专科限定,往全科、综合方向走,

时新增近千平方米的康复训练区域,新增步态分析、数字化跑台、天轨、悬吊、高能激光治疗仪、脊柱微创减压系统、数字墙等康复治疗设备,仅设备投资近1000万元。富阳中医骨伤医院康复科为富阳区康复设备齐全、

康复病区规模庞大的科室,尤其是脊柱微创减压系统更是杭州地区首家引进,腰椎间盘突出患者又多了一种治疗手段。

未来,富阳中医骨伤医院康复科将进一步加强学科建设,引进更多优

秀人才及先进设备,开展前沿技术研究,继续巩固在杭州地区骨伤康复种类、科室数量方面的龙头地位,致力成为更多患者重拾健康、走向美好生活的起点。

科室展望

经过多年发展,杭州市富阳中医骨伤医院康复科成为杭州市首批基层中医特色建设科室,是浙江省康复专科联盟理事单位,也是国家重点研发计划老年全周期康复技术体系与信息化管理研究推广单位,同时还是上

海交通大学附属第九人民医院骨科无痛、加速康复应用中心进修会员单位。

富阳中医骨伤医院康复大楼即将投入使用,康复科将扩大至两个病区,后将增至四个病区200张床位,同