

让患者笑容自在绽放

——记中国康复医学会优秀医师奖获得者,延大附院康复医学科主任、主任医师景蓉

通讯员 薛飞 本报记者 宋伟

“能畅畅快地笑几声,真是幸福啊!”这是一位面瘫患者康复后发出的感慨!

今年40岁的李先生是宝塔区人,2019年9月25日因诊断为“左侧周围性面神经麻痹”来到延大附院康复医学科做康复治疗,当时左侧面部表情肌麻木板滞,左侧额纹消失,左侧眼睑闭合不全,左侧鼻唇沟变浅,示齿时口角偏向右侧,鼓腮漏气,左侧面部浅感觉轻度减退。入院后,景蓉和科室治疗师用传统针灸、红外线、新国际Bobath面部肌群促通技术,调整面部肌肉力线、恢复速度较快,比常规只用传统方法治疗速度提高一倍,他的双侧额纹对称存在,左侧眼睑完全闭合,双侧鼻唇沟对称,示齿时口角无偏斜,鼓腮无漏气,双侧面部浅感觉对称存在,面部表情肌活动自如,他终于绽放了久违的笑容。

2019年11月6日,中国康复医学会向全国公布了一个特别的荣誉榜,全国137名在康复领域取得突出成绩的同志荣获优秀康复医师、康复治疗师和康复护士称号。延大附院主任医师景蓉荣获优秀康复医师,这是对景蓉多年来投身康复医学事业的最好肯定。

大医精诚,从专攻中医到投身康复医学

景蓉今年45岁,陕西中医学院毕业后成为一名中医、针灸大夫。在临床医学实践中,她不断完善自己,相继完成了研究生学历,现在正在攻读博士学位。在中医世界里徜徉的景蓉特别有悟性,学什么像什么,先后获得陕西省名老中医师承资格和国际康复治疗师认证资格。

学医的人都知道,要在中医针灸方面取得令同仁羡慕的成绩,谈何容易。在日常的工作中,景蓉发现单凭中医针灸的治疗技术在处理患者疾病时,还存在不足,她把目光投向了康复医学。2008年至2009年,她在中国中医科学院广安门医院学习针灸技术半年,提升针灸技能,又到中国康复研究中心学习了半年,进行康复理念的熏陶。学习回来后,她应用传统中医技术结合现代康复医学理念,和同事共同努力,对患者进行多方位的治疗,效果明显,使周边很多患者康复受益。2011年3月,延大附院建设心脑血管专科医院,同时计划建设陕北具有引导力的康复医疗中心,经过多方考察,景蓉进入了附院领导层的视野,被任命到延大附院筹建康复医学科。随后,她被医院委派到日本、德国等地学习国外先进的康复治疗技术。通过几年的技术推广,她在全省康复治疗方

面崭露头角。在全国康复大会及陕西省康复年会上,她代表延大附院向康复界作学术汇报。

从那时起到现在的8年时间里,她一边投身到康复医学科的临床实践、学科建设和教科研中,一边不断向实践学、向国际和国内同行学习,在康复领域,将中医传统康复治疗和西医现代康复治疗技术有机结合并应用推广。中医的知识博大而精深,康复的架构庞大而复杂,每一个面都需要不断学习,景蓉经常说要学以致用、学以致乐、乐学致远,她立足本职,学以致用,发表了多篇核心论文,参编著作2部,获得省级教育厅市级科研项目多项,获延安市科技一等奖2项,发明专利3项,实用新型专利1项。但是,她还是不知足,不断地求学。

44岁的刘女士是宝塔区人,2017年5月28日被诊断为“左侧股骨干骨折术后、右侧胫骨上段骨折术后、双踝骨骨折术后”入院,被人从轮椅推入病房,双下肢活动严重受限,不能站立,双膝关节屈伸受限,右踝关节背屈不充分,双下肢皮肤感觉减退,双下肢轻度水肿。经康复医师评估,她存在双下肢运动功能障碍、双下肢感觉功能障碍,日常生活能力大部分依赖他人。入院后,景蓉和她的团队给予患者关节松动训练、力线调整、肌容量增加、关节活动度的扩大和维持训练、肌力提高训练、本体感觉输入训练、步态分析与调整训练,结合肌筋膜松解理论,康复治疗半年后,患者就可独立站立及行走,日常生活能力基本自理,以后也可以投入到社会工作中。

新Bobath康复治疗技术是国际上先进的康复治疗技术,为了全面掌握这一技术,景蓉多次进修学习,并去日本参加高级培训班学习,拿到了国际高级认证证书。如何将这一先进的技术与国内传统的针灸、推拿理疗技术有机结合,她在临床中给患者提供个性化的治疗方案,往往取得意想不到的效果。近10年的时间治疗了不少病人,用中西医结合康复治疗理念,她及团队获得了延安大学附属医院新业务奖30多个。

43岁的任先生是陕西省志丹县人,2019年6月1日,被诊断为“一氧化碳中毒后迟发性脑病”,来进行康复治疗时反应迟钝、傻笑、不能言语、四肢活动受限、不能独立翻身起坐、不能站立及行走,大小便失禁,经评估,患者存在认知障碍、言语障碍、四肢运动功能障碍、二便障碍,日常生活能力完全依赖他人。入院后,景蓉和科室人员将国际新Bobath技术和中医传统针灸醒脑开窍法结合,从感觉、知觉、运动、认知、前馈反馈进行精准康复治疗,

不单单从肢体运动上解决生活中的障碍,提高患者的认知能力也是康复的重点,使他不仅仅生活可以自理,更让其慢慢地融入社会,有质量地活着。康复治疗1个月后,任先生的意识、肢体功能、言语功能、大小便情况逐渐好转。三个月后,经过全面康复治疗,其认知、肢体功能、言语功能,大小便情况基本恢复正常,日常能力完全自理,可以从事简单的劳动生活,从一个拖累家庭的包袱成为一个家庭和社会的劳动者。

精益求精,打造一流的康复医学科

选择了康复,注定选择了一条艰难的路。景蓉说,全民对康复的认识不够,特别是偏瘫患者出院回家以后不做康复治疗,认为没用。实际上,好多病人,特别是脑血管意外患者及颅脑损伤术后病人、骨科术后患者急需做这方面的治疗,但是没有引起患者及家属足够的重视,不知道我们康复的优势在于早期干预、早期评估、早期治疗,可以预防很多术后并发症及后遗症,可以促进患者自理能力,增加生活质量。放弃康复治疗,将留下终生遗憾。因此,她利用各种机会和场合不停地呼吁全民提高对康复的认识。

一个科室要发展,医疗质量与技术要有很强的引领性,否则就必然被淘汰。科室必须要不断创新技术,要不断学习,提高技术水平,并且要举一反三。景蓉经常面向康复同事讲,很多治疗必须要有悟性和思考,作为一个康复工作者,能参悟其中的关键,就会事半功倍,不能照猫画虎,必须要有个性化方案,同时要有新的科研项目,为临床提供支撑,提高整体技术含量。为了科室的发展,培养出更多专业技术人才,景蓉通过个人努力争取,为科室人员提供各种培训机会,几乎每年都会派人参加各种国内及国际康复医学培训。经过持续不断的努力,科室整体治疗效果大为提高。

63岁的许先生是宝塔区人,2017年11月14日,他因诊断为“脑出血恢复期”入院。当时的他左上肢完全不能活动,左下肢可在床上平移,不能独立翻身起坐,不能站立及行走,日常生活大部分不能自理,经康复医师评估,患者存在左侧肢体运动功能障碍、日常生活能力大部分依赖等情况。入院后,经过景蓉与科室治疗师给予醒脑开窍针灸治疗,运动疗法、耐力训练、抗重力训练、移乘训练、穿脱衣服训练、步态矫正训练、姿势控制训练、翻身起坐训练,治疗一段时间后,其左侧肢体活动明显好转,可完成穿脱衣服等粗大运动,已由两三人被动搬运移动转为在一人

监视下可完成居家独立步行移动,日常生活基本自理。

从2011年到现在,八年时间过去了,由景蓉带领的延大附院康复医学科,已经发展成为拥有人员36名的大科室。每年治疗住院患者近1000多人,8年出院7000多例,总治疗人次达到了60万多人次。记者看到,最近一个月的统计中,除延安地区患者外,还有内蒙、榆林、西安、河南、韩城、湖南等外地患者。治疗的病人,涉及神经康复、脊髓损伤康复、骨科术后康复、小儿康复、盆底康复等,病人的康复过程往往是漫长的,需要不断地做康复宣教和交流,更多的是电话上指导、回访和询问。为了让康复患者掌握康复要领,每年他们都要搞好多多次与患者沟通交流的宣教活动,一年最少有12次科普宣教,以此拉近与患者的距离,提高治疗师的技术水平,推进患者及家属对康复的认识。通过康复指导,好多患者取得良好的效果,他们送牌匾、感谢信、锦旗表示感谢。由于在康复医学专业取得了突出成绩,她被推选为陕西省康复医学会盆底与产后康复专业委员会主任委员和中国康复医学会科学普及专业委员会副主任委员、陕西省康复医学会康复治疗专业委员会副主任委员、陕西省康复医学会中医康复专业委员会副主任委员。

辛勤的汗水不会白流。2017—2018年度,景蓉所在科室连续2年举办了为期3天的国际bobath康复治疗技术培训班,邀请了日本国际新Bobath康复治疗高级讲师大槻利夫及新保双雄进行示教指导,吸引了延安及陕北周边地区包括内蒙、榆林、汉中、宝鸡、西安等地的康复治疗师前来参加学习,极大地扩大了延安大学附属医院的影响力。

记者了解到,景蓉和她带领的团队,平均年龄33岁,年轻而富有朝气,思维敏捷,热情洋溢,在未来的工作中,她将在被称为第四医学的康复医学工作中开辟出更多的亚专业道路,让盆底康复、职业康复、社会康复得到全面推进,让更多的人走进康复、参与康复、倡导康复、受益康复。

目前,延安大学附属医院的康复医学科一直在不断优化自己的服务,加强质量建设,提高治疗技术,规范化地开展工作,相信在他们的努力下,通过中西医结合手段、优良的设备、实用超强的技术、先进的康复管理理念,能够带动延安康复事业更好地发展。

今日 聚焦

食品安全

让百姓吃上安全放心菜

我市开展设施蔬菜质量安全百日专项整治

本报讯(通讯员 杨佳妮)为确保“双节”期间我市食用农产品质量和有效供给,近日,我市召开全市设施蔬菜质量安全百日专项整治会议,观摩了安塞区高桥镇设施农业园区、封东花农贸门市和砖窑湾镇宋家沟现代农业示范园,听取了县区和乡镇相关负责人关于农产品质量安全工作情况,详细查看了园区的标准化生产、农贸门市的销售台账等,学习了先进管理技术和经验。

市农产品检测中心主任杨永春说,近年来,我市仍有被检出的几种不合格农产品情况存在,今年农产品质量安全形势不容乐观,针对全市农产品质量安全工作取得的成效和目前存在的问题,我们将开展百日专项整治,重点加快农产品检测体系建设,农产品质量安全检测,务必实现“企业自检、乡镇例检、县区常规测试和市级监督抽检”的四级检测机制,不断推进农产品认证,搞好农产品质量安全追溯工作,加大县区、乡镇农产品认证检查员和内检员的培训,高度重视农产品质量安全检测等信息化工作,做好风险评估。

延安市农业农村局党委委员、副局长郭安军说,针对我市农产品质量安全工作存在的禁用农药仍有检出、生产主体普遍忽视农药安全间隔期、执法检查环节还存在一些漏洞和盲区、生产记录制度落实不够、乡镇农业综合监管站基本作用发挥不到位等现象,我们要做好四个方面的工作:市县要充分认识农产品质量安全监管工作的重大意义,切实抓好专项整治。不断提高设施蔬菜标准化生产技术水平。“抓前端”,管好农资,好土壤,夯实蔬菜质量安全基础;“管中端”,管好农产品的生产方法、经营模式;“控后端”,强追溯,不断加大安全监管。市县农产品质量安全监管部门要进一步加大抽查力度,推行定期(半月)通报机制,落实分片包棚责任制,千方百计确保农产品质量安全。建立健全农产品质量安全管理工作考核机制,严格考核,严肃问责,确保责任落实到位。

仁爱创新
北医三院延安分院

专家团队帮扶 医疗水平提升

北医三院延安分院又有两科室晋级市级重点专科

本报讯(通讯员 赵晓辉)近日,在延安市卫生健康委关于2019年度市级临床重点学(专)科评审验收结果中,北医三院延安分院超声医学科和制剂室被评定为市级临床重点专科。

北医三院延安分院搬迁新区运行一年来,在北京大学第三医院派驻延安分院20名优秀专家管理团队的全力帮扶下,医院发展突飞猛进,医疗服务能力大幅提升,业务量实现成倍增长,综合能力实现“质”的飞跃。乔杰院士工作站和石学敏院士工作站的成功落户,为该院的发展注入强劲的动力。该院新成立泌尿外科、神经内科、手足外科、消化内科、普外科、五官科、重症医学科等7个病区,先后购置320排CT、3.0T磁共振等一大批高精尖医疗设备,硬件能力显著增强。该院不断强化内涵建设,回归医院“为民”服务的公益性,打造一所有“温度”的医院,在全市率先开展“加强文化建设,提升服务质量”主题系列活动。用实际行动践行“大医精诚、仁爱创新”的院训精神,竭力将医院建成一所中医特色突出、中西医结合并重的现代化三级甲等医院,早日实现区域中心带动,医疗资源辐射陕甘宁蒙晋,不断满足人民群众日益增长的卫生健康需求。

截至目前,该院现有国家级重点中医学(专)科1个,省级重点学(专)科5个,市级重点学(专)科5个。此次新增的两个市级重点学(专)科将为医院的可持续发展注入新的生机与活力。

十五种生活方式远离癌症(上)

1.减掉10斤体重:在因癌症去世的人群中,20%的女性及14%的男性是因为超重和肥胖而引起的。对女性而言,减掉多余的脂肪就意味着减小乳腺癌、子宫内腺癌和卵巢癌的风险。

2.饮用过滤自来水:这个方法可以帮你避免一些致癌物或者环境激素。很多人认为瓶装水更洁净、更健康,其实不然,专家建议人们选择过滤自来水,而非瓶装水,因为后者的塑料材质,可能使其中的有害污染物渗透到水中。

3.每天补充8杯水:充足的水分能稀释尿液中致癌物质的浓度,并使通过膀胱排泄出去,从而起到降低膀胱癌风险的效果。建议每天至少喝8杯水。

4.有疼痛要注意:当你感到腹部臃肿、骨盆腔痛、尿急时,应该尽快就医,早发现早治疗。

5.更多全谷物食品:全谷物比白面包更有利于身体健康。哈佛医学院针对3.8万名女性所做的调查显示,吃掉含有高糖分的食物,会让血糖迅速升高,从而增加了患大肠癌的风险。

6.衣服尽量少干洗:专家建议用温和的洗衣液手洗衣物,并自然晾干。

7.蓝色衣服能防晒:西班牙科学家发现,蓝色和红色的衣服比白色和黄色的衣服更防晒。

健康大讲堂



传播健康理念
倡导健康生活

宝塔区疾控中心

大医精诚
延安市人民医院
YAN'AN PEOPLE'S HOSPITAL

患者脑瘤破裂 专家“拆弹”成功

市人民医院让脑动脉瘤破裂患者重获新生

本报讯(通讯员 樊宇耕)前不久,延安市人民医院神经外科杨海贵主任医师团队再次成功救治了一名脑动脉瘤破裂的危重患者,顺利“拆除”了患者脑部的不定时炸弹,挽救了患者的生命。

45岁的刘先生2个月前突发头痛、呕吐,随即昏迷,被家人紧急送至延安市人民医院救治。急诊科值班医生迅速为患者进行了详细查体,发现他存在

意识昏迷、咯血、呼吸困难等危急重症表现,进一步做头颅CT检查时发现患者前交通动脉瘤破裂出血,同时合并严重的神经源性肺水肿、吸入性肺炎,病情十分危重。在急诊科主任任路丕周主任医师的组织协调下,科室给予积极抢救,行气管插管、呼吸机辅助呼吸,神经外科良主治医师积极会诊并立即向值班副主任医师白小飞汇报病情,组织协调神经外科病区积极做好接诊和术

前准备工作,争分夺秒在转运呼吸机的保障下紧急转入神经外科ICU病房。

神经外科主任杨海贵主任医师仔细查看患者病情和CT影像后,向家属充分沟通告知病情,征得家属同意后,带领脑血管病团队争分夺秒为患者实施了右侧侧脑室穿刺引流脑室内血肿,缓解急性梗阻性脑积水病情,待生命体征较前稳定后,又紧接着为患者实施了全麻下“全脑血管造影+颅内动脉瘤介

入栓塞术”治疗。经过团队的共同努力下,在手术麻醉科、介入导管室的配合下,手术历时4小时顺利结束,成功完成动脉瘤的致密填塞。

术后,经过18天的积极治疗,刘先生意识由昏迷逐渐转为嗜睡,肺部感染病情趋于好转后转至普通病房。经过后期的住院药物治疗、神经康复训练等综合治疗,意识已完全清楚,言语、肢体功能基本恢复正常,目前已治愈出院。

医院如何更“安全” 请来专家细解说

延大附院举行百日安全生产及消防培训

本报讯(通讯员 李婵)“医院安全吗?医院如何防范安全隐患?”为了扎实推进全省卫生健康系统“百日安全生产”工作,2019年12月26日15时,延大附院特邀陕西省人民医院总务处副处长对延大附院领导、科主任、义务消防员及保卫部全体安保人员进行消防安全培训。

培训会上,于总处长首先介绍并解读了国家卫生健康委员会《医疗和疾控机构消防安全工作管理指南》《中华

人民共和国消防法》,对医院安全主要内容、国家对医院安全标准、医院消防安全的管理、火灾应急处置等安全知识进行了详细讲解。让大家观看了在工作、生活中因消防意识薄弱、忽视消防安全丧失生命、严重财产损失的案例。通过一个个血淋淋的真实案例,大家深刻感受到掌握消防知识的重要性。随后,他针对医院安全工作特点,特别是消防安全,用通俗易懂的语言详细讲解了医院

消防安全基本知识、医院消防安全管理要求和医院重点部位消防安全常识。于忠强调,安全是一个单位的核心管理内容,是生存的“生命线”,是发展建设的“红外线”,特别是消防安全。安全工作不能决定一切,但是安全工作可以否定一切。我们要将抓消防安全工作当成是积德行善,当成一项重要的事业来做。

延大附院院长白茫茫在培训时说:消防安全无小事,这关乎人民群众的生

命和财产利益,全院职工要高度认识火灾、重视火灾,提高火灾防范意识,做到人人参与消防、人人都是消防队员,做好一切消防防范措施,让医院始终安全运行。



医疗前沿
延安大学附属医院