

“运动良医”精准助力术后康复

海慈医疗集团骨关节与创伤外科中心推行手术康复一体化管理



侯增涛(右一)和团队成员研讨患者病情。



运动康复大厅。

体”，拧成一股绳共同为患者制定手术康复一体化方案。

今年，运动康复大厅、运动康复病房应运而生，是骨关节与创伤外科中心的又一创新举措。“骨科手术有其特殊性，如骨折、关节置换等疾病的术后患者，他们迫切需要及时、合力的康复介入，而有效的康复治疗时间窗口很短，一旦拖一两个月肌肉可能出现萎缩，想重新康复治疗也很难达到最佳预期。”侯增涛调整原有病床，专门为运动康复患者提供床位和空间，同时在团队内树立运动康复理念，希望通过越早、越合理的康复介入，帮助患者恢复原有的运动状态。

家门口享受国家队康复服务

本月，侯增涛带领团队开设的运动康复门诊正式开诊，旨在帮助运动损伤、肌肉疼痛、骨折术后患者通过运动康复治疗恢复原有功能，认识到“早治疗、早康复、早受益”的重要性，其团队中不乏康复治疗的“大拿”级专家，如曾担任国家短道速滑队康复治疗组组长的戴玮副主任医师。除运动康复专门门诊之外，海慈骨关节与创伤外科还推出了针对肩痛关节炎、股骨头坏死等常见病的专病门诊，这也昭示着科室正在朝着精细化、专业化道路前进。

作为海慈医疗集团的传统优势学科，骨关节与创伤外科中心涵盖病种多、技术迭代发展快、治疗理念也在不断更新。侯增涛以肩周炎为例，过去这一诊断在临床上非常常见，如今随着研究的细化深入，肩周炎的诊出率仅占肩痛患者中的20%左右，其他80%诊出的疾病为肩袖损伤、肩峰撞击综合征、颈肩综合征等，更加精准的诊断，让后续的治疗更加有的放矢。侯增涛介绍，随着科室的精细化、专业化程度的提高，患者会享受到更为细致的诊疗服务，从而大大提升诊疗效果，让回归正常生活的愿望成真。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波 实习生 于千添

健康一线

在海慈医疗集团骨关节与创伤外科中心，精湛的手术和恰如其分的运动康复是助力患者回归正常生活的两大“法宝”，二者互相成就、缺一不可。今年，海慈骨关节与创伤外科中心频频推出“大动作”，先后开设运动康复门诊，在病房增设运动康复大厅、运动康复病房，将运动康复理念渗入预防、治疗、手术等各个环节。

躺平一个月“回炉”康复

运动康复到底有多重要？在海慈骨关节与创伤外科中心的运动康复病房，记者见到了“回炉”康复的69岁王女士。“我的身体一向很好，就在去年冬天下楼梯摔了一下，本来以为是个小伤不碍事……”王女士在家里硬扛了一个半月，按摩、贴膏药轮番上阵，可右肩的疼痛仍不见好转，严重影响了日常行动和睡眠。于是，她来到海慈医疗集团骨关节与创伤外科中心就诊，侯增涛主任检查发现患者右肩袖发生撕裂，需要尽快接受手术治疗。随即，侯增涛主任团队成功通过关节镜手术，为王女士修复了右肩袖。“侯主任为我做的手术非常成功，但是我没把康复当回事，加上赶上疫情和过春节，在家里康复效果和医院比起来差远了。”王女士在家躺平一个月后，右手还是抬不起来，甚至无法完成“扎头发”这个简单的动作。无奈之

下，她主动要求“回炉”，这一次住进了运动康复病房，每天在康复师的帮助下，在运动康复大厅进行外旋等科学训练。正如运动康复大厅中一处醒目的标语所说“运动是良医”。侯增涛介绍，一套系统的运动康复治疗正在帮助王女士一点点扭转不利局面，受损的右肩正在恢复原有的功能，再过一周便能出院了。

打通壁垒推行一体化管理

整合骨科专业、设四个亚专业、优化骨科领域患者入院流程、为髋部骨折等骨科患者开辟绿色通道……近年来，骨关节与创伤外科中心迎来快速发展时期，通过直击临床一线堵点、难点，采取多项举措，骨科疾病全流程的一体化管理正让越来越多的患者从中受益。“过去，手术医生和康复医生缺乏直接沟通，现在通过手术康复一体化管理，我们的运转流程发生了根本性改变，避免患者出现不必要的损伤或者并发症，同时将康复介入的时间点提前，也提高了患者的手术效果。”作为海慈医疗集团助理、骨关节与创伤外科中心主任、西院区大外科、骨科兼急诊科学科负责人，侯增涛带领团队形成了手术医生与康复医师第一时间对接，彼此形成紧密的“联合

岛城医生接力献血 用行动守护患者平安

青岛市“卫生健康系统万人流动血库”启动 各大医疗机构开展无偿献血

爱心献血

为做好2023年血液安全供应保障，2月份青岛市“卫生健康系统万人流动血库”如期启动，岛城各大医疗机构纷纷组织开展无偿献血，医务人员撸袖奉献，热血重铸生命，再现人间真情。

平度明村中心卫生院：

正是料峭春寒时，停靠在平度明村中心卫生院门诊楼前的献血车上，却是一片忙碌的景象。登记个人信息、测量血压、血样检测，明村中心卫生院无偿献血活动正在有序开展。广大干部职工在党支部的号召下，踊跃报名加入“卫生健康系统万人流动血库”，捐献热血，救助生命。该院副院长徐美艳和党支部成员张国英是医院的老党员，也是此次无偿献血中年龄最大的女性成员。张国英已经是第9次献血了，每次看到血站发来的短信，得知血液已经用于临床患者，内心总会油然而生一种自豪和喜悦。于林平是一名90后检验师，在献血车上，她撸起袖子时的果敢也同样不输任何男儿。献血车到达医院时，120急救车刚刚接到出诊任务，将一位外伤患者转运至平度市人民医院。于海涛医师和司机张兴波完成转运任务返回医院，气喘吁吁地跑上献血车完成献血。此次无偿献血活动中，平度明村中心卫生院共有22名医务人员参加。点滴热血汇聚真情，为这乍暖还寒的初春送上了浓浓的暖意。

西海岸新区人民医院泊里院区：

2月10日，青岛西海岸新区人民医院泊里院区



医护人员踊跃献血。

组织开展“卫生健康系统万人流动血库”无偿献血活动，46名医院职工积极响应，踊跃报名，累计献血1.7万毫升，为挽救生命贡献医者力量。

早上8时30分，献血车缓缓驶入医院急诊楼前，参加献血的职工陆续来到活动现场，献血的队伍中既有初次献血的“新人”，也有多次参加无偿献血的“老将”。既有临床医务人员，也有后勤行政管理人员，他们从繁忙的工作岗位中抽身前来献血，以实际

行动支持公益事业。献血完成后，白衣战士们顾不上休息又返回工作岗位，投入到工作中，继续为患者服务。一直以来，青岛西海岸新区人民医院泊里院区高度重视无偿献血工作，积极承担社会责任，越来越多的医务工作者加入到了无偿献血的队伍中，用热血温度践行着“生命相托 笃行为民”的医者使命。

西海岸新区第五人民医院：

2月13日，青岛西海岸新区第五人民医院开展无偿献血活动，医院干部职工踊跃报名，共计献血5300毫升。院长王德带头参与献血活动：“无偿献血是每个健康公民应尽的义务，作为医务人员更应该带头参与。随着医院诊疗水平的提高，我院患者现在对血液的需求也越来越大，医务人员应当带头，引领更多群众参与其中。”急诊科护士张艳说：“在急诊科我们经常接诊到例如重大创伤、大量消化道出血这类需要紧急输血的病人，及时输血对挽救他们的生命至关重要。参与无偿献血能让更多的病人得到有效的救治，对我们个人来说也会获得极大的幸福感。”献血有量，爱心无限，西海岸新区第五人民医院职工用实际行动诠释医务人员的责任担当和医者仁心的高尚情怀。

值此2023年全市“卫生健康系统万人流动血库”无偿献血活动启动之际，市中心血站向无私捐献生命礼物的每一位热血英雄表示衷心的感谢和崇高的敬意。市中心血站也期待更多医疗机构和医务工作者加入献血队伍，共筑应急献血公益联盟，守护岛城市民安康。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波 通讯员 李晓倩 顾文琴 张艺凡