



周刊

责编/于慧琳 美编/李红芬 审读/孙勇



纪良帮助患者康复。院方供图

康复医学是一门赋予生命第二次机会的学科,虽不能彻底治愈疾病,却能为无数患者及其家庭点燃重生的希望。从瘫痪的肢体恢复自主行走,从功能禁锢到生活逐渐自理——在青岛市城阳人民医院康复医学科,这样的转变每天都在发生,这基于精准评估、个性化方案与持续训练的结果。青岛市城阳人民医院康复医学科自成立以来,始终以科学精准评估为指引,坚持个性化方案,引导患者沿着科学的路径,一步步重返正常生活。

从“肌力0级”到行走,康复如何实现?

青岛市城阳人民医院康复医学科团队用专业和温情为患者保驾护航

突破医学预判

一场跨越两年的康复路

两年前,因脑出血入院的王先生曾一度被判定“即便醒来,也可能处于终身植物人状态”。术后,他双下肢肌力长期为0级,言语与吞咽功能完全丧失。如今,经过科学精准的康复训练,王先生不仅能与人正常交谈,且思维清晰、富有逻辑,还能在家人看护下独立行走。“今天天气好,我们带他去公园散步,他在看护下还自己多走了两圈呢!”王先生的家人说起时,脸上洋溢着笑容。

“传统观念认为,脑卒中、脊髓损伤后的康复‘黄金期’只有半年,但这并非绝对。”青岛市城阳人民医院康复医学科主任纪良介绍,王先生在发病两个多月后转入康复医学科,当时评估结果不乐观:肢体完全瘫痪,吞咽与言语功能严重障碍。科室为其制定了从床边开始的综合康复方案,涵盖运动、认知、言语吞咽等多方面的康复训练。

“康复过程漫长,从练习发出单音节到说出完整句子,一点一点慢慢引导患者调动肌肉收缩,每一步都需要医患双方保持耐心。”纪良回忆。卧床近半年后,凭借医患共同努力,王先生的康复有了明显起色:从练习坐、站,到在步行训练区迈出第一步。两年持续不断的科学训练,让他逐渐找回身

体机能。

纪良指出,神经系统损伤后的功能重组没有绝对终点,关键在于是否给予持续、科学的刺激与训练。“王先生的情况并非特例,我们科室接收的许多患者,通过系统康复,甚至在伤后数年仍能取得明显进步。”他建议患者不要轻易放弃康复的可能性,应尽早寻求正规医院的专业康复团队进行系统评估与治疗,以免错过最佳干预康复时机。

用心开辟康复路 全方位重塑身心功能

在青岛市城阳人民医院康复治疗室,没有压抑的气氛,而是充满温馨与鼓励。患者进行训练时,家属可在一旁陪伴,治疗师与患者的交流声、鼓励声此起彼伏。纪良认为,康复不仅是生理重建,也是心理重塑。轻松积极的氛围本身就是一味良药,科室努力营造积极、开放的氛围,让患者更从容地面对挑战。

温馨环境的背后,是极致的严谨。纪良每日带领康复医学科团队进行业务查房,逐一复盘病例,动态调整方案。对于进入平台期的患者,还会组织治疗师案例交换,以新思路打破僵局。“我们必须对每位患者全力以赴,团队才能形成追求卓越的向心力。”纪良说。

偏瘫患者普遍存在“下肢能走、上

肢难动”的情况,导致步态异常、生活自理能力受限。“下肢功能相对单一,康复相对更容易;上肢功能精细复杂,且缺乏高效被动的训练器械,因此很多未经系统康复的偏瘫患者上肢恢复往往滞后。”纪良解释。为此,科室将上肢康复作为攻坚重点。“感觉力量正一点点回来!”一位曾在多家机构康复效果不佳的脊髓损伤患者慕名而来,原本双下肢肌力为零,经历系统训练后,他和家属重新燃起希望。

“康复是体力活,更是技术活。对于肌力微弱的患者,不是简单让其‘抬腿’,而是帮助患者活动僵直的肢体,辅助其找到发力点,鼓励患者用那百分之一的力量完成动作,实现训练目标。”纪良介绍。对于因疾病丧失身体机能的患者来说,康复治疗是通过运动重新学习丧失功能的过程,治疗师从细微动作入手,引导患者逐步前进。这种方式通常需要治疗师消耗许多体力、付出很多耐心,却是激活神经肌肉控制的关键。

此外,科室坚持将PT(物理治疗,主攻下肢)与OT(作业治疗,主攻上肢)进行融合,促进神经网络整体重建。“人体运动是协调的整体,走路不仅靠腿,也需要上肢摆臂维持平衡。”纪良表示,通常一名康复治疗师全面负责一位患者的所有肢体功能训练,这种模式明确了治疗环节的责任归属,这样既能更全面深入为患者制定个性化康复训练方案,也更利于巩固

患者与治疗师信任,为漫长的康复之路注入人文支撑。

二十年积淀 为康复之路保驾护航

青岛市城阳人民医院康复医学科已走过近二十年历程,目前开放床位36张,拥有一支包括2名副主任医师、8名主治医师、8名专业康复治疗师在内的30人团队,年接诊患者超过2万人次。

科室严格执行“医生一护士一治疗师”一体化工作模式,确保评估、计划、实施、反馈无缝衔接,为患者提供连贯、高效、个性化的康复治疗。科室通过精准的功能障碍评估,制定高度个体化的康复方案,并融合现代康复理念与中医针灸、理疗等传统技术,形成跨学科、多维度的治疗体系。自2018年6月起,科室成为青岛市工伤康复定点医院。

在这里,每一次训练都是对“不可能”的挑战;每一份功能的恢复,都凝结着汗水与坚持。医患之间的信任与努力,正默默改写一个又一个曾被预判的“结局”。

未来,青岛市城阳人民医院康复医学科将继续扎实前行,以融合创新的模式,攻坚克难的专注、以人为本的关怀,让功能重建的希望之光照亮更多康复之路上的生命。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

荧光“导航”实现半月板可视化修复

青岛市市立医院东院运动医学科孙英华团队成功将吲哚菁绿荧光技术应用于膝关节镜手术

近日,青岛市市立医院东院运动医学科副主任孙英华团队成功将吲哚菁绿(ICG)荧光技术应用于膝关节镜下半月板损伤修复手术。通过荧光精准判断损伤半月板及周围组织的血运情况,让半月板损伤治疗迈入个性化、精准化时代,为患者带来实实在在的获益。



荧光“导航”实现半月板可视化修复。院方供图

血运实现“可视化”评估

半月板损伤是骨科常见疾病,尤其在运动人群和中老年群体中高发。

传统的半月板损伤治疗中,医生主要依靠肉眼观察和经验判断来决定治疗方案,这种方式在判断组织血运等微观情况时存在局限,可能导致治疗不够精准,影响患者恢复效果。

吲哚菁绿是一种安全的荧光染料,在特定光源激发下会发出荧光。在静脉注射吲哚菁绿后,利用特殊的内镜成像系统,医生可以清晰地观察到损伤半月板及周围组织的荧光分布情况。荧光的强弱和分布直接反映了组织的血运状况——血运丰富的区域荧光明亮,血运较差的区域荧光暗淡甚至无荧光。这一“可视化”的血运评估,为医生制定治疗方案提供了科学、精准的依据。

探索荧光“导航”更多可能

55岁的市民赵先生因内侧半月板损伤前来就诊,孙英华充分评估患者病情后,决定在为其实施手术过程中运用这项创新技术,以达到精准化治疗目的。

手术中,在吲哚菁绿荧光技术的“指引”下,孙英华清晰观察到损伤半

月板部分区域及周围组织的血运细节。基于精准的血运评估,可对不同患者制定个性化手术方案,最大程度保留有血运的半月板组织,减少不必要的损伤。

专家介绍,目前,吲哚菁绿荧光技术引导关节镜检查这一创新举措尚处于初步探索阶段,但它有望成为下一代生物光学导航手术中,用于阐明半月板血管化和灌注的病例特异性因素的重要手段。

此次在荧光“导航”下半月板损伤修复的技术探索,不仅彰显了青岛市市立医院在医疗技术创新方面的实力,也为国内相关疾病的精准治疗提供了宝贵的经验。这一创新实践,为国内运动医学关节镜技术向更高水平发展提供一种新思路,期待更多患者享受到精准医疗带来的益处。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵 通讯员 谢小真