

体卫融合看江苏②

□本报记者 赵星月 张丹摄影报道

常乐之州里,运动作“良医”

医院风景线

为患者存下 26枚“生命火种”

□特约记者 汤丽 通讯员 张楚悦

体育医院转型, 专业资源向市民开放

9月6日,“2023年中央媒体走基层——体卫融合看江苏”采访团来到江苏省常州市。当天,第32届中国羽毛球公开赛正在这里如火如荼地进行。距离赛事场馆常州奥体中心体育馆仅400米的常州市体育医院(常州市体育医疗研究所),作为省内首家具有资质的体育科研机构,承担着赛事期间的医疗保障工作。

在常州市体育医院门诊大厅里,排队就诊的患者中不乏健身爱好者。这缘于该院与多数体育医院仅面向高水平专业运动员不同,在2016年做出一个重要决定:将专家资源和专业化科研医疗设备,面向广大市民开放。

“随着全民健身上升为国家战略,公众对运动健身有更高需求,追求科学运动,希望发生运动损伤后尽快恢复运动。”常州市体育医院院长朱海燕说,医院长期从事竞技体育科学研究和运动损伤诊疗康复,这些方面的技术优势与日益增长的运动健身需求精准对接。

主动寻求转型,挑战与机遇并存。“挑战之一是专业人才储备不足。”朱海燕说,转型前,院内编制有限,仅有8名专业技术人员。此后,医院开始面向社会招收体育、医学院校毕业生,逐步建立高水平复合型人才队伍。与此同时,医院每年承办中国常州国际运动康复大会,通过引进最前沿的运动康复理念和技术,为推进全民健身寻求更多科学支撑。

“跨行业转型,挑战来自方方面面。”朱海燕回忆,当时国内缺少体育专科医院的建设标准,体医融合尚属新事物。“体医融合交汇于一纸运动处方。出具运动处方不是目的,而是手段。后续如果没有系统干预、阶段评估、动态调整,就难以形成行之有效的管理闭环。”朱海燕说,凭运动处方将各环节的专业资源串联起来,是其团队做出的尝试。

慢病运动干预, 康复治疗师巡场

江苏省运动促进健康中心的建立成为破题关键。2020年,常州市体育医院获江苏省体育局授牌,建立江苏省运动促进健康中心,开展常州市体育局“慢病运动干预”体育惠民项目。

每名报名的训练者,都能得到一张基于医学检查诊断和运动能力评估的专属运动处方。“处方由具有资质的运动处方师开具,明确适合训练者的运动方式、频率以及注意事项等,形成个性化主动运动指导方案。”常州市体育医疗研究所副所长李保虎说,依据运动处方,训练者将接受为期3个月的系统化运动干预。

训练室门口贴着一张运动防治慢病课程表,上面列着搏击操、踏板操、有氧单车等多种项目。训练场地乍看与商业化的健身房似乎并无二致,但每个训练场地均有一名康复治疗师负责巡场。看到显示屏上数个方格中的一个开始闪烁红色,康复治疗师臧梓伶走到一位老年训练者身边,示意其放缓运动节奏,尝试调整呼吸。

“屏幕连接的是运动强度实时反馈系统,每个小方格对应一名训练者,小方格内显示训练者的心率、血压、血氧等指标。”臧梓伶指着训练者右臂佩戴的心率带说,“当训练者心率高于运动处方注明的上限时,小方格就闪烁红色,提示心率过快、运动强度过高。”

“运动强度过高容易造成损伤,运动强度过低难以达到效果。巡场就是观察训练者的运动强度变化,确保运动安全有效,并记录需要调整的细节。”臧梓伶介绍,训练者步入训练室前,均需接受课前测评,避免运动中因缺氧、低血糖、血压过高或过低而造成严重后果。

截至目前,“慢病运动干预”体育惠民项目累计为高血压、糖尿病、高血脂等慢病人群提供运动干预超过8万人次。“通过定期评估发现,经过3个月的运动干预,有86%的训练者体质健康状况明显改善,部分训练者的医学体检指标回归正常范围。”李保虎说。

健促中心助力, 关爱青少年脊柱健康

体卫融合既在护佑“一老”健康上



常州奥体青少年健康促进中心内,康复治疗师在对参加脊柱健康夏令营的学生进行脊柱矫正训练。

有所突破,也在促进“一幼”成长上有所收获。常州市体育医院另一下设机构——常州奥体青少年健康促进中心,是常州市教育局、体育局联合挂牌的市级脊柱侧弯防控中心,负责开展健康科普、脊柱侧弯筛查、脊柱健康干预等工作。就在不久前,这里刚刚结束一期脊柱健康夏令营。

“中心持续开展青少年脊柱健康关爱行动,已免费为常州市128所中小学校的约18万名学生进行了脊柱健康公益普查,并利用寒暑假和周末时间,对脊柱侧弯学生进行干预。其中,对于轻中度脊柱侧弯学生,提供运动纠正和支具治疗;对于重度脊柱侧弯学生,经医联体绿色通道转入常州市第一人民医院,开展手术治疗。”常州市体育医疗研究所副所长鲍小亚介绍,关爱行动累计接诊治疗5400余名脊柱侧弯及姿势不良学生,干预有效率达88%以上。

几年来,常州市体育医院已由8名专业技术人员扩充到80余名,拥有中医骨伤和康复医学两个特色科室,门诊服务量每年增长近30%。与此同时,“慢病运动干预”体育惠民项目与青少年脊柱健康关爱行动已连续4年入选常州市政府民生实



常州市体育医院康复室内,康复师在对就诊患者进行康复指导。

事项目。

国家体育总局体育科学研究所国民体质与科学健身研究中心主任徐建方认为,通过承接政府项目,挖掘市场需求,实现自我造血,是体育医院

面向社会开放的必由之路,也是今后体卫融合、体育惠民的主流趋势,将推动打造体育消费新场景,满足公众日益增长的健身需求。

一名29岁的女患者尚未结婚生育,却不幸罹患恶性淋巴瘤,接受肿瘤治疗后很可能会丧失生育力。近日,上海交通大学医学院附属仁济医院生殖医学中心成功为该患者完成了卵子冷冻,共储存26枚“生命火种”。

今年6月,患者发现自己的颈部出现了一个肿块,经复旦大学附属肿瘤医院穿刺活检后,被确诊为弥漫性大B细胞淋巴瘤。该院肿瘤内科主任医师刘健说,这种淋巴瘤目前治疗效果比较乐观,但化疗会对患者的卵巢功能产生不可逆的损伤。

癌症患者的放化疗过程会导致卵泡凋亡,使得一部分人不仅会丧失生育力,还会提早绝经和衰老。在刘健建议下,该患者被转诊至仁济医院生殖医学中心。通过进一步评估卵巢储备功能,该中心生殖医学科主任孙贻在不影响肿瘤治疗进程的同时,为患者制订了生育力保存方案,并快速启动了促排卵治疗。

对于这样的肿瘤患者,围手术期的安全是重中之重。取卵手术前,生育力保存团队的副主任医师钮怡超和麻醉科医生讨论制订了出血、感染等风险控制方案。取卵手术很顺利,术后联合卵母细胞体外成熟技术,最终为患者冷冻了26枚卵子。在患者淋巴瘤治疗病情稳定后,这些卵子可以帮助她生育属于自己的宝宝。

肿瘤放化疗、儿童/成人骨髓移植以及手术治疗等方式,均可能导致肿瘤患者生育功能衰竭。孙贻介绍,不少医院已建立了肿瘤专科与生殖科的转诊机制,可及时为需要生育力保存的患者提供有效的生育力评估及保存服务。

设“红娘奖” 为医务人员找真爱

□特约记者 杨正强 通讯员 龙春莲

9月12日,湖南省胸科医院(湖南省结核病防治所)工会工作人员联系上了新入职的26岁未婚青年周医生,在征得同意后,询问了其兴趣爱好和择偶标准,以帮助其找到另一半。

据了解,近年来,湖南省胸科医院多措并举,为医务人员解决婚恋问题。医院工会通过对医院未婚单身男女青年进行摸底,认真了解他们的择偶标准,建立“单身大龄青年档案”。医院组织线上互动、线下活动,如为单身男女青年提供交友平台,利用每月职工生日会、七夕、中秋等时间节点开展一系列联谊活动,助力更多未婚职工寻找真爱。

同时,医院发动和鼓励热心职工为单身大龄职工介绍对象,进一步提升青年职工婚恋交友活动的成效。

医院工会组建了一支红娘队伍,积极为未婚单身青年职工婚恋牵线搭桥。为调动红娘们的积极性,医院设立了“红娘奖”:25至28周岁未婚单身女青年,成功一对奖励1000元;28至30周岁未婚单身女青年,成功一对奖励2000元;30周岁以上未婚单身女青年,35周岁以上未婚单身男青年成功一对奖励3000元。自“红娘奖”设立以来,医院已有8位红娘,帮助了9位职工顺利脱离单身。

点亮更多美丽梦想

活动中,让观展者受到感动、激励的画作还有很多。在《肆意滑雪》画作中,左图的安形因患病脸颊疼痛红肿,不敢出门;到了右图,她的脸颊还是通红,但她却满脸笑容,那是滑雪后的她舒心时刻的定格。在《阳光沙滩》画作中,左图里的晓霞虽然住在海边,但由于患病不能晒太阳、吹海风,只能看着窗外的海岸;到了右图,病情缓解的晓霞在沙滩上晒出了健康的小麦色皮肤……

“这些是收集到的大家疾病控制前后的对比画面,以此来致敬患者们长期以来对康复的坚持,鼓励更多患儿规范管理疾病和积极生活。”活动主办方代表方君表示,健康中国皮肤与免疫专项行动自2023年6月启动以来,已完成了“点亮美丽社区”“点亮美丽街道”“点亮美丽童年”3站公益科普活动。

“未来,我们将通过‘点亮美丽乡村’等活动,进一步下沉特应性皮炎疾病科普及,借此继续汇集力量,积极探索创新,提高公众对疾病的认知和重视,推动以特应性皮炎为代表的慢性皮肤病的规范化诊疗和长期管理,让更多患者敢想敢梦,梦想成真。”方君说。

新闻特写

懂“左图”之痛 筑“右图”之梦

——走进儿童特应性皮炎画作展

□本报记者 崔芳

你的兴趣爱好是什么?皮肤问题给你带来哪些困扰?如果皮肤问题解决了,你有什么想做的……进入9月,一个用AI(人工智能)讲述“皮肤故事”、守护皮肤希望、绘制健康梦想的“邀请函”通过线上公益平台发送给特应性皮炎患者。在回答了上述系列问题并发送后,AI绘画会据此为参与者生成独一无二的绘画作品。

9月14日,第6个“世界特应性皮炎日”当天,在由中国初级卫生保健基金会慢性皮肤病关爱公益基金主办的“点亮美丽童年,共筑一生获益”儿童特应性皮炎画作展中,这些讲述健康梦想的画在北京文化创意产业集聚区——798艺术区集中呈现。

看到未被满足的需求

皮肤干燥、湿疹样皮疹、剧烈瘙痒甚至无法入眠……特应性皮炎因上述典型症状而收获了个形象的俗称叫“痒醒症”。作为皮肤疾病中患病人数最多的“一号疾病”,特应性皮炎覆盖

多年龄层,为什么此次活动要聚焦儿童患者?

“因为年龄越小发病率越高,仅我们科每年诊治的该疾病患儿就超过5万人。而且随着年龄增长,患儿出现过敏性鼻炎、哮喘等共病的概率明显增加,给家庭和社会造成了巨大的精神和经济负担。我们需要让更多人看到儿童特应性皮炎患者未被满足的健康需求,意识到儿童特应性皮炎早期干预和长期治疗的重要意义。”首都医科大学附属北京儿童医院皮肤科主任马琳解释。

得了该病,到底对患者意味着什么呢?画展上,来自患者真实经历的作品以左右对比、两幅一组的方式展出,很多作品左侧反映患病的困扰,右侧为理想状态。

在《享受阳光,静心阅读》的画作中,左图中的露露由于特应性皮炎出门会导致病情恶化,只能闷在家里读书;右图中的露露正坐在草地上,一边享受日光浴一边看书。

在《湖边戏水》画作中,左图中的小丸子脸部症状让她痒痒难耐,不敢待在阳光下;右图中的她开心地享受着阳光洒在湖面上。

在《尽情奔跑》画作中,左图中的军军不敢激烈运动,怕症状恶化;右图中的军军控制住病情后正在进行晨跑……

一组组画面讲述着,患上该病,很多我们原以为稀松平常的生活都成了奢侈。

“该病对儿童群体的健康影响尤为严重。除了画中展示的,患该病的儿童还会因瘙痒、抓挠影响睡眠甚至生长发育,控制不良还可能影响患儿上学的出勤率和在校表现,甚至影响患儿的心理健康。”画展上发布的《患者教育手册(儿童版)》中写道。

“特应性皮炎不能根治,但是在医生指导下通过合理治疗,大多数患者能得到很好的控制,一般不会影响患者的生活质量。”活动主办方工作人员表示,“我们希望由此加深公众对特应性皮炎的了解。”

大手牵小手应对挑战

患者及家属代表、皮肤科临床专家、公益组织、行业团体等来自各个相关领域的人们,赶来赴一场艺术和健康之约,大家围绕画作细细观赏,不时看到与自己相关的画面。

在《参与其中》画作中,左图是阿乐由于怕身上皮肤病症状被观众议论,不敢上场比赛;右图中,在队友和教练的鼓励下,阿乐勇敢站上赛场

并帮助球队赢得比赛,赢得观众的掌声。

在《缓解焦虑》画作中,左图的皮皮由于患病闷闷不乐,好在有护士姐姐照顾他、开导他;右图的皮皮开始享受跟朋友小伙伴一起打篮球的快乐。

在《社区引导》画作中,左图的小羊在医院接受病情观察,但她对接受治疗并不积极;右图中,小羊在社区卫生服务人员开导下积极配合治疗……

“特应性皮炎是皮肤科的老大难问题,病程长,容易复发,需要政府、医务工作者、患者和界的共同努力,提升全社会对特应性皮炎的关注。”中国工程院院士、中国医科大学教授陈洪铎在致辞中表示。

“AI画展这样的创新艺术形式,让我们看到了小患者们对于美好未来的憧憬,更看到了多方合作才能实现效果的最大化。”中日友好医院副院长、皮肤科主任崔勇呼吁,“让我们携手为皮肤疾病患者创造美好的明天,共筑一生获益。”

QR code and promotional text for the exhibition, including '扫码观看' and '“医”起看热搜'.