

□特约记者 陈静 董小杰 通讯员 夏华珍

“动”出生命新希望

厦门医学院附属海沧医院重症早期康复体系建设探秘

当93岁的姜阿婆(化名)意识模糊地躺在厦门医学院附属海沧医院(简称“海沧医院”)重症医学科的病床上,听着生命监测仪的声响时,没有想到自己这么快就能再坐起来;她的家人也没有想到还能看到老人哼着最爱的歌仔戏,含着笑,将水果递到孙辈的手上……

姜阿婆顺利康复的秘密,就在于海沧医院推出的重症早期康复模式。通过多学科紧密协作,医院为许多像姜阿婆这样的重症患者提供全方位、规范化、个体化的康复治疗。从抢救生命到提高生活质量,从生存下来到生存得更更有尊严,早期康复的介入,为重症患者重开了一扇门。



2023年,厦门医学院附属海沧医院正式启动重症早期康复体系建设。

在救治患者的同时,注重提升其生活品质,让他们能够回归社会,生理、心理都恢复健康。”

打造呵护生命“防护网”

让患者重拾生活希望

姜阿婆的儿子王先生见到过许多患者在重症医学科(ICU)抢救后,命虽然保住了,但生活品质却大不如前的情形。患者出院后长期卧床、虚弱无力、精神萎靡,家人也苦不堪言。

许多临床实践也显示,随着医学技术的发展,ICU住院患者的死亡率显著下降,但是ICU患者的致残率却居高不下。以认知功能、躯体和神经功能障碍为主要表现的ICU后综合征(PICS),严重影响了患者及其照护者的生活质量。

如何改变这种现状,真正提高重症患者的生活质量?国内外专家达成共识,建议对重症患者开展早期康复。在厦门医学院附属海沧医院,医护人员早在9年前就开始这方面的探索,帮助重症患者重拾生活的希望。

该院重症医学科主任、主任医师田洪居说:“从2015年起,我们开始尝试性地开展早期康复和护理理念的推广,通过借鉴国内外先进经验,逐步构建重症患者早期康复全流程管理模式,推动流程标准化、执行精准化、模式规范化、质控持续化,确保各项康复管理措施落到实处。”

2020年,医院聘请日本医学博士、知名康复专家郭丹教授,推动康复医疗发展走上了“快车道”。如今,医院汇聚了重症医学科医师、康复医学科医师、临床营养师、康复治疗师、心理咨询师、心肺康复专科护士、重症康复专科护士等多学科经验丰富的重症救治团队,为患者提供全方位、规范化、个体化的康复治疗,在降低患者死亡率及致残率的同时,帮助其重返社会,真正为患者、家庭、社会“减负”。

在海沧医院重症医学科,患者可以获得24小时的密切监护、治疗和护理,同时接受系统、科学、个性化的早期康复训练,包括肢体功能锻炼、呼吸康复锻炼、脑功能恢复、药物促醒治疗、高压氧治疗、综合感觉刺激治疗、中医药针灸治疗等。

厦门医学院附属海沧医院党委副书记、院长蔡成福说:“救命要快,康复得早。我们树立‘大康复’理念,加大对康复医学的支持,积极加强重症康复体系建设,倡导重症患者必须早期康复,倡

来越好啦!”早上查房时,重症医学科主治医师胡丹向姜阿婆热情地打着招呼,姜阿婆脸上露出了淡淡的笑容。

这一幕与姜阿婆刚进ICU时的情形截然不同。几个月前,姜阿婆在家中不慎摔倒,被送到医院急救时出现顽固性休克,接受开颅手术后进入重症医学科接受救治。由于姜阿婆年龄大、病情重,尽管术后生命体征已趋于稳定,但她依然出现右侧偏瘫,头也不能抬,多项身体功能丧失,身上留置着气管切开套管、胃管、尿管等,意识常常陷入模糊状态,整个喉咙总是发出呼噜噜的声音。

经历了疼痛的折磨和手术、呼吸机运用等各项紧急救治,老人已是疲惫不堪,对于继续接受治疗有着极大的消极抗拒情绪,医护人员怎么跟她说话,她也不回应,后期清醒时,嘴里一直念叨的一句话就是“我要回家”。

胡丹向记者道出了患者的辛酸:“ICU患者由于病痛折磨,长期卧床,失去了对身体、生活的自主权,身心都会受到巨大压力。换位思考,如果是我们自己生病了,一躺好几个月,状态怎么会好?”

治病先治心。为了帮助姜阿婆重拾生活信心,医务人员首先在称谓上做了改变。“一些医院习惯性称呼患者几床几号,而我们对于重症康复患者,都叫出他们的姓名或者以长辈相称,让患者觉得更亲近。”胡丹说。

对姜阿婆而言,每次一声“阿嬷”或者“姜阿婆”,都仿佛在她心田注入

了点滴温情。重症康复团队医护人员还向姜阿婆的家人仔细了解其喜好。当得知姜阿婆最爱听闽南歌仔戏时,重症康复团队医护人员就提前录好戏曲,在她耳边播放。在熟悉的曲乐声中,姜阿婆的目光中少了几分冷淡、茫然,多了些许温暖、放松。

“最重要的还是要帮助患者明确康复的目标,逐渐增强信心。”胡丹强调。于是,团队每天查房时的一项重要任务,就是帮助患者唤醒对时间的记忆,再将康复计划简洁明了地告诉患者,只要配合治疗、完成预期目标,他们就可以转入普通病房,然后出院回家。

医患同心,有了盼头,姜阿婆康复的动力更足了。重症康复团队医护人员每天给她播放家人的音频或视频还有她喜欢的乐曲,以此进行听觉刺激;用各种颜色的卡片和物品在其眼前缓慢移动,以诱发眼睛追随运动;用棉签蘸取不同味道让其品味;用不同质地的物品在其身体皮肤表面轻轻滚动,进行感觉刺激。此外,中医科的医生还为她提供针灸和穴位埋针等传统治疗,加速康复进程。

从平躺着进行被动关节运动,到斜躺30度角进行肌肉抗阻运动,再到倚靠床上直立坐位进行主动运动,最后再到从病床转移到椅子……仅过了一个多月,姜阿婆就能稳稳地坐在轮椅上了。为了让她进一步放松身心,医护人员还将她推到ICU的阳台上,让她感受和煦阳光、清新空气,在舒适的户外环境中为她进行简单的坐位训练。

目前,厦门医学院附属海沧医院已开展多学科合作的重症早期康复,包括早期促醒疗法、体位管理、吞咽管理、呼吸管理、日常生活管理、早期

运动治疗(PT)、作业治疗(OT)、言语治疗(ST),通过多种康复治疗方式的有序推进,姜阿婆的各项身体功能逐渐恢复,肌肉力量、呼吸功能等明显加强。当从ICU转到普通病房时,她微笑着用原本僵硬的手竖起大拇指,为医护人员点赞。

离床训练、常见并发症的预防等,为重症患者日后的生活保驾护航。

建设重症早期康复体系

抓住真正的“黄金期”

在康复医学科宽敞明亮的康复区里,刚经历过“生死劫”的廖先生正在康复治疗师的指导下进行步行步态训练。

几个月前的一个深夜,年仅35岁的廖先生不慎从40多米的高处坠落陷入昏迷,被送到厦门医学院附属海沧医院急诊中心抢救,被诊断为特重型颅内损伤,全身多处骨折合并神经损伤,还出现心包填塞、脾脏挫裂等多脏器损伤,导致顽固性休克,生命危在旦夕。重症医学科医护人员不分昼夜、全力以赴地展开救治,待廖先生的生命体征稍稳定后,重症医学科医护人员便启动重症早期康复评估系统,多学科合作讨论患者病情,为其制订最优治疗、康复方案。

重型颅脑损伤的患者病情复杂凶险,发展变化快,致死率致死率极高。此类患者在受伤后容易发生昏迷,若长久如此,可能发展为植物人。在把控风险的情况下,重症康复团队为廖先生开展早期的促醒治疗,包括监护不稳定骨折的良肢位管理,以及ICU获得性肌无力、坠积性肺炎、血栓等并发症的预防,末梢肢体被动活动、神经肌肉电刺激、音乐疗法、床上被动踏车训练、高压氧治疗等。

经过多方努力,患者神志逐渐清醒,接受骨折固定术及神经修复,术后又开展早期离床、对称性的肢体主动活动、认知训练、吞咽训练两周,此后再转至普通病房,在家人的陪伴下接受进一步系统康复治疗。如今,廖先生的气管切开口已封管,可独立进食、运动、感觉、认知、语言等能力也在持续提升。

短短几个月时间,丈夫便从深度昏迷到逐步苏醒,可以自己走路去做康复治疗,甚至能完成简单生活自理,这让廖先生的妻子既惊叹又感谢感谢医护人员的尽心尽力。

“脑损伤的康复是一场与时间的博弈。”康复医学科主管康复治疗师黄绍玲说,在脑损伤的急性期(1~2周),残存的大脑皮质脊髓束的兴奋性特别高,抓住这个“黄金期”,通过神经末梢的运动刺激促进大脑水肿的吸收,通过外周正确的对称性运动,最大限度地提高大脑的重塑功能,为预后提供更多的可能,“一旦错过这个时机,预后往往不如预期。”

目前,厦门医学院附属海沧医院已开展多学科合作的重症早期康复,包括早期促醒疗法、体位管理、吞咽管理、呼吸管理、日常生活管理、早期

在医疗团队的共同协作下,厦门医学院附属海沧医院重症早期康复体系建设取得了明显成效。据统计,实施重症早期康复治疗,患者ICU并发的发生率明显下降,慢性阻塞性肺疾病患者带管时间缩短50%,再插管率减少约34%;患者平均住院时间从14天降到10天,患者在ICU内不仅得到救治,更获得了康复先机。

2023年8月,厦门医学院附属海沧医院乘势而上,在厦门市率先启动重症早期康复体系建设,这也标志着该院危重症医学科救治体系建设和大康复体系建设开启了新篇章。康复医学科与重症医学科、神经科、骨科、创伤外科、疼痛科等多个科室深入开展联动式合作,探索建立临床专科医生参与,康复医学科医师、康复治疗师介入的康复多学科诊疗新模式,并将这一诊疗新模式积极向全院推广,推进“大康复”体系建设迈出了坚实步伐。

据该院康复医学科主任、主任医师范洪力介绍,医院早期的康复科仅设门诊,2020年,按照三级甲等医院的标准,医院正式成立康复医学科,设置了独立病房,并于今年年初完成新病区搬迁。如今的康复医学科病区与康复区、门诊有效联动,建筑面积达到1719平方米,配备有体外冲击波治疗仪、平衡评定与训练系统、上肢功能重建系统、电动起立床、四肢联动训练器等先进设备,医院已成为闽南地区康复医学领域最具影响力的医疗机构之一,可以为厦门市及周边地区群众提供更加快速、高效、全覆盖的高质量康复医疗服务。

2023年10月,医院还聘请享受国务院政府特殊津贴专家、厦门市医学会重症医学分会主委、厦门市重症医学质控中心主任张民伟教授前来指导。在众多专家的助力下,医院疑难危重症诊疗水平节节攀升,学科发展再上新台阶。

春华秋实,玉汝于成。厦门医学院附属海沧医院院长蔡成福表示,一代人有一代人的使命,为了人民群众的生命健康,厦门医学院附属海沧医院全体干部职工应抢抓机遇,以奔跑者的姿态“走在前方”。

图片由厦门医学院附属海沧医院提供



厦门医学院附属海沧医院重症医学科主任医师田洪居在为患者开展生命体征评估。

从抗拒治疗到展露微笑

“阿嬷,现在是星期二早上8点半,一会就给您做康复,您的精神越