

打造一流康复医学科 助更多患者回归健康

# 重症康复：从“活下来”到“活得好”的转变

桂林市中医医院康复医学科

率先在桂北地区开展有创无创呼吸机支持及危重症专业康复治疗

在医院里，我们经常会注意到重症患者浑身插满管子，虽然勉强生存了下来，但是生活质量却很低。令人欣喜的是，如今这些患者通过重症康复可以有效提高生活质量。随着重症医学的迅速发展，重症监护病房（ICU）内重症患者的病死率显著下降，生存患者的功能状态和生存质量开始成为人们关注的焦点。危重疾病所带来的生理、心理、社会功能等问题，给患者的近期与远期预后造成严重影响。

如何让此类重症患者在生存下来的同时也能回归正常生活呢？桂林市中医医院康复医学科的重症康复团队让患者实现从“活下来”到“活得好”的转变。



桂林市中医医院康复医学科精英团队

## 拥有一支技术过硬的重症康复团队

说起重症康复，它属于康复领域的一个亚专科。重症康复在医学领域是比较年轻的学科，随着现代抢救技术水平、先进仪器设备使用率的提高，很多以前没办法抢救的患者现在能有效抢救，然而这些被抢救回来的患者中有相当部分生存质量低下，丧失独立生活能力。这部分患者通过重症康复可以有效提高生存质量，帮助他们顺利渡过难关，回归到正常的生活状态，这是重症康复科应该去解决的问题。

近年来，桂林市中医医院康复医学科开始早期介入重症康复，成立了重症康复团队，成为桂北地区率先可独立提供有创无创呼吸机支持及危重症专业治疗手段的康复医学科。近年来分别选派医师、护师、治疗师赴日本熊本机能病院、复旦大学华山医院、四川大学华西医院、中南大学湘雅二院、中山大学第三附属医院、深圳大学第一附属医院等国内外知名医院的康复医学科、重症医学科进修学习，培养出一支专业素质高、技术能力强的医护团队。

康复医学科旨在为各类慢性重症患者提供优质经济的康复支持治疗，以改善患者功能障碍为核心，以提高患者生活水平为目标，最大限度改善患者重症期间的身心和社会功能障碍。

## 呼吸重症康复 打通救治最后“一公里”

医疗是一个大整体，每一个步骤都不可或缺，康复治疗就是最后“一公里”，就是为了让病人能完整健康地“走出去”。

55岁的廖女士是一位格林巴利综合征患者，因突发四肢运动障碍伴呼吸困难在外院ICU住院近一个月。因其呼吸机麻痹，需要有创呼吸机来辅助通气，转入桂林市中医医院康复医学科后，重症康复团队在积极控制原发疾病的同时制定详细康复治疗计划。首先辨证施治运用传统中药汤剂、电针、艾灸、五行音乐疗法、六字诀功法改善人体肝、心、脾、肺、肾等脏腑功能，其次加入现代呼吸康复技术，如体位引流、全身运动锻炼、呼吸肌锻炼、音乐疗法等促进痰液排出、增加呼吸肌耐力和提高呼吸肌抗疲劳能力等；经过一系列治疗后，廖女士三次上机，三次脱机，最终成功脱离呼吸机，心肺功能及四肢肌力也逐渐恢复，目前已经能够完全脱离呼吸机，从完全卧床到能够进行轮椅运动，下一步廖女士将继续进行康复治疗，日常生活功能将会显著提高。

“有人认为呼吸重症康复主要是针对呼吸科的患者，实际上不是，比如我们气管插管患者，在长期置留气管套管的过程中，出现痰多、肺部感染、咳嗽能力下降等一系列问题，这时候就需要进行呼吸康复，促进痰液排出，改善肺部感染，通过调整呼吸模式，改善呼吸频率，使塌陷的肺组织复张，增强呼吸肌力量，提高咳嗽能力，从而减少抗生素药物的使用，最终让患者拔管。中西医多种技术联合使用，才能有更好的治疗效果。”康复医学科主任邓建华介绍说，平时我们总能碰到很多呼吸困难、痰多、肺部感染、气道廓清障碍、呼吸模式异常、呼吸肌功能障碍、肺容量降低等心肺功能的问题，主动运动的时候做几个动作就会很累，其中一方面原因就是患者的心肺耐力跟不上，需要进行呼吸康复。

据了解，随着时代的进步，人们观念的改变，越来越多的人意识到康复的重要性，国内也从肢体康复慢慢发展到内脏康复。桂林市中医医院开展的呼吸重症康复即“肺康复”，目前越来越受到广大患者及临床医护人员的重视和认可。针对重症患者普遍存在的呼吸机依赖、肌肉萎缩、功能障碍等问题，呼吸重症康复的早期介入可直接影响到患

者的预后，让重症患者身体机能得到更快地恢复，早日回归社会生活。

## 中西医精准诊疗 加速患者康复

目前康复医学科开放床位90余张，配备有创无创呼吸机、各类急救设备和床边康复训练仪器。可收治颅脑外伤术后、脑出血、脑梗塞昏迷、需长期接受神经功能康复、肢体功能康复锻炼治疗患者，慢性阻塞性肺病、呼吸衰竭、气管切开、重症肺炎等疾病需抗感染、气道护理、呼吸机支持治疗患者，慢性消耗性类疾病、长期卧床需营养支持治疗患者等。科室可独立开展危重症患者的支持治疗、有创无创呼吸机辅助治疗、呼吸机脱机困难治疗、气管切开及呼吸衰竭的气道护理治疗等。

科室通过“嘘、呵、呼、啊、吹、嘻”六字诀功法吐纳训练，调整并控制体内气流的升降出入，进而改善人体肝、心、脾、肺、肾等脏腑功能，维持全身气机平衡，进而改善肺功能；中药棒刺激患者的软腭、舌根、咽后壁，嘱其做空吞咽动作，改善吞咽发生的敏感性和速度，提高有效咳嗽能力。运用深呼吸、腹式呼吸和呼吸操锻炼，增强呼吸肌的力量，扩大并增加胸廓的运动幅度，特别是增大膈肌下移的距离，以达到有效地扩展气道、降低阻力、改善呼吸质量的目的，另外呼吸功能训练还能抑制因活动受限、肺源性呼吸肌萎缩及功能部分丧失引起的肺组织弹性降低，增强呼吸肌力量，提高肺通气量及肺泡张开率，保持肺组织的弹性、小气道的通畅性及胸廓的活动度等，延缓肺泡因活动不足而引发的加厚老化进程，从而提高机体肺功能。

康复医学科在科主任邓建华的带领下秉古创新、中西融合，充分发挥中医院传统医学优势，不断学习和引进先进的现代康复医学技术。近2年来团队共计立项7项科研课题，开展10余项新技术新项目，将传统中医药的针灸、循经推拿、穴位贴敷、六字诀功法、中药棒咽喉刺激等与现代康复治疗技术充分结合，为广大患者提供更合理、优质、精准的康复治疗。

重症患者的康复治疗是一个长期而艰巨的过程，康复医学科立足学科优势，以病人为中心，尽全力做到康复前移，与临床相伴，助患者拥有尊严，早日重获健康。

詹金容 赵青喜 文/摄



廖女士家属赠送锦旗



康复医学科主任邓建华正在为病人诊疗



病人正在进行康复训练



康复师为病人进行吞咽治疗