



立足科研谋发展 拓宽领域谱新篇

记黑龙江中医药大学附属第二医院康复中心

康复医学发展至今,随着人类疾病谱的改变、医学模式的转变和人民对健康需求的提高,正逐渐向多极化方向发展并向临床各学科延伸,成为现代医学不可缺少的组成部分。随着康复科普教育的广泛宣传,百姓对康复理念的认识也不断提高,同时对康复需求也不断增加。黑龙江中医药大学附属第二医院康复中心经过多年发展,结合临床医学,积极拓展康复领域,在脑血管疾病、心血管疾病、肌肉骨骼疾病、儿科疾病等领域的康复,进步明显,获得了广大百姓认可,满足了不同患者群体对康复的需求。



康复中心主任王艳(右二)在给患儿检查。

以高质量学科发展 推动康复高质量发展

2015年由国务院办公厅印发的《中医药健康服务发展规划》(2015—2020年)中明确指出:要发展中医特色康复服务,促进中医技术与康复医学融合,完善康复服务标准及规范。推动各级各类医疗机构开展中医特色康复医疗、训练指导、知识普及、康复护理、辅具服务。黑龙江中医药大学附属第二医院康复学科,积极响应党中央国务院号召,在唐强教授的带领下扎根中医康复理论,深耕中医康复技术,将头穴丛刺技术与现代康复手段有机结合,充分体现中医康复整体康复、辩证康复的治疗思维,确立了“针康同步、动态治疗、整体

康复”的思路,已被广泛应用于脑卒中、小儿脑瘫的康复当中。“针康法”获得了国内外患者的好评,患者遍及俄罗斯、美国、加拿大等国家。该院中医康复学学科现为国家中医药管理局重点学科、卫生部国家中医临床重点专科、黑龙江省重点学科带头人梯队、黑龙江省中医药管理局及校级重点学科,国家中医药管理局重点专科(康复科)的建设单位以及中国康复医学会创伤康复专业委员会副主任委员和中国针灸学会针灸康复专业委员会副主任委员单位、黑龙江省康复医学会副会长单位、黑龙江省中医康

复专业委员会主任委员单位。在中医康复学科引领下,该院康复中心自2000成立以来,现已经发展成为一个集医、教、研为一体的多功能临床科室。2008年被评为国家中医管理局重点专科,2012年被评为国家中医临床重点专科。现为国家中医康复重点专科协助组组长单位,中风后手功能障碍中医康复协作组组长单位,国家中医药管理局中医康复继续教育基地,哈尔滨残联定点合作单位,世界中医药联合会小儿脑瘫专业委员会主任协作单位,2017被授予全国卫生系统先进集体荣誉称号。

开拓康复新领域 满足百姓健康需求

经过多年的发展建设,该院康复学科在原有神经系统疾病、脑瘫、高级脑功能障碍和运动损伤康复的研究基础上,积极开拓康复领域,结合临床医学,在脑血管疾病、心血管疾病、肌肉骨骼疾病、儿科疾病等领域方面的康复研究也取得了可喜的成绩。

【儿童康复篇】

发育迟缓早干预 错过时机“毁”终身

从十月怀胎开始,每一个宝宝都迅速地也有规律地一点一点地成长发育,从翻身、坐位、站立、行走、牙牙学语到正常交流。每经历一步,都给家长带来无限的惊喜。老话说得好:三翻、六坐、七爬,这是古人对婴儿发育最简洁的运动发育概括。但如果你的孩子到了三个月还不能竖头,九个月还坐不住,细心的妈妈一定会心里质疑,一定会多方打听,但往往最后的结果是:“孩子有发育早的发育晚的,别着急,慢慢就会了,没事”。真的是这样吗?据调查,新生儿当中早产儿、低出生体重儿、窒息、缺氧史等,占出生总数的10%左右,也就是每10个孩子就有一位是高危儿。大多数高危儿能完全健康地生长发育,但部分高危儿以后可能有运动障碍、智力低下、语言障碍、癫痫、多动、学习困难、自闭、行为异常等后遗症发生。那么我们怎么知道自己的孩子是不是高危儿呢?康复中心王艳主任给出以下建议:

一、如何发现高危儿?

一般情况下,家长可以通过以下三个方面进行高危儿的初步筛查:

1.及时寻找自身出现的高危因素,比如高龄母亲、病毒感染、新生儿早产、缺氧、病理性黄疸,多胎、臀位

分娩、新生儿窒息、异常黄疸、呼吸困难等。

2.孩子发育迟缓,表现为各项发育落后于相应的月龄水平,例如:3个月时还不能抬头,不能用肘部支撑,对周围事物及环境漠不关心,引逗和呼唤时反应缓慢。

3.孩子姿势和运动异常,主要表现为身体和四肢发硬或偏软,动作笨拙,出现与正常孩子不同的动作。

二、发现高危儿怎么办?

发现高危儿,应及早进行干预。所谓的早期干预是指,在生长发育的新生儿期和婴儿期,为相关儿童及其家庭提供一系列的综合性服务,以帮助他们健康地成长和发育。早期干预介入越早,高危儿愈后越好,早干预,早康复。

三、高危儿的干预措施有哪些?

常见的干预方法有:运动疗法、物理因子治疗、手功能训练、作业疗法、言语训练、感觉统合训练、多感官训练、水疗法(药浴)、针灸治疗、推拿治疗等。

感觉统合训练帮助孩子战胜学习障碍

据王艳主任介绍,很多家长对孩子学习不好,跟不上老师,阅读速度慢,感到很困惑。其实“这是学习障碍,是一种疾病,需要康复训练”。感觉统合训练能帮助孩子战胜学习障碍。

一、什么是学习障碍?

1.阅读障碍:辨认字母障碍(如b和p)和拼读障碍、阅读理解障碍和流畅性等障碍。
2.数字计算障碍:数学学业成绩与其智力水平所能达到的成绩相比,有显著性落后。包括计算障碍和解决问题障碍。
3.书写表达障碍:是指书写障碍、拼写障碍和写作障碍。
4.其他障碍,如社交技能障碍、思维和概括困难等。

二、家长对学习障碍的认识误区有哪些?

1.孩子学习不好就是因为不听话、不努力、不认真、马马虎虎。只要家长和老师管得严厉,必要时体罚,就能解决学习障碍的问题。
2.孩子学习不好,那么我们就笨鸟先飞、勤学苦练,比如阅读时跳行落字,不能辨别b、d,阅读速度慢等,就找个阅读及注意力补习班,天天练习,就一定从根本上解决学习障碍的问题。
3.孩子平时上课注意力不集中、多动,那么参加各种能让他保持坐并能坐得住的补习班。在家里让孩子坐在凳子上20-30分钟一动不动,就可以改善孩子多动、注意力不集中的问题。
4.听说感统活动如抛接球、跳蹦床等能解决部分学习障碍的问题,这不可能吧?感统活动都是动来动去的,只能加重多动和注意力不集中的情况,怎么可能提高阅读及书写障碍的问题,这根本是不可能的吧。

三、如何治疗学习障碍?

学习障碍的主要问题是基本学习能力不足,包括视知觉能力、语言能力、理解能力和感觉能力,以及多动-注意力障碍等行为问题。通过感觉统合训练能促进整个神经系统和大脑双侧半球的活动,有利于儿童手、眼、脑的动作协调性发展,提高注意力和思考能力。
1.感觉统合训练可以通过拍球、跳绳等训练,改善基本节奏感;通过蹦床上抛接球辨识自己及空间物体的左右,提高对空间方位的认识。
2.爬行动作时带给前庭平衡器官的特别刺激,加上此时颈背部肌肉强烈收缩所产生的本体感觉的直接作用,对缥缈不定的眼球有极佳的稳定作用,对阅读是重要补偿措施。
3.打乒乓球等体育运动,提高儿童的各种运动平衡协调能力,促进注意力集中,从而提高学习效率。

【产后康复训练篇】

盆底修复的重要性你知道吗?

女性产后盆底功能障碍性疾病会出现盆腔器官脱垂和压力性尿失禁等一系列盆底损伤与缺陷,主要表现为二便失禁、盆底疼痛、性功能障碍、便秘或肛门疼痛,通常一个症状会引起其他症状而呈现复杂表现,这些复杂的临床表现严重影响患者的生活质量。妊娠和分娩是导致女性产后盆底功能障碍性疾病的最主要高危因素,不同的分娩方式对产后盆底功能也有一定影响,产后早期进行盆底肌康复训练具有重要意义。

在备孕期间或生产以后,宝妈发现在腰骶部会出现莫名的疼痛,同时还会伴有大腿及臀部的不适,典型的还会出现明显的长短腿,走路或站立时疼痛。这个地方医学上称为骶髂关节。这样的症状在临床上很容易和腰椎间盘突出症混淆,需要医生仔细查体和询问病史,否则容易误诊。还有一些宝妈生完宝宝后,体重一直就是不下去,大肚子好像还是一个孕妇一样。这就是产后常出现的腹直肌分离。实际上,孕期增长的体重除了胎儿的体重、羊水和胎盘以外,剩下的基本上就是宝妈孕期增长的体重,想恢复杨柳细腰和平坦的小腹,我们就要合理运动,正确康复训练。

主要方法有:

- 1.平躺,撑起膝盖,双手放在腹部;
- 2.骨盆调整,使得后背贴紧床面;
- 3.保持姿势缓慢吸气,吸满使腹部周围一圈都能够顶起,然后快速呼气(像给玻璃哈气一样)将气吐净,重复5次;
- 4.重复3组。

这组训练一天三次就可以。也可以根据情况先加强腹内外斜肌的力量来辅助稳固腹直肌,比如:交叉对抗。但腰痛明显腹直肌大于两指的宝妈最好建议去做医院专业的产后康复评估和指导训练。

目前很多中老年妇女中有这种现象,她们往往在咳嗽、打喷嚏、提重物上楼甚至是大笑时发生漏尿,每次尿量都不多,而且不伴有尿频、尿急的症状。如果有这样的症状,您要当心了,可能患上了压力性尿失禁。

针对压力性尿失禁的治疗,目前中医大二院康复中心会根据患者的实际情况,为您制定出更适合您的治疗方案。通过自我生活方式调整、Kegel操(加强盆底肌肉功能)、物理治疗、针灸治疗、药物治疗等,解除您尿失禁难言之隐,让生活从新充满阳光。

王艳简介

主任医师、教授、医学博士;
黑龙江中医药大学附属第二医院康复中心主任;
康复评定教研室主任、博士研究生导师;
美国圣路易斯华盛顿大学访问学者;
龙江名医;
黑龙江省卫生健康系统突出贡献中青年专家;
黑龙江中医药大学校名中医;
国家中医临床重点专科——



康复医学科后备带头人;国家中医药管理局重点学科——中医康复学学科后备带头人;黑龙江省领军人才梯队后备带头人;黑龙江省重点学科后备带头人;中华医学会物理医学与康复学分会康复教育学组委员;

世中联小儿脑瘫专业委员会副会长;黑龙江省康复医学会骨科肌肉疼痛康复专业委员会主任委员、康复教育专业委员会副主任委员;黑龙江省医师协会康复医师专业委员会副主任委员;黑龙江省医学会物理医学与康复专业委员会副主任委员等。

目前主持国家自然科学基金2项,主持省自然科学基金及省科技攻关课题多项,发表SCI等杂志论文50余篇,获得省政府科技进步一等奖1项、二等奖3项,获得地厅级科技一等奖多项。

学术专长:周围神经损伤、骨骼肌肉疼痛(颈椎病、腰椎间盘突出症)、运动创伤、小儿腕肘踝关节常见障碍(O型腿、X型腿、足内外翻等)的康复、小儿脑瘫、小儿发育迟缓、自闭症等。



智能化上肢控制训练系统。



作业治疗。



构音器官训练。

