

技高一筹 “攻心”为上

——记市中医院康复科学科带头人、副主任医师吕敏

李晓菲

在人们的固有印象中，医生年龄越大越吃香。然而，在市中医院康复科有这样一位女医生，年龄不大却医术精湛，在以实力论英雄的医疗领域，凭本事收获了一众“铁粉”，她就是市中医院康复科学科带头人、副主任医师吕敏。

一头短发，一副普通的金丝

眼镜，脸上带着自信的笑容，这是吕敏给笔者的第一印象。身为“80后”，吕敏运筹帷幄，用技术赢得团队认可，用专业知识打开患者“心结”，凭中西医融合思维打出品牌，稳稳地挑起市中医院康复科的“大梁”，用心照亮患者的康复之路！



给患者看病

无惧挑战 凭借实力站稳脚跟

医院是一个充满挑战的地方，它就像一个人体的“维修站”，医护人员则是“修理工”，修理技术的好坏决定了医院医疗水平的高低，也是所有人员安身立命之本。可以想象，要在这样一个人才济济的地方被认可，谈何容易！

“被这样一个优秀的团队认可，

们纷纷竖起了大拇指。

“我要把这些年在临床上总结的经验分享给大家，让他们在工作中少走弯路，为患者提供更有效、更精准的康复诊疗方案。”吕敏信心满满地说。在市中医院康复科，吕敏重传承，善施教，不藏私，把自己的本领毫无保留地教给大家。如今，每周的全科查房对康复科来说就是一场现场教学课，吕敏以问题为导向，考查主治医师的治疗方案，现场带教、倾囊相授，精湛的业务素养、丰富的专

室，自己心里就踏实了。

巧解“心结” 给患者带来新希望

康复患者大多是因为疾病造成了某些功能障碍导致无法回归日常生活，而康复又不像一场手术、一支针剂一样快速有效，它往往是一个漫长而孤独的过程。对很多患者来说，“医心”比治病更重要。

“从人体解剖学讲起，到我身体

“心结”后，闫某每天都积极配合，经过两周的康复治疗，左半身麻木的现象没有了，走路也基本恢复正常，马上就能出院了。

上门诊，带队查房，研究病例……作为学科带头人，吕敏几乎天天泡在医院，虽然忙得脚不沾地，但她从来都不觉得枯燥。“前两天我在医院走廊锻炼右臂，吕大夫走过来我锻炼的方法不对，还给我演示了一遍正确动作。她说话幽默，演示的动作简单，我练了十来天确实有效果。后来她带队查房，我才知道她是科室负责人。”日前，家住陈仓区虢镇的王某也因脑梗后遗症住进了市中医院康复科，他对吕敏的第一印象就是：实在，不摆谱。他告诉笔者，吕敏是他见过的第一个当着病人的面，指出医生不足的科室负责人，把自己交给这样的团队，他放心。自从生病后，手脚不利的王某几乎没有笑脸，现在看到了希望，他笑容满面，神采奕奕，整个人大变样。

到康复科治疗的患者，不仅要忍受病痛带来的身心折磨，还要面对一些异样的眼光，这种感觉有时候让患者难以接受。“康复是一个长期的治疗过程，患者对自己的未来很迷茫，对此，解决患者疑虑，用真心赢得患者信赖，这是一个康复医师该有的态度。”为了打开患者“心结”，真正成为患者的“知心人”，吕敏还专门进修了心理学，并取得了心理学硕士学位。她说，在康复治疗中，有时候仁心比仁术更珍贵，她要努力做一个有温度、有情怀的医生。

创新思维 探索中西医融合之道

如果说一线科室主要是“救死”，那康复科就重在“扶伤”，通过各种治疗及环境改造来改善生活质量，提高社会参与度，对饱受病痛折磨的康复患者来说，其重要性不言而喻。

在保证安全的前提下，如何提高患者的康复效果？用神经内科思路，打开康复治疗新路径。作为一名曾经的神经内科医生，吕敏用自己的实践经验给出了最优解。“神经内科医生面对任何病情都要追根溯源找病因，因为患者表现出来的症状虽然一样，但病因可能大相径庭，只有找准病因才能对症下药，达到事半功倍的效果。这同样适用于康复治疗。”吕敏介绍说，他们是骨科医院，患者骨科康复需求量大，在康复诊疗过程中，她带领团队借助神经康复的定位、定性诊断思维，实现了肌骨疼痛康复的精准评估，为不同患者提供了“定制版”治疗方案，保证了患者的康复效果。

“卒中患者要改善肌张力，在西医范畴内就只有注射针剂了，但这个效果只能维持3个月，而我们传统的中医，却可以通过针灸等疗法刺激经络，从而达到一定的康复效果。”在交谈中，吕敏说她已经被中医的博大精深所折服。面对西医康复治疗中出现的“瓶颈”，作为一名地地道道的西医医生，吕敏也开始了对中医辨证治疗的研究。她发现，对于肌张力障碍、大小便失禁、关节肿胀疼痛等症状的缓解，中医的针法、灸法、贴敷治疗等具有西医无法比拟的效果。为此，吕敏在临床治疗中不断寻找西医康复和中医康复的最佳融合点，希望把中医康复的整体思维与西医康复的精准模式有效融合在一起，最大限度帮助更多患者走出困境，获得更好



与科室医生阅片讨论



康复科医护人员查房



与康复治疗师一起指导患者进行康复锻炼

是我的荣幸。”能成为市中医院康复科学科带头人，吕敏这一路走来扎扎实实，一步一个脚印。

2004年，吕敏大学毕业后成了神经内科的一名“新兵”，这一干就是十多年。一线的工作让吕敏对人体的每条神经“脉络”都了如指掌，为她在康复治疗中识别疑难危重疾病积累了大量的临床经验。在救治病人的过程中，吕敏发现一些颅脑损伤、脑梗死等疾病靠药物和手术只能缓解患者当下的痛苦，并不能让其真正回归高质量的生活，而要达到这个目的，科学的康复治疗非常重要。

“要让躺着进来的能够坐起来，让坐起来的能够站起来，让站起来的能够走起来，让走起来的能够回归正常生活。”带着这样的目标，2015年，吕敏毅然转入了康复医学专业，开启了新的征程。这些年，吕敏总结了许多独门秘籍，个个见功力：通过对患者查体，就能推断出病灶的基本位置；看一眼患者的影像报告，就能推断出机体功能障碍的阶段；根据患者病损位置、大小就能预判功能障碍恢复的时间等。去年，刚到市中医院康复科，吕敏的这一手绝活儿让队友

业知识使她得到了大家的认可。

日前，科室有一名脑出血恢复早期患者要做术后康复，主治医生根据病情为患者做了下肢血管超声及相关血液检查，发现其下肢动脉狭窄、凝血指标异常。由于患者有高血压、心脏病史，康复过程中稍有不慎就会造成不可挽回的灾难性后果，对于这种复杂情况，吕敏特别注意。在看完检查报告后，她要求主治医生给患者增加肺动脉造影检查和心脏超声检查，没想到这一次检查发现了大问题，患者不仅肺部有多处散在小栓塞，还存在心房和心耳的血栓、卵圆孔未闭等心脏问题，如果在这些问题没有处理之前就去做康复运动训练，后果难以想象。

像这样的事情还有很多。吕敏对危重疑难疾病敏锐的辨识能力，让患者一次次化险为夷，为科室解决了一个又一个难题。“在神经内科的十多年里，我见过各种各样的病例，才有了现在的‘火眼金睛’，以及科学有效的处理手法。”吕敏笑着说。市中医院康复科自从有了吕敏“坐镇”，在危重、疑难患者的康复方面又上了一个新的台阶，大家都说只要她在科

出现5个症状的原因，再到具体的治疗方案，吕大夫用了半个多小时就解决了我的认知问题，打开了我的‘心结’，晚上睡觉都觉得安心了。”说起吕敏，61岁的闫某一边不停地称赞，一边拿出一张写满医学专业术语的纸，上面有吕敏专门针对他的病情分析梳理出的内容，自住院以来，他一直随身携带这张纸。

闫某早年在部队是一名卫生员和检验技师，后来转业复员后从事行政工作。今年7月，闫某突发脑梗，虽然抢救及时，却留下了左半边身体麻木、走路抖动等后遗症。几个月来，闫某四处求医，但效果都不是很好。10月中旬，在朋友的推荐下，闫某来到了市中医院康复科，见到吕敏后直截了当地说，自己就是来挂点血栓通保养一下，其他不用管，啥情况自己知道。

“对于像闫某这样有一定医疗‘功底’的患者，医生就要用专业的知识帮他找到病因，补齐他在疾病治疗上的知识盲点，这样他的‘心结’才能打开，才会配合医生做好康复治疗，这相当于给他做了一次心理治疗。”吕敏告诉笔者，自从打开

的治疗效果。

“康复医学和临床医学不同，临床医学主要针对的是患者的疾病，而康复医学针对的则是患者的功能，旨在消除、改善患者的功能障碍，替代、补偿患者的功能缺失。因此，学科的发展要立足大康复理念，不仅要解决大众熟悉的各种神经系统疾病和骨科系统方面的问题，更要不断探索和实践综合康复服务模式，实现高质量全面康复。”吕敏是这么说的，也是这么做的，康复科除了重点发展神经康复和骨科康复外，心脏康复、肺脏康复、糖尿病康复等内科疾病康复也在科室逐步占得一席之地。

康复科借助市中医院全市首家心脏预防评估中心这一优势平台，通过静态和动态心肺功能评估，能有效确定和保证患者康复运动的安全性，更重要的是，可以为患者制定个性化的有效运动处方，实现精准康复、有效康复。

82岁的张某因为脑栓塞导致严重的肢体瘫痪，生活不能自理，辗转于市区各大康复病房，在康复期间，因为反复持续性房颤加心衰等心脏问题不能完成运动训练，还时不时发生心慌气短等情况，康复效果也一直不见起色。张某进入市中医院接受治疗后，吕敏带领康复团队集体讨论，并与心脏预防评估中心一起为张某进行了静态和动态心肺功能评估，发现患者被动站立10分钟后，心脏每搏输出量会下降，就建议她每次站立时间不能超过15分钟。随后，根据无创心排指标为张某量身定制了运动处方，调整运动方式、频率和强度，确保了其后期康复治疗的安全性和有效性。

随着人们生活日益丰富，代谢性疾病发病率不断攀升，其中，糖尿病发病率最高，并发症发生率也很高，给患者和家属带来了沉重的负担。在市中医院，全市独有的国家标准代谢性疾病管理中心(MMC)与康复科强强联合，通过规范化临床治疗，结合糖尿病综合康复治疗，将糖尿病的危害尽量降到最低。

今年45岁的王某，因脑梗死导致言语障碍和吞咽障碍，还有多年的糖尿病病史。她进入市中医院接受治疗后，经过多次药物调整，血糖仍控制不佳，不但增加了糖尿病并发症的风险，也增加了脑血管病复发的风险，这让她和家人都非常焦虑。于是，康复科团队、内分泌团队、脑系团队和心脏评估中心对患者进行了联合会诊，结合靶心率制定运动处方，将糖尿病运动康复治疗融入传统的康复治疗体系中，经过5天治疗，王某的血糖得到了良好的控制，为后期的病情恢复奠定了基础。看着王某的状态一天比一天好，她的家人也不禁露出了久违的笑容。

常言道：康复一人，幸福全家。目前，市中医院东院区康复科已正式接诊，一大批行业领先的康复治疗设备投入使用，集运动治疗区、作业治疗区、物理因子治疗室、言语吞咽康复治疗室、认知心理治疗室等于一体的康复治疗大厅，为患者提供了便捷、优质、专业的康复服务。“我们康复科人才济济、兵强马壮，一定会把中西医结合优势发挥到极致，达到完美结合，实现全面、综合、高效的康复服务体系，帮助患者尽快重返健康生活。”谈及未来，吕敏语气铿锵有力，眼里充满了自信。