



对于疗养院在慢病康复中的思考

任宗杰 (海军青岛第一疗养院第一疗养区)

摘要: 社会的逐步发展, 不仅仅是我们的生活水平在提高, 同时伴随地, 还有各种各样的健康问题, 其中最为常见也最不容易治愈的慢病, 困扰整个社会。除了在生活的各方面注意预防以外, 对于慢病的康复, 更为重要。了解康复, 尤其是在疗养院内进行康复治疗, 对于慢病患者, 具有十分积极的意义。这也就要求我们对于疗养院及其对慢病的康复有足够而清晰的认知。

关键词: 慢病 康复 疗养院 优势 建议

中图分类号: R197.7 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2018) 09-289-01

1 概述

近年来, 伴随着生活物质水平的提高, 工业化、城镇化、老龄化进程的加快, 慢病发病死亡人数快速上升。2015年1月9日WHO公布了《2014年全球非传染性疾病现状报告》2012年全球共死亡5600万人, 3800万(68%)死于慢性病, 1600万(42%)是由于心血管、脑卒中、呼吸疾病、癌症、糖尿病等慢性非传染性疾病的过早死亡。中国每年超过300万人慢性病过早死亡, 即在70岁前死于心脏病、脑卒中、呼吸疾病、癌症、和糖尿病等疾病, 占近全球的20%^[1]。

1.1 慢病的定义

慢病, 世界卫生组织(WHO)所确定的名称是: non-communicable disease (NCD)。美国疾病防治控制中心所下定义的是: 慢病是一组发病潜伏期长, 一旦发病, 不能自愈的, 且也很难治愈的非传染性疾病。例如: 2型糖尿病发现时, 病程可能已经在5—10年以上; 肿瘤由第一个异常细胞存在体内, 到可在影像学下发现在10—20年。慢性非传染性疾病以心脑血管疾病、呼吸系统疾病、内分泌疾病和各种癌症为主, 比如高血压、糖尿病、脑卒中、哮喘及各种恶性肿瘤; 此外, 还包括运动系统慢性疾病, 如颈椎病、腰椎病、骨关节病以及口腔疾病和精神疾病^[2]。

1.2 慢病的影响

中国医师协会HMO年会上, 北京大学医学部公卫学院社会医学与健康教育系主任王培玉介绍, 目前我国慢病死亡率明显高于发达国家, 心脑血管疾病是欧美国家的4至5倍、日本的3.5倍; 恶性肿瘤也高于亚洲水平。慢性病的存在, 降低了人们的生存质量, 特别是老年人由于生理功能衰退、心血管疾病等发病率的增加及各种意外伤害。

1.3 康复对于慢病的重要意义

康复是慢病管理中重要的环节, 康复可以有效防止慢病复发几率, 预防和减少并发症、后遗症的发生。据统计, 发达国家“中风”的残疾率为30%左右, 而在中国, 残疾率则高达75%以上, 主要原因就是患者缺少康复治疗环节。由于我国居民康复意识整体不高, 很多人对慢病及后遗症的康复治疗、运动训练重视程度不够, 又或者家庭负担过重, 医患之间信息沟通不畅, 导致了部分患者在患病后没能得到及时有效的康复治疗, 出现了患者症状加重, 疾病不断进展的现象。而康复能尽最大限度恢复伤、病、残者的身体、心理与周围环境相适应, 使患者重返家庭回归社会^[3]。

2 疗养院发展慢病康复的优势

疗养院是运用疗养因子为基础的, 在规定的制度下专门为增强体质、健康疗养、疾病疗养和康复疗养而设立在疗养地(区)的医疗机构, 其发展以疗养保健为龙头、以慢病康复为特色。

2.1 环境适宜

疗养院大多建设在自然疗养因子丰富、环境优美的海滨、湖泊、山地、森林、草原等风景区, 这种得天独厚的优势是治疗医院所不具备的, 可有效调节和改善大脑皮质功能与心理状态, 对处于慢病康复期的病人意义非凡。比如, 海水浴对人体有机机械性冲击按摩作用、温度作用、及化学作用, 可以有效促进胃肠蠕动、增强心肺功能、降低血压、血糖、血脂改善焦虑抑郁状态^[4]。

2.2 服务优质

由于疗养院及疗养对象的特殊性, 疗养院倡导优质服务、精美护理, 在提高护理人员整体护理水平的同时, 注重疗养员的满意率, 并

针对慢病患者不断满足其个性化康复需求, 加强健康宣教, 提高疗养员对慢病康复的重视程度, 有效防止慢病复发。

2.3 人才专业、技术设备齐全

疗养院从事健康管理、慢病康复工作历史悠久、经验丰富, 集众多学科专业人才为一体, 在保健、康复专业科室设置门类齐全, 并逐步开展了健康体检、健康评估、保健宣教、康复训练、亚健康防治等工作, 为慢病康复奠定了良好的基础^[5]。

2.4 继承传统中医养生保健知识

笔者所在疗养院以传统中医养生文化为基础, 运用“天、地、人”三才理念, 结合现代艺术, 构建了国内首家中华养生文化园, 主要倡导因时制宜、因地制宜、因人制宜。既能指导健康人群预防慢病, 又能加快慢病患者痊愈进程、提升康复治疗效果, 防治结合。

3 疗养院发展慢病康复的建议

3.1 形成慢病管理体系

实施健康教育、健康体检、慢病风险评估、健康干预、临床信息管理等一系列慢病管理方法^[5], 找出健康的危险因素, 进行监测和有效控制, 从而促进或改善健康, 减少疾病的发生或预防慢病发展, 促进康复。

3.2 打造过硬的疗养康复品牌

疗养院作为疾病前的预防保健, 疾病后的疗养康复的专业机构, 之前很多人却并没有认识到这一点, 没有充分发挥出疗养院的特色和优势。疗养院要充分认识自身功能定位, 认清目前医学发展的新方向, 加大宣传自身特色疗养环境, 利用优质的护理服务、先进的理疗技术、完善的配套设施、个性化的康复计划等优势, 树立过硬的形象, 打造过硬的疗养康复品牌, 建设康复型疗养院。

3.3 建立先进的康复工作模式及一流的康复团队

康复医学涉及多专业和跨学科, 通过先进的管理团队建立多专业跨学科联合作战的工作模式^[3], 加强多领域交流融合, 注重对疗养学科、康复学科的研究, 培养专业的疗养人才及康复人才, 形成专业的康复团队, 不断提高疗养康复技术水平, 形成自身的疗养知识积累, 促进康复产业的不断发展。

4 总结

随着社会发展的需求, 疾病谱的变化, 人们的生活质量不断提高, 对慢病有了新的认识, 对健康有了新的追求。医疗服务已不再仅仅是检查治疗, 还包括预防、保健、康复等, 尤其是慢性病的防治以及康复。如果疗养院在突出自身优势的同时, 在健康疗养、疾病康复等方面形成自己独特的方法, 并以康复医学特色专科优势来提升综合医疗技术能力的话, 其迎来疗养院发展新局面, 实现又好又快的科学发展。

参考文献

- [1] 王临虹. 基于慢性病数据的健康中国2030研究. 在中国慢性病与信息大会的报告. 北京, 2017.
- [2] 顾秀英. 慢性非传染性疾病预防与控制[M]. 北京: 中国协和医科大学出版社, 2003.
- [3] 黄学英, 常翠鸣. 康复护理学[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2010.
- [4] 高风. 综合疗养因子对亚健康状态的干预作用[J]. 中国疗养医学, 2005, 14(6):1005-619.
- [5] 何虹. 疗养院在慢病管理中的功能与定位[J]. 中国疗养医学, 2014, 23(7):1005-619.