一针一灸有温度 一步一行见希望

——徐州市第九人民医院中医康复科探寻中西医结合健康密码

本报记者 张翔宇 通讯员 李思佳

“慢一点，别着急，先把身体稳住。”在徐州市第九人民医院中医康复科的训练区，一位脑卒中后正在接受康复治疗的患者，双手紧紧扶着平行杠，在康复治疗师的保护和指导下，尝试向前迈步。抬腿、落脚、调整重心……几个看似简单的动作，却需要患者一次次地努力才能完成。

对于健康人来说，迈出一步是再寻常不过的事情，但对于因疾病而失去部分肢体功能的患者而言，这一步，可能意味着重新走向独立生活的希望。

康复的意义，有时就藏在这些细微而珍贵的进步里。

在徐州市第九人民医院中医康复科，这份希望由传统中医药与现代康复医学共同守护。从颈肩腰腿痛的治疗，到脑卒中后的功能恢复；从慢性疾病调理，到中医“治未病”健康管理，科室坚持“以人为本，全面康复”的理念，探索中西医优势互补的诊疗模式，努力让更多患者在科学、规范的治疗中找回生活的节奏。

一针一练之间 让传统中医与现代康复“双向奔赴”

一根银针，一套康复训练，看似属于不同的医学体系，却可以在同一份康复方案中发挥各自的作用。

“在中医康复临床实践中，我们始终坚持‘中西医并重、优势互补’的原则。”徐州市第九人民医院中医科主任刘震说，“结合并非简单的叠加，而是在现代医学精准诊断的基础上，发挥中医在功能恢复与整体调理方面的独特优势。”

在刘震看来，中西医结合不是简单地增加治疗项目，而是根据患者的疾病特点、身体状况和康复需求，寻找更加适宜的治疗方式。

目前，徐州市第九人民医院中医康复科拥有700平方米独立诊疗区域，功能分区完善，医护团队人才梯队较为完整。科室既开展运动治疗、作业治疗、言语吞咽康复、物理因子治疗等现代康复项目，也运用针灸、推拿、火龙罐、中药外治等中医特色疗法，为患者提供个体化诊疗服务。

以脑卒中患者为例，部分患者虽然度过了疾病急性期，却仍面临肢体活动障碍、言语不清、吞咽困难等问题。对于他们而言，康复并不只是恢复某项身体功能，更关系到今后能否自己吃饭、穿衣、行走，能否重新融入熟悉的日常生活。

刘震介绍，针对病情稳定、符合康复条件的脑卒中患者，科室会在规范评估的基础上，将针灸等中医治疗与肢体功能训练、言语吞咽康复相结合，制定个体化康复方案，帮助患者逐步改善功能障碍。

对于颈肩腰腿痛患者，科室则在明确病因的基础上，合理运用针灸、推拿、物理治疗和功能训练等方式，帮助患者缓解疼痛、改善活动能力。

“不同患者的病情和身体状况不一样，治疗方案也不能千篇一律。”刘震说。

在这里，中医传统技艺与现代康复技术并不是各唱各的“独角戏”，而是围绕患者的康复目标协同发力。

一针一灸，一伸一展，治疗的最终目的，是让患者在规范诊疗中逐渐改善身体功能，向更加独立、自主的生活方式迈进。

不只关注“病”更关注“病的人”

如果说功能康复关注的是患者能否重新站稳、走好，那么中医整体调理关注的，则是患者如何更好地生活。

“中医不只关注‘人的病’，更关注‘病的人’。”谈及中医药的价值，刘震给出了自己的理解。这句话，也道出了中医康复科的另一重特色。

随着生活节奏加快，颈肩腰腿痛、失眠、慢性胃肠道不适等健康问题困扰着不同年龄段的人群。与此同时，高血压、糖尿病等慢性疾病患者对长期健康管理的需求也在不断增长。

在徐州市第九人民医院中医康复科，诊疗服务并不局限于传统意义上的康复训练。

针对颈椎、腰椎及关节相关疾病，科室开展针灸、推拿等特色治疗；针对慢性胃炎、失眠等问题，开展中医辨证施治；对于高血压、糖尿病等慢性病患者，则在规范治疗的基础上，根据个体情况提供中医药辅助调理和健康指导。

此外，科室还关注肿瘤术后及放化疗后患者的康复需求，在规范治疗的基础上，根据患者具体情况开展中医药辅助支持，帮助患者缓解部分不适症状、改善生活质量。

“受益于中医治疗的患者覆盖了从青少年到老年人的广泛群体。”刘震介绍，不同人群的健康问题各不相同，但个体化诊疗、整体康复始终是科室坚持的方向。从缓解疼痛到改善功能，从慢病调理到康复支持，科室希望提供的不仅是针对某一种症状的治疗，更是对患者整体健康状况的关注。

目前，徐州市第九人民医院中医康复科年诊疗量已达2万余人次。数字背后，是群众日益增长的康复和健康管理需求，也是科室持续提升服务能力的动力。

从“治已病”到“治未病”把健康的主动权握在手中

如果说治疗疾病是在身体出现问题后寻找答案，那么“治未病”，就是努力把健康管理做在前面。

在刘震看来，中医药的价值，不仅在于治疗已经发生的疾病，更在于帮助人们建立科学的健康生活方式。“中医‘治未病’的预防思想极具前瞻性。在疾病发生前注重养生防病，在疾病发生后防止病情严重，在病后注重康复防复发。”刘震说。

围绕这一理念，徐州市第九人民医院中医康复科开设中医治未病服务，开展体质辨识、亚健康调理和健康养生指导，让中医药服务从诊室进一步延伸到日常健康管理之中。

对于长期伏案的上班族，健康管理可能是调整坐姿、适度运动，避免颈肩腰背长期承受负担；对于患有高血压、糖尿病的老年人，健康管理则意味着坚持规范用药、定期监测指标、合理膳食和规律作息；对于疾病康复期患者，健康管理还包括循序渐进地开展功能训练，尽可能降低再次受伤或功能退化的风险。

当然，中医养生也并非“人人一张方子”。不同体质、不同疾病、不同年龄的人群，需要采用不同的健康管理方式。针灸、推拿、艾灸等中医适宜技术，也应在专业医师评估后规范开展。

健康从来不是一蹴而就的事情，而是藏在日复一日的生活细节中。从被动治疗到主动预防，从关注疾病到关注健康，中医“治未病”的理念，正为群众的日常健康管理提供更多思路。

以医者之心 守护每一个平凡人的康复愿望

“作为中医康复科医生，我们的使命是传承精华、守正创新，让这一古老医学在现代焕发新的活力，切实守护好每一位患者的健康。”这是刘震对中医药价值的理解，也是他对中医康复事业的期待。

在他看来，中医药的传承不是停留在古老的医书和传统技艺中，而是要立足现代临床需求，不断探索传统医学与现代康复技术的有机融合。既要发挥针灸、推拿、中药外治等中医特色技术的作用，也要重视现代医学的精准诊断、科学评估和规范康复，让每一种治疗手段都服务于患者实际的健康需求。

未来，徐州市第九人民医院中医康复科将继续提升中西医结合康复诊疗水平，完善特色诊疗服务，不断满足群众在功能康复、慢病调理和健康管理等方面的多样化需求。

康复之路，往往没有想象中那样轰轰烈烈。它可能是一只经过反复训练、逐渐能够握稳水杯的手；是一双在治疗师帮助下，努力重新迈开脚步的腿；也可能是一位长期受到病痛困扰的患者，重新找回生活的信心。

这些看似平凡的愿望，正是康复医学努力守护的目标。

一针一灸之间，是传统中医药的传承；一次次训练之中，是现代康复医学的力量。而两者共同指向的，是让更多患者减轻病痛、改善功能，重新拥抱属于自己的日常生活。

一步虽小，但希望很大。

在传统与现代的交汇处，徐州市第九人民医院中医康复科正以专业与温度，陪伴患者走好康复路上的每一步。



医院全景。 受访单位 供图