变枯燥重复的康复训练为“玩游戏”

机器人“康复医师”上岗

文/图 本报记者 鞠圣娇

戴上VR眼镜，犹如置身绿色森林，听着音乐漫步小径；又或者伸手摘取“水果”，将其放入盘中……这是患者在康复机器人+虚拟现实技术帮助下进行康复训练的情形。4月8日上午，记者在聊城市第三人民医院康复训练大厅，看到了该院引进的上、下肢康复机器人。

“来，我们演示一下用法。”康复师李敏打开下肢康复机器人，同事常发旺主动要求体验一把。他在下肢康复机器人内侧站好后，李敏将绑带绑到了他的腰间及大腿处。常发旺尝试下蹲，发现自己被绑带稳稳地托住了，“有些患者腰部、下肢没有力气，这个绑带可以为体重100公斤以内的患者提供助力。”李敏选择了“梦幻森林”这个游戏，为常发旺佩戴好VR眼镜，并在训练难度、助力、阻力、减重等选项上进行了调整。

训练开始，常发旺双手扶着机器人，在机器人的带动下缓步前行，康复大厅的电视上显示了常发旺使用VR眼镜看到的景象——绿色的大森林里，有一条铺满小草的小径，还有潺潺的小溪流过……“我能听到音乐声，刚才是走在草地上，这会儿像是走在石子路上。”走了大约10米，常发旺停住了，他需要完成“捕蝴蝶”小游戏，只见他晃动腰部，让画面中的捕虫网抓住蝴蝶。一整圈下来，常发旺走了12米，摘下VR眼镜的他意犹未尽。

“这台机器人共有8个游戏，尤其适用于一些脑卒中导致下肢肢体无力的患者，机器提供的承托力能让他们在减重状态下尝试早期行走，促进恢复。”康复科主任王付涛介绍。这两台康复机器人均可以提供多种训练方案，既能实现机器人带动下的被动训练，也可以由患者主动掌握训练过程。而且，患者通过闯关可以拿到积分，体会到成就感，提高训练积极性，对比同一患者多次游戏的积分，还能判断患者的康复训练效果。

上肢康复机器人同样包含多个游戏，康复师张鑫在同事帮助下玩了一把“摘水果”。他把右手放到上肢机器人提供的托架并握住支撑杆，戴上VR眼镜进入一个虚拟房间，窗台上悬浮着一个苹果，他努力移动右臂抓住苹果，再将其放到盘子里。“抓住了！”张鑫高兴地笑了，但这样的动作对于上肢无力患者来说，可能并不容易做到。这台上肢机器人还可以提供汉字书写、七巧板等游戏，锻炼患者其他上肢功能。

康复师在展示下肢康复机器人的用法

“这些游戏真不错，我们啥时候能玩玩？”“明天就给你安排上！”有患者看到这两台机器人也想尝试，王付涛笑着回答了他，“现在这两台机器人很受患者欢迎，他们都说像到了大自然，心情很放松。”增加康复训练的趣味性，提高患者的康复意愿，使患者在轻松状态下完成训练，提高康复效率，增强康复信心，就是聊城市第三人民医院引进这两台机器人的目的。

知病防病

4月11日，高唐县人民医院医护人员正在指导市民进行帕金森病动作测试。

2022年4月11日是第26个世界帕金森病日，今年的主题是“防疫抗帕，全程管理”。为更好地宣传帕金森病相关知识，提高群众对帕金森病的认识，高唐县人民医院于4月11日上午在门诊一楼大厅开展了世界帕金森病日现场咨询。在咨询现场免费为群众建立随访档案，提供服药指导，进行运动功能评估，指导康复训练等。

文/图 本报通讯员 高秀芬

上门服务 他们“一对一”关爱特殊老人

本报记者 张琪

“王大姐，我是小菊，今天我来给阿姨做按摩护理。”4月7日上午8时，聊城市退役军人医院长护中心护士林秀菊敲响了亚大怡景小区李桂英（化名）的家门。自从82岁的李桂英老人成为她的护理对象后，林秀菊每周按照约定时间上门为老人服务。

“李阿姨，今天感觉怎么样啊？跟着我的动作，右脚慢慢抬起来……”进入老人房间，林秀菊放下手中的护理包，开始忙碌。洗脸、梳头、擦身体、按摩……林秀菊动作娴熟，李桂英脸上满是享受的表情。“自从小菊上门来护理后，俺妈的身体状况好多了，心情也好了起来。”李桂英的女儿说。

几年前，李桂英得了心脏病，她的身体状况开始走下坡路。之后两年，她又先后遭遇了股骨头坏死、脑梗死……接连的疾病击垮了李桂英的身体，她失去了自理能力。家人想让老人享受更高品质的生活，但缺少基本的护理知识，一筹莫展之际，他们了解到聊城市退役军人医院开展长期护理服务，缘分就此开始。

“半年前，我第一次上门时，看到李阿姨生活不能自理、情绪很差。”林秀菊和同事为李桂英进行关节护理、行走训练、站立训练等，同时花心思与她聊天，对她进行心理疏导，帮她树立信心，并向家属传授护理知识。如今，李桂英的身心状况明显好转，已能在家人的搀扶下进行短时间站立、行走。

半小时后，林秀菊完成了服务项目，准备离开，老人颤颤巍巍地摆摆手，向她表示感谢。“阿姨，您歇着，注意按时吃药啊！”林秀菊殷切叮嘱。关上李桂英家的门，林秀菊看了看当天的安排，还有12位老人在等着她上门服务。

“我们不过是做了自己分内的工作，老人们都很认可我们，盼着我们常去，有的老人还会为我们准备水果、零食。”林秀菊说。

“把优质医疗服务送到群众家中”，是林秀菊和长护中心所有工作人员的初心。长护中心成立后，聊城市退役军人医院组织经验丰富的医师、康复师、护士组成团队，对参加长护服务的老人根据不同需要进行分类，实施专业的医疗护理、康复等服务，让这些失能、半失能老人在家就能享受到优质服务，有时他们还像照顾自己的亲人一样为老人带药、剪头发。他们用心的服务得到了老人们的认可，护理员杨双就曾收到过两封感谢信，信中写道：“参加长护服务的3个月里，3位医护人员尽职尽责，对我进行了无微不至的照顾，极大地帮助了我。”

家庭小药箱 “囤货”有技巧

本报记者 鞠圣娇

随着健康意识的提升，许多市民会准备一些常用药物放在家中。就如何管理家庭药箱，4月10日，记者采访了东昌府区妇幼保健院药学部部长樊淑文。

对于药箱中该存放何种药品，樊淑文表示可以结合家庭情况、季节变化适当储存应急药品，例如家中有过敏体质的成员可以在季节变换时准备抗过敏药物；另外，家中有慢性病或老年病患者应注意更新常用药，但她同时强调，不要随意储存抗生素类药物，此类药物要咨询医师后再使用。

要定期检查药箱内药品的保质期，樊淑文介绍，常常有人要求门诊医师多开一些药品，以便储存起来或者以后使用。但实际上，在完成相应的疗程后，这些药品有可能被遗忘，万一药品过期，其疗效和安全性无法保证。樊淑文建议保留药品外包装，定期检查药品保质期，对于过期药品及时处理。

药品保存需要的温度不同，樊淑文提醒市民要注意阅读说明书，按照说明书的要求保存药品，温度不能过高或过低，尤其应避免放到取暖器、厨房、阳台等温湿度较高的地方或儿童能轻易拿到的地方，同时也应该避光保存，可以选择带隔层和盖子的塑料药箱。“一般来说，常温指的是10—30摄氏度，阴凉处指的是不超过20摄氏度，冷处指的是2—10摄氏度。有些药品需要在冰箱里存放，比如益生菌、生物制剂等。”樊淑文说。

樊淑文提醒，药品要根据家庭成员健康状况、年龄因素等分类存放，比如儿童药品最好与成年人、老年人药品进行区分，内服药品与外用药品也最好分开存放。而且，用完药品后，要将药品收好，不能随手放置，以免儿童误食。