

为实现《“健康中国2030”规划纲要》的伟大目标而共同努力

南京医科大学第一附属医院康复医学科 周士枋

最近党中央、国务院,高瞻远瞩,根据我国具体国情,在“没有全民健康,就没有全民小康”这样一个高屋建瓴的认识下,联合发布了一个划时代的纲领性文件《“健康中国2030”规划纲要》(以下简称“纲要”)。这是由我国最高层第一次以联合形式对卫生事业发出的伟大号召!这也是命令!“纲要”内容很多,涉及卫生工作的方方面面,重点突出了预防为主的理念;其中针对康复医学则要求“中医药……在疾病康复中的核心作用”,正是一语中的,振聋发聩。为了实现“纲要”的要求,我的体会有两点:一是对现有各类疾病的康复治疗中必须要有中医药,这是实现在康复医学领域内体现中国特色的关键所在;二是这些中医药在康复治疗中必须处于核心地位,这就要求我国康复医学工作者必须加倍努力,提高中医药在康复治疗中的地位,科学地将中医药融入疾病康复治疗中;不仅要有“量”的增加,还要有“质”的提升。

在认识的长河里,我们经历着从个人的“经验医学”到“循证医学”的转变和提高(即个体“微观”到群体“宏观”),这是极为重要的一步。然而,认识是否到此为止?并非如此,由于循证证据所取得的各种成果在临床实践中,并不能全部适合患者的具体情况,从而无法取得良好疗效。以肿瘤治疗为例,可以开始时有效,但随后疗效并不理想,此时则应再从个体中寻找原因,这就是“精准医学”提出的原因。精准医学就要求找出个体出错的原因。在这里虽然基因变异是重要原因之一,筛查基因成了精准医学的主要内容,但绝不是全部。对康复医学来说,就要求针对患者的具体情况,进行精准评估、诊断和治疗。由于科技的进步,计算机技术飞速发展,使各种庞大、繁杂数据的处理成为可能,这样可从更大量的实践经验中,寻找出更符合实际的防治方案,即从精准医学的“微观”,再从“宏观”的层面中进行验证,这就是“大数据(big data)”的价值。如此往复,使认识不断从微观到宏观、再到微观、宏观,由低层次向高层次螺旋式上升发展,其中实践是基础。

我国近代康复医学事业,在各级领导的关心和支持下,全体康复医学工作者不懈努力,经过三十余年的拼搏,从创业阶段进入发展阶段,现已到了创新、科学发展新阶段的关键节点,“纲要”的及时提出,为我们指明了方向。对我国康复医学工作者来说,必须具备两套本领,既要掌握现代康复医学的各种理论和技术,又要具备中医药的基本理论和相关技能,二者不可或缺。前一时期的,为了学习近代康复理论和知识,我们集中了时间和精力,取得了很大成果,基本上掌握了相关技能,并运用于康复临床实践中(当然仍需要继续不断学习新知识、新技能),现在需要把重点移向中医药。

有人认为我们已经很好地做到了与中医药的结合,例如按摩(推拿)、针灸、太极拳、外敷中药等在康复医学界已较普遍开展。其实不然,我们仅是把某些方法、技术转嫁和应用,但对“核心”作用来说就远远不够了。应该把中医药中的基本理论,包括“天人合一、阴阳五行、整体观”、“脏腑学说”、“经络学说”等认真学习并融进康复医学中来。以整体观为例,疾病的发生、功能的缺损或丧失与整体健康的缺失、内外环境的失衡相关。在治疗中也就应该关注整体的状态,然后才是局部的功能。无论是太极拳、各种拳术在练习中都要求精神集中、全身放松,在此基础上再进行功能锻炼,也就是民间常说的“内炼精气神、外炼筋骨皮”,这就可以起到先调心、后调身的效用,做到事半功倍。

当前,为了弥补我们的不足,是否可以开办一些学习班,或者请一些专家开办讲座等。有关这方面的具体做法,建议组织从事康复医学工作的同志以及各专业委员会(特别是中医康复专业委员会)进行研究和讨论。如有条件,经过严密组织、通过严格程序、在权威的相关专业专家的参与下,以学会专业委员会的名义,提出某些病症的“中西医结合的康复治疗指南”,或以“专家共识”或“专家建议”的形式公布,供全国参考试行,也特别期望杂志能将上述内容作为报道重点之一。

总之,中央提出了“纲要”,这是对我们过去工作的肯定,也是对今后工作的期待,任务光荣!广大康复医学工作者,必须迅速行动起来,勤奋务实,为实现宏伟的中国梦而贡献我们应有的力量!