体坛报

2020年3月
星期四
农历庚子年二月十二
编辑/版式:王品燚 今日正报八版

5

看懂浙江体育 喜爱体育运动

后援·主管主办:浙江省体育局 浙江省体育总会 国内统一刊号CN33-0088 邮局代投代号:31-641 (新)第4092号 新闻热线:0571-85067855 投稿信箱:ttb0571@163.com

导 读

余姚月创视频397件
带动数万人云上舞
>>>详见2版

胜利背后藏隐忧
蓝军仍需警惕
>>>详见4版

绍兴体育报
>>>地方特刊

战“疫”前线日夜兼程 运动处方加快康复

朱迪:倾我所有 尽我所能

本报记者 王宇怀

疫线面孔

“负责康复治疗的医生只有我一个,工作量虽然大,但只要这对病患的恢复有帮助,又谈何辛苦。”作为浙江第五批援鄂医疗队成员出发支援武汉前线,浙江省人民医院康复医学科康复治疗师长朱迪已奋战了15个日夜。

不惧危险帮助病患

到武汉的第3天,朱迪所在的团队便整建制接管武汉大学中南医院的一个重症病区。针对新冠肺炎重症病人的康复治疗,他每天的工作就是帮助病患进行呼吸和运动康复。连续8小时的工作时间中,朱迪要花3-4个小时的时间在病房为有需要的患者进行一对一的康复训练,扩胸运动、体位管理、呼吸肌力量训练……手把手指导,完成所有病患一次的康复治疗,朱迪厚厚的防护服早已被汗水打湿。

整个医护团队,朱迪是唯一负责康复治疗的医生。根据所接管病区患者的实际情况,几乎整个病区的所有病患都需要他的帮助和指导。“气急、多痰、体能下降,是新冠肺炎病人们常见的症状,这些症状都可以通过康复治疗的手段来辅助治疗。”朱迪直言,他的部分工作就是眼下新兴的医学职业“呼吸治疗师”。

与病患近距离、面对面地进行康复治疗,无疑意味着巨大的风险。“病人就在你身边吸气、呼气,你还要手把手教他如何做动作。”朱迪直言,比起自己递交请战书时的豪迈,刚投入工作时自己也心里发虚。一般医护人员的穿着为2级防护标准,而他需要3级。“但做好保护措施、和病人接触后,就只想着如何帮助他们康复。”

朱迪(中)在武汉大学中南医院的一个重症病区战“疫”

运动康复让心肺活起来

前段时间,驻守方舱医院的医生们带着病人们跳广场舞、练八段锦上了热搜。在朱迪看来,对于轻症患者来说,进行集体运动有益康复,但并非所有病患都适用,还是需要通过诊治开出不同的有氧运动处方,科学开展运动康复。

实际上,近些年来,全民健身理念深入人心,朱迪此前的日常工作中越来越多地遇到寻求运动康复的患者。来到武汉后,朱迪很上心地总结每日诊疗过程。他意识到,病患在住院时做的运动康复实际上更多起到辅助作用。更重要的是,出院后,回到家里如何运动康复,为此,朱迪也会为每位出院的病患提出后续的居家运动康复方案。为此,朱迪也会为每位出院的病患提出后续的居家运动康复方案。“来武汉后,我也一直在进行归纳和探索,后续会出具系统性的总结报告和科学指导意见。”朱迪笑言:“希望这些经验在未来别被再用上,这样的疫情不再发生。”

最挂念的是远方的家

结束一天的工作后,闲下来的时候,朱迪最挂念的还是家人。每天晚上他都会跟妻子和两个可爱的儿子进行视频通话以慰思念之情。

朱迪一直坚持写自己的战“疫”日记:“五岁小儿或许并不明白什么是病毒,但他知道病毒很可怕,爸爸此去很光荣,所以纵然不舍,嘴里却还在给爸爸加油。那一刻,我清晰地感受到了小家伙想要传递给我的勇气和坚强。”“上车前紧紧拥抱着妻子,她不停地说着‘保重,保重……’本想好好安慰她,嘴里却蹦不出一句完整的话,只是重复着‘没事,没事……’那一刻,我清晰地感受到了爱人想要传递给我的支持和鼓励。”……

家人的支持让朱迪始终以高昂的斗志战斗在一线。作为第五批援鄂的医护人员,何时回杭尚不可知,但朱迪却很坦然:“疫情还在继续,就没想过回家,我只想战斗到胜利的那一刻。”