



社区医师中西医诊疗规范丛书

总主编 周 然

社 区 康 复

主 编 赵建平



科 学 出 版 社

社区康复与残疾人康复服务

第七版 周 然

社区康复

主 编 周 然



人民卫生出版社

社区医师中西医诊疗规范丛书

总主编 周 然

社 区 康 复

主 编 赵建平

科 学 出 版 社

北 京

内 容 简 介

本书是《社区医师中西医诊疗规范丛书》之一,简明地介绍社区康复工作所必备的理论知识及实践技能,内容包括社区康复的基本概念及原则;社区康复技术,如运动疗法、物理疗法、社区作业疗法、康复医学工程、社区言语疗法、残疾人社区心理康复等;中医传统康复技术,如针灸、推拿、拔罐等;常见疾病社区康复,如脑卒中、脊髓损伤、颅脑损伤、智力残疾、颈椎病等常见疾病的社区康复做了通俗全面的介绍。

本书可供社区医师阅读,也可供基层医师参考。

图书在版编目(CIP)数据

社区康复 / 赵建平主编. —北京:科学出版社,2011
(社区医师中西医诊疗规范丛书 / 周然 总主编)
ISBN 978-7-03-029905-5

I. 社… II. 赵… III. 社区-康复医学 IV. R492

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 000061 号

责任编辑:曹丽英 郭海燕 / 责任校对:刘小梅

责任印制:刘士平 / 封面设计:黄 超

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科 学 出 版 社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

北京市安泰印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2011 年 1 月第 一 版 开本:787×960 1/32

2011 年 1 月第一次印刷 印张:8 1/8

印数:1—4 000 字数:210 000

定价:22.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

《社区医师中西医诊疗规范丛书》

编 委 会

总 主 编 周 然

副总主编 张俊龙 郭湛英

编 委 (按姓氏笔画排序)

马文辉	王玉荣	王 欢
王晞星	尤舒彻	吕 康
乔之龙	关建红	苏润泽
吴秋玲	邹本贵	张 波
张晓雪	陈燕清	苗宇船
金永生	赵学义	赵建平
施怀生	柴金苗	高继宁
雷 鸣	薛 征	魏中海

《社区康复》编者名单

主 编 赵建平

副主编 贾文魁

编 委(按姓氏笔画排序)

冯振宇 李 宏 赵建平

贾文魁 黄亚生 温 琦

薄 涛

序 一

社区卫生服务是卫生事业的重要组成部分,是实现人人享有初级卫生保健目标的基础环节。发展社区卫生服务对于推进医疗卫生服务体制改革,逐步缓解“看病难、看病贵”的问题具有重要意义。大力发展社区卫生服务、建立中西医结合的社区卫生服务体系、发挥中医药在社区卫生服务中的作用,既是我国中西医并重的卫生工作方针在基层的具体体现,也是中医药“简、便、廉、验”的特色优势所在。深入开展社区卫生人员中西医结合的综合基本知识和技能培训,推广和应用适宜中医药技术,积极为社区居民提供中西医服务,必将有力地促进社区医疗服务能力建设。

周然教授是农工党中央常委、山西省主委,是山西省政协副主席、山西中医学院院长,博士生导师,享受国务院特殊津贴专家。他多年从事医药卫生管理工作、中医药科研和教学管理工作,熟悉基层医疗卫生工作,具有丰富的管理经验、较高的管理能力和理论素养。他在承担“十一五”国家科技部支撑计划重大项目“农村卫生适宜技术产品研究与应用”中,主持编写的《农村卫生适宜技术推广丛书》(共17册),对于卫生适宜技术在农村的推广和基层中医药服务人员的技能提升,对于农村中医药和医疗卫生服务水平提高发挥了积极的作用。同时,该系列丛书被确定为国家新闻出版总署“十一五”国家重点图书出版规划项目,受到有关专家和中医药界的广泛好评,也受到广大农民

ii 社区康复

群众的热烈欢迎。

此次由他主持编写的共计 22 册的《社区医师中西医结合诊疗规范丛书》，再一次填补了社区卫生服务过程中中西医结合诊疗规范的空白。该丛书涉及内科、外科、妇产科、儿科、针灸科、骨伤科、五官科、社区护理、社区康复、预防保健等多学科领域，内容全面，涵盖广泛，资料翔实，主要针对社区卫生服务中的常见病、多发病和诊断明确的慢性病，具有很强的实用性和操作性。丛书的出版，对于促进社区卫生服务人员业务水平的提高，加强全科医师队伍建设，提升社区卫生服务质量，保证社区卫生服务的可持续发展，有着一定的实际意义。

衷心地希望该丛书能够指导广大社区卫生工作者的具体临床实践，进一步规范卫生技术人员的服务行为，提高社区卫生服务质量，为广大人民群众提供安全、有效、便捷、经济的公共卫生和基本医疗服务保障贡献力量。

陈宗兴

2010 年 10 月

序 二

社区卫生是医疗卫生工作的重要组成部分。加强社区卫生工作,构建新型城市医疗卫生服务体系,努力满足群众的基本卫生服务需求,是深化医疗卫生体制改革,实现人人享有初级卫生保健目标的基础性工作,而加强社区卫生工作人员的培训,提升医疗卫生工作水平,又是基础之基础。近年来,我省的社区卫生服务快速发展,服务触角不断延伸,服务水平稳步提升,居民对社区卫生服务的认可和利用程度逐渐提高。社区卫生服务的大力推进,对于缓解“看病难、看病贵”问题发挥了积极作用,但也存在着社区卫生机构服务的质量不高、服务能力有限等问题,尤其是社区卫生工作人员的整体素质亟待提高。

由山西省政协副主席、农工民主党山西省主委、山西中医学院院长周然教授主持编写的《社区医师中西医诊疗规范丛书》(共 22 册),是专门面向社区卫生工作人员的较权威的一套丛书。该丛书有几个显著特点:一是中西医结合,既充分体现党和国家“中西医并重”的卫生工作方针,又为社区卫生工作人员提供了全面的中西医两方面诊治技术,能够有效提高诊治水平;二是针对性强,从病种的选择到技术的筛选,都充分考虑社区卫生工作的实际,尤其是书中收载的一些中医名家单方验方以及国家卫生部和中医药管理局推荐的适宜技术,有很强的实用性;三是简便实用,编写体例删繁就简,重点突出,文风精炼,既涵盖全面,又独具特

色,不失为当代社区卫生工作人员学习培训的一套优秀教材。

《社区医师中西医诊疗规范丛书》,内容翔实,切合社区卫生工作实际,为我省社区卫生工作人员提供了坚实的理论保障。丛书的出版,必将有力地促进社区卫生服务人员业务水平的提高,提升社区卫生服务质量,保证社区卫生服务的可持续发展。同时,也有利于发挥中医药“简、便、廉、验”的特点和优势,提高中医药对促进人群健康的贡献率,使中医药特色服务逐步成为深受社区群众欢迎的“民生工程”。

丛书付梓之际,应周然副主席之邀,特为之序。

张建设

2010年10月

总 前 言

发展社区卫生服务对于推进城市医疗卫生服务体制改革,健全城市两级卫生服务体系,满足人民群众的健康需求,逐步缓解“看病难、看病贵”的问题具有重要意义。

当前,制约社区医疗卫生工作的一个重要因素,是基层医疗卫生工作者的技术水平难以满足人民群众的需求。在大力推广农村卫生适应技术的两年时间里,笔者也深切地感受到社区卫生工作中存在着“卫生机构服务的质量不高、服务能力有限”等方面的问题,尤其是社区卫生工作人员的整体素质亟待提高。因此,我们组织既有丰富临床经验,又有较高理论素养的专家学者,编写了《社区医师中西医诊疗规范丛书》。本丛书共分22册,涉及内科、外科、妇产科、儿科、针灸科、骨伤科、五官科等多学科领域,力求内容全面,资料翔实,切合实际,满足需要。丛书各册依据西医疾病的分类方法,选取社区常见病、多发病为研究对象,每一病种从中、西医角度予以阐明,既体现理论性,更注重实用性,突出疾病的诊断与治疗。

其中,有三点需要说明:①我们严格遵照执行国家有关中药使用的政策法规,如国家规定禁止使用的保护动物或有毒中药,本丛书中古医籍或方剂中涉及时,仅供参考,建议使用其代用品。②本丛书中腧穴的定位多采用“同身寸”或“骨度分寸法”,因个体差异的存在无法统一换算,特此说明。③中医古医籍的剂量有

用斤、两、钱、分等旧式计量单位的,本丛书为了临床医师的使用方便,正文中中药剂量一律依照普通高等教育“十一五”国家级规划教材《方剂学》、《中药学》药量;名老专家经验方中药量遵循原作者的经验量。

本丛书的编写,是继开展“十一五”国家科技支撑计划重大项目以来的又一系列丛书,希望能够指导广大社区卫生工作者的具体临床实践。在此,特别感谢全国政协陈宗兴副主席、山西省张建欣副省长对本书的支持并作序,科学出版社以及山西省人民政府、山西省科技厅、山西省卫生厅等部门的负责同志,各丛书编者及参与此丛书工作的其他同志,在此一并表示感谢!



2010年5月

前 言

以向社区医生提供一本简易、实用、方便查询的社区康复指导书为目的,本书在编写过程中,力求做到知识系统连贯,深入浅出,通俗易懂,简化了理论及高端技术的介绍,突出了社区常见病、多发病的诊断及康复技术与措施,以适应社区医生的需求。

本书共分4章,包括社区康复的基本概念及原则、社区康复技术、中医传统康复技术以及常见疾病社区康复。本书从现代康复医学发展的角度,全面介绍了康复训练的种类,如传统中医推拿、针灸、拔罐治疗及现代康复治疗技术等。图文并茂,内容丰富,通俗易懂。

本书中所描述的腧穴取穴的寸均指的是同身寸,文中不再赘述。

由于编写时间比较紧,加之编者学术水平所限,本书的遗误之处在所难免,望读者谅解并指正。

编 者

2010年9月

目 录

序一

序二

总前言

前言

第1章 社区康复的基本概念及原则..... (1)

第2章 社区康复技术 (11)

第1节 运动疗法 (11)

第2节 物理疗法 (25)

第3节 社区作业疗法 (52)

第4节 康复医学工程 (58)

第5节 社区言语疗法 (67)

第6节 残疾人社区心理康复 (76)

第3章 中医传统康复技术 (83)

第1节 针灸疗法 (83)

第2节 推拿按摩手法治疗 (92)

第3节 拔罐疗法..... (113)

第4章 常见疾病社区康复..... (118)

第1节 脑卒中的康复..... (118)

第2节 脊髓损伤的康复..... (132)

第3节 颅脑损伤的康复..... (144)

第4节 智力残疾的康复..... (149)

第5节 颈椎病的康复..... (159)

第6节 腰椎间盘突出症的康复..... (166)

第7节 肩周炎的康复..... (173)

第8节 骨与关节损伤的康复..... (176)

第9节 脊柱骨折的康复..... (185)

第10节 脑瘫的康复 (187)

x 社区康复

第 11 节	视力残疾的康复	(196)
第 12 节	耳聋的康复	(200)
第 13 节	高血压病的康复	(212)
第 14 节	冠心病的社区康复	(219)
第 15 节	糖尿病的康复	(227)
第 16 节	慢性阻塞性肺疾病的康复	(230)
第 17 节	其他常见病的中医康复措施	(237)
参考文献		(243)

第1章 社区康复的基本概念及原则



社区康复的定义

随着社区服务的不断深入发展,社区康复的定义也在不断完善。1981年世界卫生组织康复专家委员会所下的社区康复的定义是:在社区的层次上采取的康复措施。这些措施是利用和依靠社区的人力资源而进行的,包括依靠有残损、残疾、残障的人员本身以及他们的家庭和社会。

1994年世界卫生组织、联合国教科文组织、国际劳工组织联合发表的《关于残疾人社区康复的联合意见书》对社区康复下的新定义:社区康复是社区发展计划中的一项康复策略,目的是使所有残疾人享有康复服务、实现机会均等、充分参与的目标。社区康复的实施要依靠残疾人、残疾人亲友、残疾人所在的社区以及卫生、教育、劳动就业、社会保障等相关部门的共同努力。

社区服务为社区康复的发展奠定了基础,将社区康复纳入社区服务工作中,是我国社区康复管理和实施的模式之一,实践证明是可行和有效的。开展社区康复服务能够使残疾人在家庭、社会生活中自尊、自信、自强、自立。随着社会的发展已经将机构康复、社区康复、上门康复、信息康复融为一体,这是将来的发展方向,足不出户就可以享有网上专家的康复指导,不同形式的康复服务已经成为康复医学体系相互依赖、相互补充、各尽所能的共同体,否则,将使康复医学专业的发展面临严重的障碍。社区康复服务是综合性医院早期康复治疗的延续,它是伤病后及残疾者在社区内继续得到康复服务的保障。

在综合性医院出院的患者中除一小部分进入了康复中心以外,其余的患者则返回了社区。他们中的多数人仍然需要不同

2 社区康复

的康复服务。自 1976 年世界卫生组织提倡社区康复以来,30 多年的实践证明社区康复是一条崭新的、有效的、经济的康复服务途径。我国自 1986 年以来开展社区康复的试点工作,经过 20 多年的不断努力,取得了引人注目的成绩,并颁布了《中华人民共和国残疾人保障法》,提出了全民人人享有康复的目标。随着我国经济的发展和国民素质的提高,对社区服务的要求也发生了较大的变化,国家加大了对社区康复服务的投资力度。目前,已经建立了城市和逐步建立了农村三级医疗机构系统,其中一级医院和乡卫生院的医务人员只要经过转岗学习全科医学,包括康复医学的理论和康复治疗技术,其中大部分的医护人员都可以成为社区康复工作的基本力量。那么,一个符合我国国情的社区康复服务工作模式正在逐渐建立之中。



社区康复的内容

社区康复遵循的同样是全面康复的原则,为社区内的功能障碍者或者残疾人提供综合性的康复服务,包括医学的、教育的、职业的、社会的康复等。

社区康复容易与社会康复、社区医疗、社区服务等概念相混淆。

一、社会康复

社会康复是残疾人全面康复的组成部分。它是指从社会的角度推进医疗康复、教育康复、职业康复等工作,动员社会各界、各种力量为残疾人的生活、学习、工作和社会活动创造良好的社会环境,使他们能够平等参与社会生活,并充分发挥自己的潜能,自强自立,享有与健全人同样的权利和尊严,并为社会履行职责,做贡献。华夏出版社 1990 年出版,卓大宏主编的《中国康复医学》一书中,社会康复被纳入全面康复领域中,它指“在社会的层次上采取与社会生活有关的措施,促使残疾人重返社会”。社区康复与社会康复的概念不同,它是康复的一种途径,包括各方面的康复内容。简言之,社区康复是与医院康复相并行的一种康复途径(还有其他途径),这些途径都是在现代康复医学理