

作为我国心脏康复事业的开拓者和推动者，胡大一教授将心脏康复称为“更有温度的医学”，打破了当下只关注治疗而忽视预防与康复的“冰冷医学”。

6月16~18日，“第八届中国心血管疾病预防与康复学术年会、首届北方心血管疾病预防与康复论坛暨吉林省第八届动脉粥样硬化化学术会议”三会合一，在吉林长春召开。会议以“预防、治疗和康复”为关键词，讨论心血管病预防、治疗及心脏康复领域的热点问题和亟待解决的难题，走出单纯的生物医学模式，体现人文科学的关怀。

会议期间，《医师报》独家采访了大会名誉主席、北京大学人民医院胡大一教授，大会主席、同济大学附属同济医院王乐民教授和长春中医药大学附属医院孟晓萍教授。

回归人文医学 让医学更有温度

▲ 医师报记者 董杰

胡大一：德国立法保障公民的康复权益

在欧美等发达国家，经过多年的探索和发展，已形成了较为成熟的心脏康复模式。其中，德国有着心血管全程管理的国际最佳康复模式之一。德国的心脏康复为何如此成功？胡大一教授告诉记者：

第一，德国的康复有法律保证。法律认为，患病后接受康复是每个公民的健康权益，应得到法律的保障。患者置入了支架或进行了搭桥，如果医生不推荐其进行心脏康复，是违法的。德国在康复上没有任何随机对照临床试验，因为法律不允许让一部分人做康复，一部分人不做康复进行对

照这种研究方法。

第二，德国的康复有医保支持。胡教授指出，康复工作之所以得到如此重视，是因为他们发现，做好康复工作后，患者复发率低，再住院及再手术的概率变小，实际上节省了费用。德国的医保终极目标是使患者回归社会。如此一来，医保不但节流，而且开源。医保在经费上走出了良性循环。

除德国外，正是由于对预防和康

复的重视，美国12年来心脏急性事件大幅下降，需要再置入支架的人数也大幅下降。无论是公立医院还是民营医院，床位入住率都不到一半。胡教授认为，这是我国应该借鉴的重要经验。

胡教授创办的“支架人生俱乐部”也是受德国心脏康复模式的启发。在德国，患者出院后会按照就近原则，加入到由几十人组成的俱乐部进行康复。俱乐部由体育治疗师

来负责，每位体育治疗师负责30~50人，利用一些闲置的场所进行康复。如中小学校（放学后和寒暑假期间的空地），以及一些健身房（健身房备有相应的医疗设备）等。

俱乐部为会员制，加入的患者需要交一定的费用，每次康复医保会支付一定金额的补贴。这样既保障了俱乐部的可持续性，又使患者受益。

胡教授同时谈到，在

预防、康复上应该充分发挥中医的优势，中医的人文思想、哲学思想、治未病理念、整体观念、辨证施治都是中医的优势。我们应该学习中医的精髓，中医的灵魂。

王乐民：心脏康复兼具康复和治疗作用

对疾病的预防、治疗和康复是一个完整的医疗过程，贯穿患者病程的始终。心脏康复的开展使医生从局部的疾病管理走向对患者的管理，包括对疾病的整体控制和对健康的管理。

王乐民教授认为，心脏康复实际上是一种方案。对于急性期的患者，心脏康复五个处方的导入，对机体有治疗的作用。在慢性期（即恢复期），通过康复可最大限度地恢复损伤脏器的功能，起到二级预防的效果。因此，无论在急性期还是恢复期，心脏康复能全程发挥作用。特别是老年患者多系统发生病变时，通过康复这样一种方式，便能达到多种疾病的康复和治疗

效果，这是很大的进步。

在王教授看来，中医和西医有其各自的特点，西医突出生物性的诊治方式，在疾病的急性期治疗方面发挥更大作用。中医强调整体性，是全局式的思维模式。心脏康复中采用的运动、营养等处方，使西医从局部走向全局，使医生对疾病的认识从点状思维变成了立体性思维。因此，这也是心脏康复的魅力所在。

“心脏康复是时代产物，它基于良好的经济基础，也是患者追求更好生活质量的需求。”王教授指出，我国的经济在良性发展，正逐渐进入老龄化社会，慢性病人也在增加。医务人员对于慢性病的预防和康复理念也在发

生改变，患者群体有意愿来改善生活质量，心脏康复有良好的发展前景。

王教授介绍，近5年我国的心脏康复发展迅猛，从大城市、中等城市向小城市延伸，开展心脏康复的中心不断增加，医生和患者对心脏康复的认识也不断加强，将心脏康复事业坚持下来，或将改变我国的疾病谱。

目前参与心脏康复的人群构成如何？王教授介绍，就观察来看，心脏康复的参与者以知识结构较好的人和老年人居多。此外，还有部分年轻人，突然得病后对自己的未来十分忧虑，有强烈愿望改善现状，这些人群顺应性非常好，主动配合医生，也能收到良好的康复效果。



王乐民 教授

孟晓萍：与疾病为友 莫与疾病为敌

“有好的心态才能有好的心脏”，在孟晓萍教授看来，患病后要保持好的心态，维持适当的运动，调动身体各个器官的积极性。要正视疾病，与疾病为伴，与疾病为友，而不要与疾病为敌。当一个人将全部注意力都放在疾病上，对所患疾病怀恨在心，常常会出现焦虑的心态，反而不利于疾病的恢复。

支架人生俱乐部便是帮助患者进行心脏康复的组织，是患者温暖的家，是温暖医学、人文医学最好的体现。支架人生俱乐部展示了医生和患者的“鱼水情”，帮助患者树立战胜疾病的信心，教会他们如何更好地生活。目前全国已经授牌设立了53个支架人生俱乐部。

2016年4月，中国心脏联盟心血管疾病预防与康复学会成立，孟晓萍教

授当选为主任委员。孟教授表示，学会的成立提供了开展心脏康复工作的舞台，使其有了更多的使命和责任。

学会成立后，开展了“心脏康复·美好支架人生健康中国行”活动，旨在宣传心脏康复理念和推广心脏康复工作，让更多的患者、医生认识和重视心脏康复。目前中国行的活动已经走了12站。

孟教授指出，虽然我国的心脏康复起步较晚，但发展很快。支架人生俱乐部已经走向国门，走向了世界舞台。孟教授两次到访美国，展示我国心脏康复的特色。下一步计划对支架人生俱乐部进行数字化管理，用科学的数字来说明成立支架人生俱乐部的意义。

孟教授坦言，心脏康复尽管给患者带来了受

益，但这条路还很艰难。“胡大一教授说，我们选择了人迹稀少的路，从此让我们的人生如此不同。我们要在胡老师的带领下，沿着这条路走下去。”

心脏康复专栏编委会

专栏主编：胡大一
副主编：高传玉 耿庆山 黄峻 姜垣 王建安 王乐民 于欣
本期轮值主编：孟晓萍
编委：常翠青 郭航远 郭兰 丁荣晶 刘梅颜 李瑞杰 刘遂心 毛家亮 孟晓萍 赵文华
专栏秘书：马鲁锋
(按姓氏拼音排序)



胡大一教授接受《医师报》专访



孟晓萍 教授