

## 再见阿坤

### 胡秋生

#### 河北以岭医院康复医学科

2023年2月的一天下午，因为疫情刚刚退去不久，门诊患者不多，我百无聊赖地看着电脑桌面。突然，敲门声响起，一个小伙子走了进来，中等身材，结结实实的，戴一副金丝边眼镜，厚外套外面围着一条灰色的棉围巾.....

“主任，您好，我是一”，没有等他说完，我脱口而出：“你是阿坤！”“啊！主任，几年没见了，您还记得我？！”

七年前，与母亲相依为命的26岁的阿坤在工作中受伤致颅脑损伤，在医院精心的医疗下，昏迷三个多月的阿坤逐渐醒来，但其言语、认知、记忆力及肢体等方面都出现了严重的功能障碍，前期治疗结束后，阿坤随母亲来到河北以岭医院康复医学科进行系统康复治疗。

经过长达一年的康复治疗，阿坤的肢体功能大大好转，除了平衡和协调稍差外，基本行动自如，头痛、失眠等症状基本消除，表面来看似乎基本达到了自理能力标准。可后来，我发现情况没有那么简单。

几个月后，阿坤二次入院进行康复，他安安静静地坐在诊室里等候他的母亲去办理入院手续，我便和他聊了起来，那一刻，我发现阿坤眼神慌乱，语无伦次，甚至还有点手足无措.....我慢慢地安慰他，通过聊天，我发现，阿坤在认知方面有很大的问题，记忆力差、思维逻辑混乱、社交恐惧和不能.....这个问题不解决，阿坤不可能重返正常生活和工作。

入院几天后，我给阿坤安排了内服的活血化瘀，补肾增智的中药汤剂和针刺治疗，可康复训练怎么办呢？针对这样一个近乎活蹦乱跳的年轻人，我可不想用老套的认知训练设备和方法来浪费时间。我要用更直接融入生活的训练方法来重新打造一个崭新的阿坤。

我考虑再三，觉得针对阿坤的问题，先从改善他的记忆力入手比较好，记忆力不恢复，其他都无从谈起。我告诉阿坤，每天早上起床后，要将上午要做的事情都记录在小本子上，将小本子揣在衣兜里，然后就去做事先安排的事情，如果中途忘记，要仔细想一想，实在想不起来了，再拿出小本子看看该做什么了。通过一段时间的训练及反复刺激大脑，阿坤能记住的东西多一点、时间也长一点了。

第二步，我想该要训练阿坤的记忆速度了。我让阿坤的母亲带他到附近的超市去，按照事先记在小本子上的采购清单快速寻找商品，经过训练，阿坤的方向感、秩序性、快速记忆的能力都大大加强。但这是几个月努力的结果呀。

第三步，要阿坤尝试单独去超市购物。我告诉阿坤，去超市前将要买的物品、回家路线等事项提前记在小本子上，并模拟熟悉微信支付方法、流程.....另外，我偷偷叮

嘱阿坤的母亲，在后面偷偷跟着见机行事。但不要提前跟阿坤说。第一次去超市购物时物品虽找齐了，但到结账时完全忘记了怎么操作，这时候，阿坤的母亲及时出现，帮助阿坤结了帐。这样一来二去，阿坤由刚开始的不敢去超市到后来敢去还能选择物品，逐渐地过渡到购物时知道优化选择物品的路线，慢慢也掌握了怎么结算账款。训练记忆力的同时，我还指导阿坤在购物的路上，通过转换双手拎东西及走路等，加强肢体的协调运动能力，增强体力锻炼。慢慢地，阿坤的记忆力和思维逻辑有了明显改善，恢复得越来越好。

看到阿坤的改变，我得到了让阿坤逐渐融入社会、重建社交圈子的阶段了。我问阿坤，过去的同事、同学中有没有玩得比较好的，他说有，但自己受伤后逐渐没有再联系了。我说，那就先用微信联系他们，打文字可能你会比较适应些，等比较熟悉了，话题多了再逐渐过渡到用语音、视频聊天.....阿坤说：“我不知道要说什么。”“那就从简单的寒暄、问候开始，先少说点。”一次联系后，阿坤对我说：“我和朋友联系了，但我感觉我们不在一个频道上，我像个傻瓜一样自说自话。”“没关系的，万事开头难，一旦你开了口，就一定会越来越好。”我说。阿坤与同学、同事的联系又重新建立起来。我又鼓励他参加与朋友的聚会，阿坤的沟通和社交能力越来越好了。

我问阿坤，现在忙些什么，是在工作还是在做其它的什么？阿坤笑着说：“我回单位上班了。”话语里充满了欢乐和自豪。“在单位具体做什么？”“我在发货班，负责向各地区发货，很忙的。”我微笑地听着，我知道，阿坤已经完全重新开始了他的工作和生活。阿坤现在很健谈，双眸里熠熠闪着光，跟我讲着他未来的憧憬：“我现在真得很好，和同事相处的不错，领导也很器重我，我自己也很努力，争取一两年后能够在职务有大的提升。”而回忆起几年前的自己，阿坤淡淡的，平静的像一条河，隽永而深沉，仿佛言说的是邻家小弟的故事，再也不见当年的慌乱和闪躲。

时间过得好快，转眼快到下班时间了，阿坤起身告辞，我站在窗前，看着他脚步轻快地走出医院大门，傍晚阳光的余辉洒在他的身上，暖暖地，让人看到了希望。我想起当年受伤后的阿坤，曾经那样的无助，可在我们的指导下，定下一个个小目标，实现一个个小目标，再到一个个阶段性目标，潜移默化的几年间，最后终于完成大的长远目标。专业的指导固然重要，但究竟还是阿坤内心深处对美好生活的向往起到了关键性的作用。

我一向以为，康复是个伟大的事业，其所以伟大，在于我们见到的不是一个个器官、一个个系统、一项项功能，我们眼中所见的是一个个活生生的人，关注的是他或她的生理、心理、周围的人和环境，只有这样，我们能够设身处地的为患者着想，让一项项康复训练的内容变得鲜活起来，而不仅仅是那些冰冷的设备和索然无味的程序。康复应该是个具有挑战性的、有趣的过程和事情！

再见阿坤，我感到满满地幸福！