

上海市社区康复中心建设——以仙霞社区为例

王俊¹ · 丁力² · 贾杰²

¹上海市长宁区仙霞街道社区卫生服务中心-上海市示范性社区康复中心 ²复旦大学附属华山医院

随着社会老龄化发展，慢性病和老年病的患病率越来越高，因病致残患者越来越多，尤其是神经系统和骨骼系统类疾病造成的肢体功能障碍，严重影响老年人群的生活质量。社区卫生服务中心作为医疗健康服务体系网底，承担着居民健康守门人的职能。近年来，各社区卫生服务中心通过多种途径开展各类康复服务，一定程度上满足了部分居民就近获得康复服务的需求，但在服务功能、内容等方面，尚未形成标准化、规范化模式，距离居民需求和期盼仍存在一定差距。因此，发展社区卫生服务中心康复服务，可作为当前解决居民难点，满足居民实际需求的途径之一。

根据《国家卫生健康委关于全面推进社区医院建设工作的通知》(国卫基层发〔2020〕12号)、《关于印发上海市社区卫生服务机构功能与建设指导标准的通知》(沪卫规〔2020〕11号)、《关于推进本市社区卫生服务机构社区康复中心建设的通知》(沪卫基层〔2021〕4号)等文件精神，通过打造一批示范性、高水平的社区康复中心，引领本市社区康复中心建设，全面提升本市社区康复服务能力，更好满足居民“家门口”获得多种形式康复服务的需求。

2021 年以来，本市依托“为民办实事项目”，已完成 91 家示范性社区康复中心建设，社区康复服务覆盖面进一步扩大。2023 年继续依托“为民办实事项目”，再新建 20 家示范性社区康复中心，让更多社区居民享受到“家门口”康复服务。

下面以上海市长宁区仙霞街道社区卫生服务中心(2021 年获上海市示范性社区康复中心)为例介绍上海市社区康复建设情况。

一、建设目标

以社区卫生服务机构(中心、服务站、村卫生室)为依托，建设标准化社区康复中心。明确功能定位，丰富服务项目，提供病房、门诊、站点、居家等多种形式社区康复服务，筑牢社区康复网底。“十四五”期间，基本实现本市社区卫生服务中心社区康复中心全覆盖，夯实社区康复服务网络，促进康复功能全面融入社区卫生基本服务，实现全市社区康复服务能级全面提升。

通过居民家医签约与“康复-公卫联盟”模式的全周期智能化康复与健康管理服务为居民提供及时、便捷、精准、高效的康复服务和健康管理提升居民的功能能力水平和生活质量，建立以家医签约与“康复-公卫联盟”模式的社区康复服务模式。主要服务内容：由家庭医生、

康复医师、治疗师、公卫健康管理员、护士等组成的团队，成立健康跟进监管小组，为签约居民提供临床诊疗、精准康复评估、个性化训练方案、科普讲座、指导训练及全周期健康管理等。

二、中心概况及社区康复中心建设规划

(1) 中心概况：

仙霞街道社区卫生服务中心是一所综合性一级甲等医院，辖区面积 2.27 平方公里，覆盖 23 个居委。中心承担着 2.6 万户、8.4 万余常住人口及 2 万余流动人口的预防、保健、医疗、康复、健康教育和计划生育技术指导等功能。中心以社区中老年人、慢性病患者、育龄妇女、儿童、残疾人群等重点服务对象，开设全科、妇科、口腔科、眼科、耳鼻咽喉科、中医科、针灸推拿科、康复科等科室，年门诊量约 25 万人次，开设住院床位 40 张，另设家庭病床上门服务项目。中心目前下设四个卫生服务站，组建 4 个家庭医生工作室，为辖区居民提供全方位、全周期健康管理服务。

(2) 社区康复中心建设规划：

2021 年，依托为民办实事项目，中心以建设示范性社区康复中心为抓手，引入先进康复设备，运用中西医适宜康复治疗技术，培育打造多种形式的综合型、全方位的康复服务。十四五期间，中心将大力推进康复医学科建设，引进专业人才和专业设备、拓展服务内容、培育科研课题、孵化特色项目、联动各方、延伸服务可及性，不断丰富示范性社区康复中心内涵建设，全力打造居民“家门口”康复服务平台。设置面积：中心康复业务用房总面积 843 平方米，其中康复治疗区面积达 387.6 平方米和康复病区 456 平方米，达到示范中心要求。

三、强网络、谋布局，整合资源创效能

仙霞以社区康复中心为核心，联动高等院校、联动二三级医院、联动专业医疗机构，打造康复专科医联体。在此基础上，探索医养+康复服务模式，延伸康复服务可及性至卫生站点、社会机构、个人家庭，形成整合型康复网络。

(1) 联动高等院校：

中心已挂牌成为上海体育学院社区健康联合体单位、上海体育学院运动科学学院社区实践基地。双方就体医融合理念与服务模式达成共识，并开展合作对接。探索体医融合在康复医学学科的应用，围绕运动康复，提升康复学科科研能力建设，促进社区康复中心与高等院校之间的科研与教学协同。

(2) 联动二、三级医院：

与华山医院、华东医院、第六人民医院、同仁医院、光华中西医结合医院、天山中医院、

民航医院等相继建立业务合作。依托二、三级医院专家下沉社区坐诊，建立融入社区康复特色的骨质疏松专病门诊、骨科专病门诊、心脏专病门诊等，为社区居民提供更多元、更复合、更贴近需求的社区康复服务。

(3) 联动专业医疗机构：

中心与上海新起点康复医院、上海上体伤骨科医院、上海体创诊所等社会办医疗机构形成交流机制，进一步拓宽服务面、深化学科交流、增强协同服务能力。

(4) 延伸服务可及性：

中心在打造康复专科医联体基础上，结合街道 15 分钟生活圈建设，探索医养+康复服务模式，进一步延伸康复服务可及性。一是延伸至卫生站点，中心目前下设 4 个社区卫生服务站，各设有家庭医生工作室，在社区为居民开展健康管理服务。通过为站点赋能，直接把康复服务送进社区，让居民就近享受到便捷、专业、可及的康复服务。二是延伸至社会机构，中心现有 2 个站点融入社区综合为老服务中心，与辖区内 4 家养老院签订健康服务协议，为 8 所学校、15 所托幼机构、1 个托育所提供健康管理，在辖区内多个楼宇开展“健康医小时”服务项目。下阶段将把康复服务写进服务协议、加入服务清单，进一步扩大康复服务受益面。三是延伸至个人家庭，结合家庭病床管理和家医上门服务开展康复治疗和指导，为行动不便和出院人员提供居家康复服务。

四、强队伍、重专业，夯实核心促发展

(1) 引进学科带头人：

中心依托紧缺专业人才引进政策，成功引进一名学科带头人，具备康复医学副主任医师、康复医学治疗技术主任技师等高级职称。曾获国家发明专利 2 项，获中国康复医学会科学技术二等奖 1 项，获得省级成果奖 1 项。担任中国康复医学会帕金森病与运动障碍康复专业委员会副主任委员；中国康复医学会社区康复工作委员会常委、康复治疗专业委员会常委兼水疗主委等多项社会职务。在康复医学领域具备较强学术影响力，在康复学科建设及教学管理工作中具有丰富经验。

(2) 组建康复团队：

康复科主任 1 人，康复医师（含科主任）10 人（第一执业 1 人、医联体多点执业 2 人、内部培养取得处方资质 7 人），中医类从事康复服务：6 人，康复治疗师：8 人，康复护士：9 人。

(3) 持续扩充团队力量：

中心将持续培养全科医师参加“上海市社区康复岗位系统培训”项目，逐步实现全科医师取得康复处方资质全覆盖。同时，选送护理人员参加市级培训，扩充康复护士队伍。针对

康复治疗师，结合中心与上海体育学院运动科学学院社区实践基地建设，孵化培育新型康复治疗专业技术人才。

五、建设简介和特色亮点

(1) 建设简介：

1. 服务对象：脑卒中、脑损伤，骨关节损伤（“颈、肩、腰、腿痛”等）、各种运动损伤、脊髓损伤及小儿脑瘫及各种慢性病（骨质疏松症、糖尿病、慢阻肺、心脏病、高血压等）康复与健康管理等。
2. 服务形式：提供住院、门诊、站点、上门居家康复服务。
3. 重点打造四个特色品牌：（脑损伤康复、肌骨与运动康复、老年人康复、乳腺癌康复），提升康复科普、医疗、教学和科研能力。
4. 服务内容：提供精准评估、制定个性化全面系统的治疗方案和专业指导主动治疗与管理。

（1）精准评估：

治疗师不仅局限于主观的局部症状，还通过对患者的姿势和动作、触诊和特殊动诊来进行观察和判断，找出身体的薄弱和不足之处，从而实现“一人一方案”的精准治疗，直击患者的病因。

（2）治疗方案：

根据评估结果制定个性化全面系统的治疗方案，主要应用各种结构性技术（软组织技术、关节松动技术、肌肉能量技术、筋膜放松技术等）和神经生理和神经发育疗法和智能化运动控制训练技术为治疗基石，综合运用各种治疗手段，提高患者运动功能和能力水平。

主要服务项目：智能化主被康复训练、智能化助力步行训练、上肢机器人训练、手法治疗、徒手淋巴回流手法、压力治疗、运动治疗、关节松动训练、减重支持系统训练、电动起立床训练、平衡训练、偏瘫肢体综合训练、文体训练；低频、中频、微波、经颅磁治疗、脑循环治疗、肌肉生物反馈治疗、神经肌肉电刺激、超声波治疗、气压治疗；作业疗法、日常生活动作训练、徒手手功能训练、认知知觉功能障碍训练、轮椅技能训练；言语治疗、言语训练、构音障碍训练等。

（3）专业指导主动治疗与管理：

根据对象需要，家庭医生将根据治疗师给出的个性化康复方案，上门进行康复治疗，定期跟踪随访，鼓励培养良好的健康生活方式和自我管理理念，最大限度帮助患者重新回归家庭、社会，提升其生活质量。

(2) 特色亮点

1. 创新性打造全周期精准社区康复新模式：全程健康监管，早期康复介入。中心成立康复-

公卫联盟，依托联盟优势，对社区居民进行全程健康跟踪监管，并成立监管小组，制定精准诊疗方案及流程。每周通过健康管理系统对发病居民进行筛查，进行电话问诊及指导，主动对接有康复需求的目标人群尽早落实相应康复诊疗（居家指导、站点、门诊、住院）。在科普宣教、学科共建、人才培养和学术研究等方面全面协作，共同探索全生命周期社区康复的健康管理新模式，制定个性化的卫生服务和倡导健康生活方式，提升社区医院综合服务能力。优势互补，资源共享，协同创新，共同发展，让看病少走弯路，保持健康，终身受益。

2. 为社区居民开展精准专病康复服务。依托社区 65 岁以上老年人健康体检，成立身体功能筛查评估小组，制定康复需求筛查问卷和专业评估量表，完善筛查评估流程，对居民进行全面身体功能综合评估。组建专病专项康复团队，对评估结果进行跟踪反馈，提供精准康复服务，让更多居民享受到“家门口”的专业康复服务，使一大批患有颈肩腰腿旧疾的居民得到了有效治疗，得到居民的广泛好评。
3. 实现康复技术下沉社区，让居民在“家门口”享受到三级医院的康复服务。中心特聘请华山医院康复医学科贾杰教授团队（中国康复医学会社区康复工作委员会主委）和上海上体伤骨科医院王雪强博士团队为技术顾问，为社区居民进行专业诊疗，重点提升社区康复技术规范、培养技术人才、学术科研、科普宣教等。让居民在“家门口”享受到全面、全程、友善、有效的社区康复服务，使康复需求在社区就能更便捷易行，更精准高效的满足，得到了广大居民更多认可和信赖。
4. 专业科普宣教，让看病少走弯路。开展多种形式的社区、居家康复健康教育讲座、义诊、体验等，提高社区康复的知晓率和使用率，提高大家主动运动的健康意识，形成关爱健康的良好氛围，助力真正实现康复在基层的美好愿景。

六、建设成果

(1) 工作成效

1. 对象肯定：提升了中心康复治疗师的专业技术能力，为患者提供了更全面更精准的康复服务，提高了疗效得到了广大患者的认可和好评，提升了中心的康复知名度。目前门诊肌骨运动康复治疗需要提前预约才能准时接受康复治疗服务。
2. 开展新技术 2 项：压力治疗和徒手淋巴回流手法，提升了中心康复治疗师的专业技术能力，为患者提供了更全面更精准的康复服务，提高了疗效得到了广大患者的认可和好评，提升了中心的康复知名度。
3. 已初步组建完成康复服务架构：“科主任-技术组长-组员”，已组建形成 2 个专业技术小组（肌骨运动康复组和神经康复组），分别由 2 个组长带领组员完成各项工作任务。

4. 共同培育社区康复专业人才：在贾杰教授团队和王雪强教授团队的帮助下，完善规范诊疗体系和服务流程，提升康复服务能力；培训提升康复治疗师 6 名的技术能力。

(2) 科普宣教报道：

学习强国 2 篇，上海长宁 4 篇，短视频 4 篇，公众号各种康复推文 48 篇。

(3) 不断提升学术科研水平：

2023 年已申请获批区级课题 1 项。

(4) 获奖：

收到锦旗 17 面，表扬信 5 封；获长宁区 2023 年技能大师工作室项目建设（全周期精准社区康复服务工作室）和获 2022 年上海市长宁区人力资源和社会保障局记功。

七、展望

期望通过不断实践探索逐步形成体系，打造智能化社区康复服务管理平台，实现全程管理，提供智慧远程服务和线下服务相结合，将运动处方通过信息管理平台做到及时、方便、安全、有效的服务，可采手环管理（靶心率、血氧等）或可视化管理，为确保社区康复服务的一致性。不断加强培训交流，并组织同行制定各项标准（技术、人才、建设运营等）向全区、全市、全国推广实践。

参考文献

- 《国家卫生健康委关于全面推进社区医院建设工作的通知》（国卫基层发〔2020〕12 号）
《关于印发上海市社区卫生服务机构功能与建设指导标准的通知》（沪卫规〔2020〕11 号）
《关于推进本市社区卫生服务机构社区康复中心建设的通知》（沪卫基层〔2021〕4 号）