



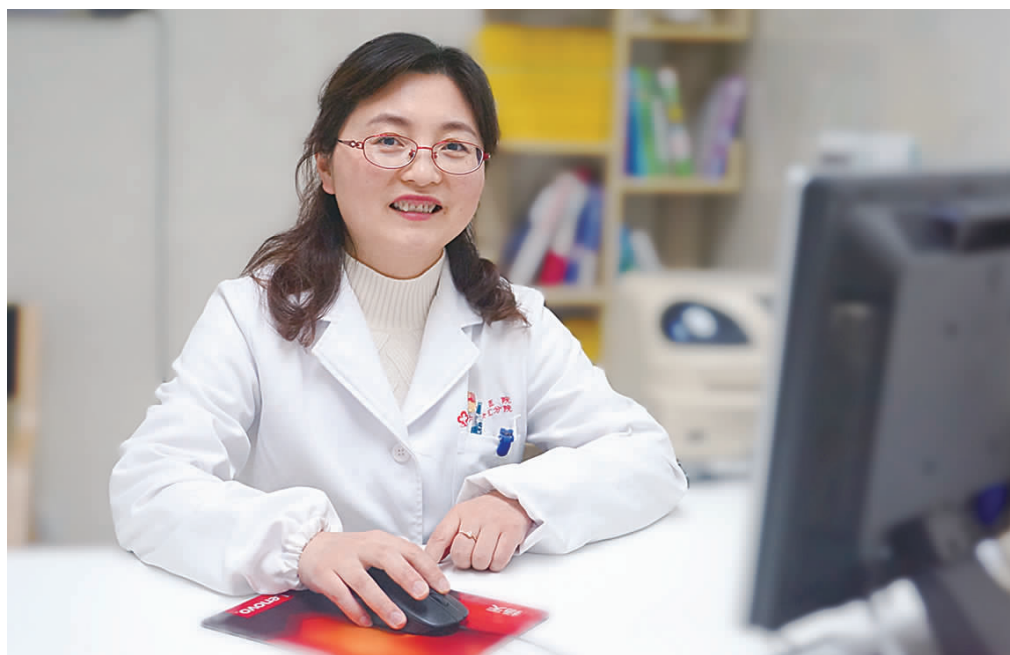
人物 Ren Wu



志愿携手医疗 科普助力健康

记上海市第八人民医院康复医学科主任沈洁

文/朱健 图/资料



近日，从2020年上海科普教育创新奖颁奖典礼上传来喜讯，上海市第八人民医院康复医学科沈洁主任获本年度“优秀科普志愿者奖（个人）”二等奖。

沈洁带领科室加强“康复医疗+科普宣教”，医、教、研全面发展，在上海市康复医学领域形成自身特色和影响力。她加入“百雁”志愿者服务团队，作为“百雁”专家志愿者，近十年来受其影响，科室医护人员、患者及家属纷纷加入志愿服务行列。她担任市八医院第五党支部书记，作为“百雁”党员志愿者，身体力行带领党员、群众参加院内外公益活动，争做科普志愿先锋。

打造特色品牌 助力重塑人生

沈洁主任带领康复医学科团队于2016年创建品牌“Family服务法”，以“携手患者从生理到心理战胜疾病、重塑人生”为目标，秉承“全面康复、温暖奉献”的理念，融合精准康复及全方位全周期科普互动，公益科普助力健康管理，集“医疗、护理、社工”为一体，使患者达到身、心全面康复，回归社会。

为了更好地服务患者，康复医学科与社工部密切合作，共同发起康复“益”起来志愿服务项目开展“助力康复手工作业活动”，连续2年以“每月一主题、每周一活动”形式，与志愿者团队密切合作开展人文关爱服务，生活才艺与康复训练相结合，治疗更趣味。

康复是一个大家庭，沈洁主任坚持每年组织一次“康复患者运动会”，这是一个医患朋友的聚会，也是一个分享与激励的平台，更是成为科普活动典型案例，帮助每一位患者重塑人生。“康复患者运动会”集合了康复医学科、老年科、社工志愿者团队、宣传科以及八院下属的田林、康健、漕河泾等社

区卫生服务中心的康复医护人员和患者共同参与。每年一届的运动会拉近了医患距离，通过科普演讲、科普推文展板、患者康复成果分享、家属陪伴心路交流、趣味运动比赛等环节，从相关疾病的预防、诊治、康复训练、护理随访等全面进行科普展示，从多个角度传播康复的力量，提高了全民对疾病科普、康复医学的认识。从欢声笑语中，不仅让患者通过参与互动树立目标、减轻恐惧，重新树立与疾病抗争的信心和勇气，而且将最新的康复理念、科学的训练方法带给广大的患者和家属，对患者今后的康复治疗发挥了积极的促进作用。“康复患者运动会”活动受到了《新民晚报》《徐汇报》《周到上海》《新闻坊》“中国妇女网”“上海热线”等相继报道，腾讯、澎湃新闻、桂平新闻等平台广泛转载，点击十余万，为康复延伸到家、全民健康的基层科普工作起到了积极推动作用，也因此获得2020年上海市康复医学会优秀科普作品奖。

健康科普视频战“疫”大显身手

在抗“疫”期间，沈洁主任优化智能传媒技术，及时推送

疫情防治政策信息和科普知识，通过“示范教学”“线上直播”“互动答疑”“病例分享”“实时训练”等模式，配合“媒体报道”与“公众号推文”推送多篇科普文章，构建“互联网+科普”传播康复科普知识，促进康复延伸到家。

沈主任针对不同需求人群设定系列分类，自主制作原创健康科普视频，集专业性与互动性为一体，全方位立体式呈现康复动作及注意事项，制定合理化的康复诊疗方案，为患者开展居家康复锻炼提供有效帮助，收效明显，取得良好的社会反响。为了满足卒中中患者的居家康复需求，沈主任承担徐汇区科普创新项目“脑卒中康复训练线上互动”并顺利结业，《脑卒中后患者健康教育视

频》《偏瘫患者轮椅使用》《康复辅助器具的使用》等分别获得徐汇区卫健委、医院健康教育视频奖。

扩大服务范围 覆盖全周期

在沈主任的倡导下，康复医学科积极开展固定科普宣传项目，连续3年开展“脑卒中康复科普周”“护理康复宣传周”提升患者康复知识；连续5年举办“工伤保险主题普法集中宣传活动”大力宣传工伤保险法、工伤康复；连续6年开展“青少年预防近视科普宣传”及康复义诊活动，为青少年科学用眼、科学防治做好宣传，得到居民积极参与和广泛好评。

沈洁主任带领的科普团队还针对健康人群，开展现场科

普宣教及线上微课程相结合同步推送。《康复科普送进“邻里汇”》《健康科普大篷车走进白领》等将聚焦人群由患者扩大至健康人群，场所由院内扩大至院外，科普由现场至线上延伸。为社区老人、在校学生、园区白领等送上专业的科普讲座、义诊等服务，将对疾病的治疗端口前移至健康人群的疾病预防，顺应全民越发提升的健康需求，提供专业科普医学教育。

沈洁主任特别喜欢这样一句话：科普就是在讲清知识的真相的同时，给大家带来希望。对于康复医学科的很多患者，可以用通俗的语言，多样的形式让他们重塑人生，对未来充满希望是沈洁一直将科普坚持到底的最大的动力。

