

“三黄鸡一份，带去看爸爸！”

社会技能训练活动，让36岁的她靠叠被子实现了心愿

“三黄鸡一份，带去看爸爸！”近日，36岁的小柔(化名)工工整整地在宁波大学附属康宁医院的“心愿墙”上写下了自己的心愿。为了实现这个心愿，她在病房参加了“代币治疗”，这是怎么回事呢？



应聘叠被子岗位的患者干得有模有样。

女儿带着一份三黄鸡 从精神病区前往老年病区看爸爸

小柔是该院普通精神科三病区的女患者，长期住院。她的父亲则住在该院的老年病区。小柔知道，父亲一直特别喜欢吃三黄鸡。可是，小柔没有收入，而且根据管理制度，她平时也不能擅自离开病区去探望父亲。

今年，该院普通精神科“心·健康”护理品牌正式推出了社会技能训练活动。由于疾病关系，小柔和很多病友都没有工作的经历。现在，能在病区体验工作，还能领到积分和代币，让他们觉得新奇又好奇。

岗位有很多，有叠被子、擦桌子、垃圾分类、摆放药杯等。比如，病区里每天会固定推出4个叠被子的岗位，协助病友们整理被子。普通精神科三病区护士长叶华云告诉记者：“‘代币疗法’可以促进病人自我照顾和主动参加各项技能训练活动，简单有效，具有很强的可操作性，也是探索精神病人康复的一个新途径和治疗

手段。患者的参与度很高。每个岗位推出来后，患者要先自主应聘，再接受培训。培训的时候，责任护士先培训小组长，再由小组长培训下面的组员。考核合格后，才能正式上岗。岗位不是固定的，每个人都有机会体验不同的岗位。小柔的积极性很高，应聘了叠被子等多个岗位，干得有模有样。”

每个月，普通精神科会举办虚拟代币兑换活动——同义嘉年华，小柔和病友可以拿着代币来兑换零食、饮料，或者兑换套圈等游戏的人场券。如果现场没有的“商品”，还可以在心愿墙上写下心愿。小柔端正地写下“三黄鸡一份，带去看爸爸！”

责任护士了解情况后，特地去为她买了一份三黄鸡，带着小柔前往老年病区看望其父亲。那天中午，父女俩在病房的“包间”里一起品尝着三黄鸡，父女俩都很开心。小柔的父亲感慨：很意外也很惊喜。

46岁的她第一次上班 “我想让爸爸和哥哥来看我上班！”

除了可以在病区里“上岗”，小柔的部分病友，还在评估病情后，得到到病区外“上班”。

“你好，药房往这边走。”“你好，请排队。”……在该院一楼大厅里，还有一批穿着红马甲的特殊志愿者，马甲上印有“康复志愿者”的标记。

46岁的小丽(化名)是8名“康复志愿者”中的一位。由于患精神疾病，她长期住院。尽管医护人员们费心安排，可平时住院的日子还是相对无聊的。前阵子起，她得到了一个机会——通过培训，到门诊大厅做志愿者，上班时间是9时-10时或14时至15时30分。

小丽在志愿服务的间隙，向护理部主任杨宝琴说起了自己的心愿：“我真想让爸爸和哥哥来看我上班啊，他们肯定想不

到我这么能干！”小丽说自己从来没有上过班，没想到能在医院上岗当志愿者，经常会有人感谢她，这让她觉得自己很有用。

当小丽和同伴上岗时，医护人员还会动态评估病情，实时陪伴、辅导他们。

杨宝琴告诉记者，每个人都有价值实现的需求，普通精神科的患者也是如此。过去，普通精神科的很多住院患者每天就等着治疗、吃饭、睡觉，价值感缺失，也逐渐失去和外面真实生活的链接。自从在病区内外推出社会技能训练活动以来，病友们都很支持，积极参与活动。在这个过程中，病友们可以更好地体验生活，实现自我价值，也有利于病情的康复，早日回归家庭和社会。

记者 王颖 通讯员 李湘兰 文/摄

酒后摔了一跤 60岁的他差点高位截瘫……

喝酒一时爽，酒后悔断肠！这句话用在今年60岁的老王(化名)身上一点也不为过。因为醉酒后摔了一跤，老王突发四肢瘫痪。万幸的是，经过手术治疗以及术后的规范康复，他已经能下地正常行走。

在宁波市第二医院，每年都会接诊多例老王这样的患者，医生提醒：饮酒要适度，碰到类似情况要及时送医，平时也要关注自己的颈椎健康。

酒后摔跤面部着地 被确诊为颈部高位脊髓损伤

没想到一次普通的聚餐喝酒，老王会付出如此沉重的代价。年初的一个深夜，自认为酒量不错的老王在聚餐上喝了不少白酒，跌跌撞撞地走回家，路上不小心摔了一跤，很不巧，正好是面部着地。这一跤虽然摔得不重，但是老王发现自己手脚使不上劲，再也站不起来了。这把边上的朋友吓了一跳，赶紧将其送到当地医院。经过CT检查，老王被确诊为颈部高位脊髓损伤。老王家人联系上级医院，第二天早上老王被上转到宁波市第二医院。

“患者送到医院的时候头可以转动，但两条腿只能在床上轻微挪动，却不能抬起，手臂也只有靠近肩关节的部位可以挪动。”宁波市第二医院骨科中心脊柱外科病区副主任刘江涛介绍，经过检查发现，患者第二到第四节颈部

脊髓出现了损伤，这种高位脊髓损伤往往会引起四肢瘫痪。因为患者尚有一部分肌力，属于不完全性瘫痪，这时候就需要尽快手术，松解被压迫的脊髓神经，为患者争取更好的预后。

入院后不到2小时，刘江涛团队就为老王做了手术。术中，刘江涛为老王做了颈3椎体次全切除减压及内固定，完全解除了神经压迫并重建了颈椎的稳定性。

“患者深夜受伤，第二天转到宁波，虽然入院后尽快进行了急诊手术，但中间相隔了较长的时间。因此，术后5天复查显示，患者脊髓压迫已经解除，但当时双腿仅能部分抬高床面。”刘江涛介绍。所幸，老王术后持续接受康复治疗，四肢肌肉力量逐渐恢复，目前已经能够正常下地行走了。

出现头部摔伤 周围的人不要随意搬动

为什么只是摔了一跤，会导致这么严重的后果？刘江涛表示，这类患者往往都有颈椎疾病，比如老王在第二到第四节颈椎之间存在骨质增生(后纵韧带骨化)。在清醒情况下，颈部肌肉处于紧张状态，对颈椎起到保护作用，除非遭遇巨大外力，否则不会引起脊髓损伤等严重情况。但在醉酒状态，肌肉松弛，保护机制也随之“失灵”，摔倒时颈椎和脊髓更容易发生严重损伤，骨刺也会挤压到脊髓，因此导致四肢瘫痪的情况。也就是说，酒后摔倒和颈椎病是这类四肢瘫痪发生的两个危险因素，老王正好两者都具备。

同样是醉酒后导致的脊髓损伤，今年40岁的李先生(化名)就幸运很多。他有多年颈椎间盘突出病史，一次醉酒后摔倒导致后脑着地，当时人就不能动弹。所幸，李先生身边的同事懂得基本的急救常识，没有随意搬动他，赶

紧拨打120，上转到宁波市第二医院。

摔倒后2个多小时，李先生就在宁波市第二医院接受了手术。手术后，他一度不能动弹的手脚慢慢恢复了力气，如今已经5年过去了，他行动如常，只是再也不敢喝多了。

“聚餐饮酒，一定要适度，这样可以避免悲剧的发生。此外，如果有颈椎病的人群要及时就医，需要评估疾病严重程度及注意事项。”刘江涛介绍，在生活中一旦遇到颈椎受伤的病人，要及时送医，因为神经损伤的救治越早越好。在专业人员没有到来前，周围的人最好不要随便搬动。如果一定要搬动，千万不能一个人拦腰抱或是一个人抱头、一个抱脚，可以在固定好颈部的同时，把患者小心平移到硬板上再进行搬动。

记者 孙美星
通讯员 郑珂