

中华医学会心血管病学会心得体会（二）

中国共产党第十九届中央委员会第五次全体会议，于 2020 年 10 月 26 日至 29 日在北京举行。全会审议通过了《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标的建议》。在“十四五”时期经济社会发展主要目标中，全会明确提出，建立健全更加完善的多层次社会保障体系，更加完善的卫生健康体系等。并且党中央对我国人口形势的精准研判和中长期发展的深谋远虑，提出提出实施积极应对人口老龄化国家战略。对于我国心脏康复事业提出了更高的要求。

当今我国的心脏康复事业自 2012 年以来发展迅速，从 7 年前全国不到 10 家心脏康复中心，发展到现在的 500 余家。虽然我国心脏康复发展起步晚，但起点高，充分学习借鉴了发达国家开展心脏康复的经验，紧紧把握心血管医学发展的正确方向，推动心脏康复与预防一体化发展，探索出符合中国国情并有中国特色的心脏预防、康复和慢病防控的模式和道路。

心脏康复是指应用多种协同的、有目的的干预措施，使患者改善生活质量，回归正常社会生活，并预防心血管事件的再发。心脏康复的首要目标是帮助患者恢复生活自理能力和增加有规律的体力活动。在过去的 40 年，心脏康复已经从一个监督患者安全地进行体力活动的简单计划，逐步发展成为一个综合的、全方位的学科计划，包括术后患者的药物治疗达到最优化，营养咨询，戒烟，压力管理，心理和

睡眠管理，加上血压控制、糖尿病、血脂异常这三大疾病的控制。

但是对于目前已经开展心脏康复的专科，存在的问题包括，人才缺乏专业化，医务人员的工作职责混淆，医生做运动治疗师的工作，护士身兼数职，没有运动治疗师参与心脏康复。心脏康复临床操作中忽视心脏康复综合评估，缺乏全面个体化心脏康复处方，即使经过评估，处方仍然为普适性处方，没有针对不同患者的具体问题、治疗目的的进行处方制定，同时也缺乏到处方的执行监管。缺乏设计对心脏康复流程中的质量控制数据评价。心脏康复没有形成真正的专业学科。

我们必须紧跟时代发展，坚持党的全面领导，充分调动一切积极因素，广泛团结一切可以团结的力量，形成推动发展的强大合力。对此以下将是未来心脏康复的重点内容：① 完善心脏康复标准化体系建设。② 规范化培训与教育。③ 指南共识的制定与宣讲。④ 积极进行学术推广与交流。⑤ 临床科研与论文。同时重点推进推荐和规范心肺预防康复中心和示范培训基地的认证，加强心脏康复培训，开展心肺预防和康复方面的国际合作，推动心脏康复论坛及各区域学术活动的开展。

建立健全新的心脏康复模式，新的心脏康复模式正在从传统的医院心脏康复中心模式，逐渐发展为三种心脏康复模式的转换，高危患者接受心脏康复中心监护下心脏康复，中危患者可以在接受 2 周-6 周心脏康复中心监护下治疗之后，转换为家庭康复，低危患者可以直接接受家庭康复指导。

实现“十四五”规划和二〇三五年远景目标，意义重大，任务艰

巨，前景光明。在医药卫生改革深入推进，重预防和强基层成为改革的重点，我们一定不失时机，不忘初心，再次出发，推动中国脏器预防与康复事业健康发展。

供稿人：丁荣晶（北京人民医院，心脏康复学组委员）