

心蓝图 去跨越



第四届心肺预防与康复培训课程

The 4th International Great Wall academic conference on cardiopulmonary prevention and rehabilitation

July 23, 2020

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

主办单位：中国康复医学会心血管疾病预防与康复专业委员会 中国老年保健医学研究会老年健康教育分会

承办单位：中国心脏联盟心血管疾病预防与康复专业委员会

协办单位：中华医学会心血管病学分会 中国医师协会康复科分会心脏康复专业委员会



开展心脏康复工作四部曲

中南大学湘雅二医院心血管内科
许丹焰

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



众所关心的问题

- 各种高大上的进修、培训参加了不少，但仍然不知如何在心内科/老年科开展心脏康复工作

没有人：人员短缺，临床工作太忙

没有相应场地、仪器、设备

没有人开项目，其他老师不开单，机器闲着，主任着急

院长/领导关心：心脏康复的**经济效益**

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

中南大学湘雅二医院

Second Xiangya Hospital of Central South University



第一步：落实心脏康复五大处方，宣教很重要

药物、营养、戒烟、双心、运动

1.健康教育-针对病友

病房电视

书籍

宣传板

健康知识讲座、咨询

微课、微视频

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

中南大学湘雅二医院

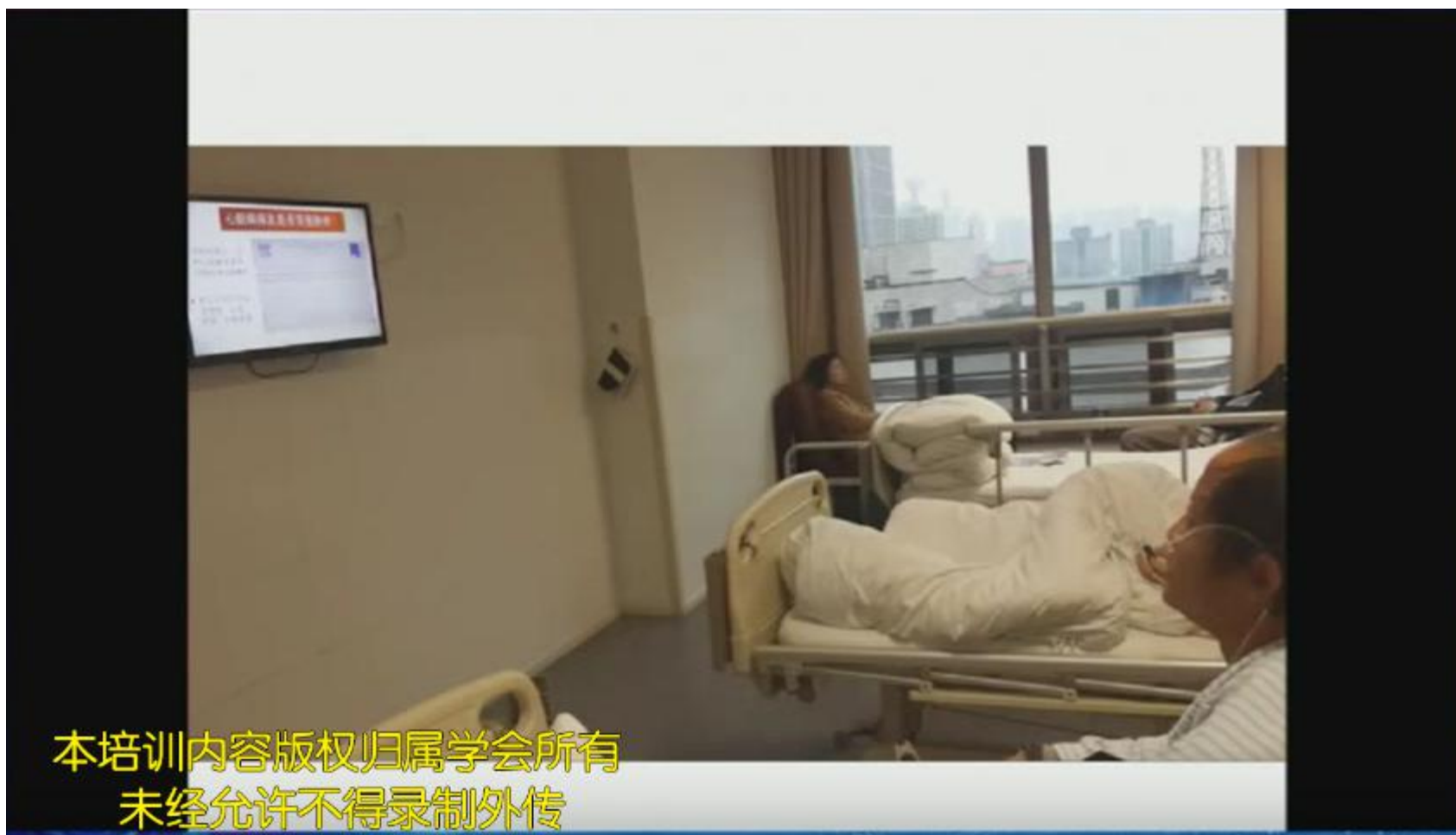
Second Xiangya Hospital of Central South University

利用病房电视进行新入院病友宣教（一入院，就宣教）

根据指南推荐，心脏康复包含10个方面

1. 病人的评估

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

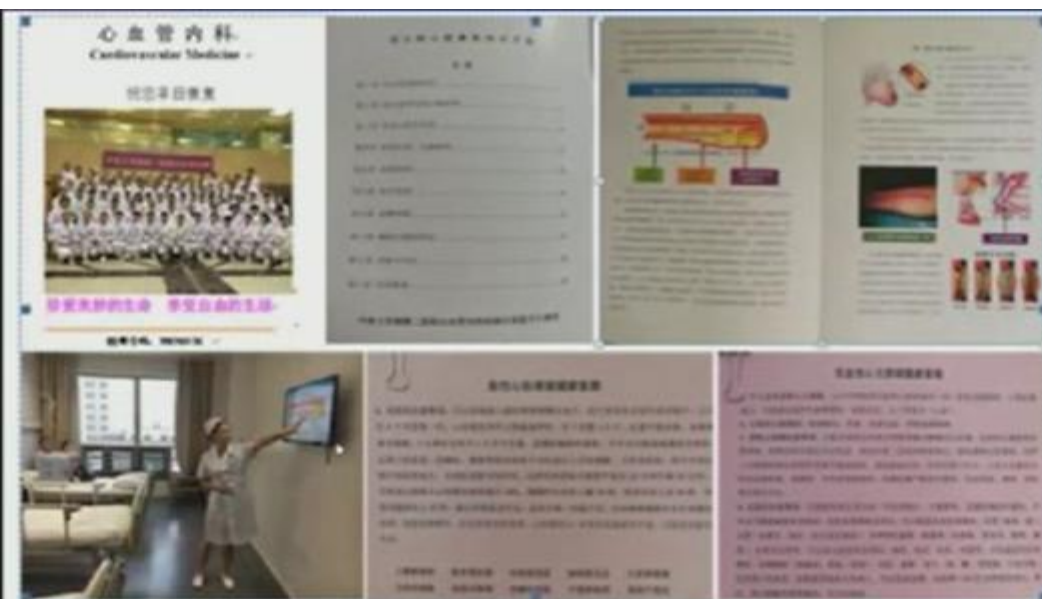
一入院，就宣教（黄金时期）



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



心脏康复 健康教育微 课程

图：上左-中-右：心脏康复健康教育知识手册封面、目录、内容。

设计8个视频微课（心脏基础知识、体重与营养、压力与心理、珍爱生命远离烟草、血脂管理、血压管理、血糖管理、运动锻炼），2个卡片微课（药物、急救与安全），对住院冠心病患者及家属开展心脏康复微课程健康教育，同时通过微信/QQ平台推送相应的微课，实现出院后患者对心脏康复健康教育的需求。构建多种方式（口头，书面，视频，

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

宣传展板



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

心脏康复书籍



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

世界心脏日

因为爱 谈谈心

在第17个世界心脏日来临之际，由中南大学湘雅二医院主办的倡议下，我院心血管内科定于9月20日及9月21日分别举办心脏健康科普讲座及义诊活动，望广大网友积极参与。

世界心脏健康教育培训

地点：中南大学湘雅二医院内科楼10楼示教室
时间：2017年9月20日 上午11:00-11:30
内容：关注高危人群的心脏健康 彭进勇教授

世界心脏日义诊公益活动

地点：中南大学湘雅二医院内科楼一楼大厅
时间：2017年9月21日 上午10:30-11:30
义诊专家：许丹旭教授 于路强教授 刘磊明等

结合各种心脏健康
主题日进行宣教



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



健康知识讲座 每月两次



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

宣传心脏康复-对同行

- 心内科老师 口头、微信
- 主动加入进修医师、心内科进修医师微信群
- 要让其他老师知道心脏康复及所有项目

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

通过开会、报告等形式加强同行交流



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



通过网络宣传心脏康复



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

心脏康复门诊



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

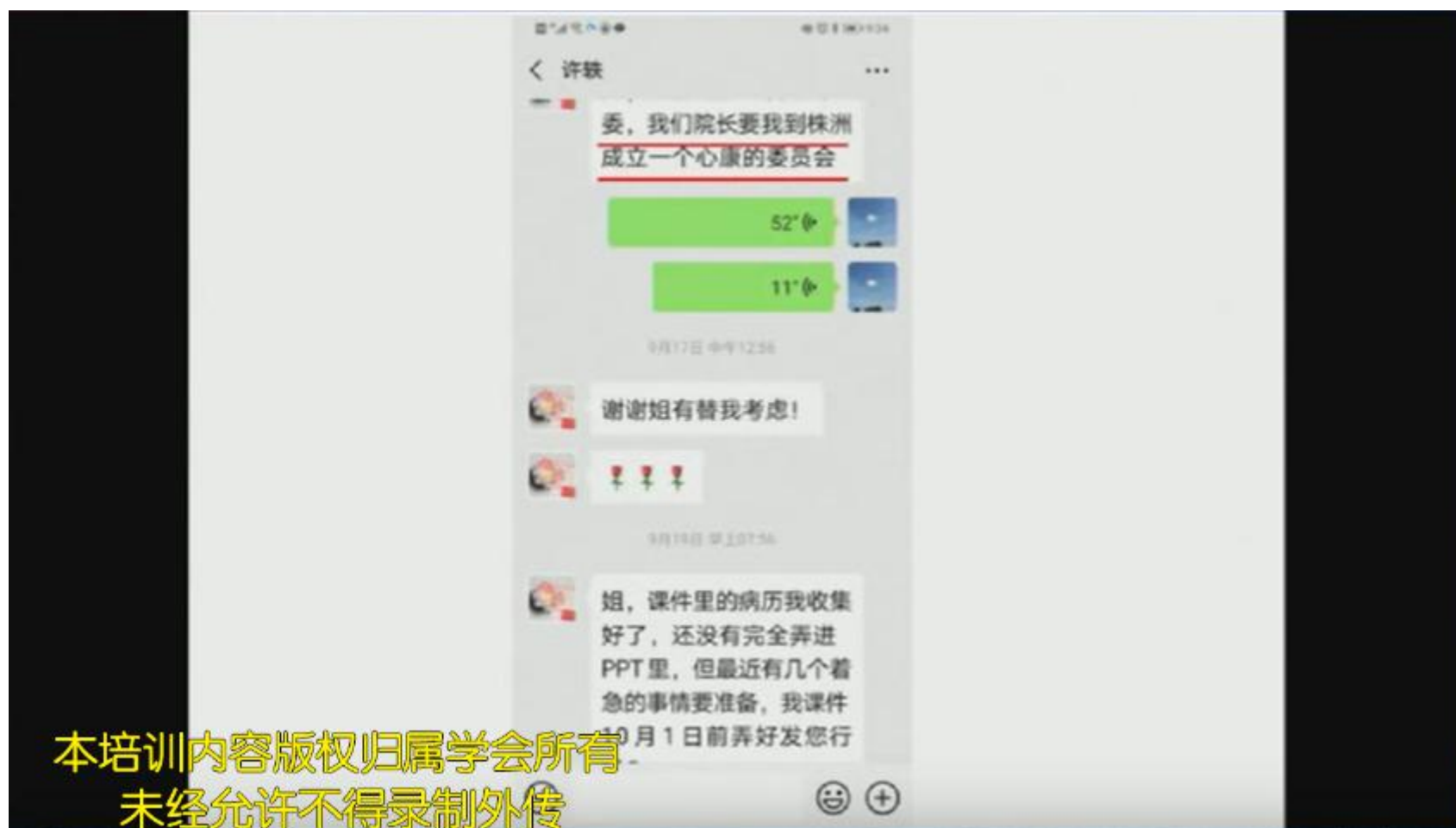
株洲市二医院



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



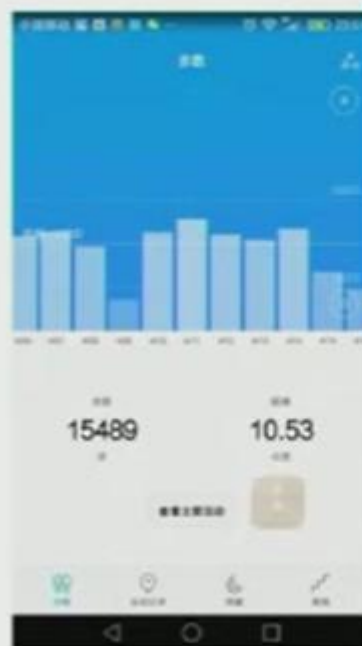
本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



宣传康复 宣传自己

- 积极宣教，造势
- 不计报酬，投入
- 积极努力，情怀
- 乐观向上，年轻

当我们只有一腔热血的时候
心脏康复，宣教先行



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



第二步 申请支架人生俱乐部



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

Second Xiangya Hospital of Central South University

2019年4月 湖南省心血管病年会



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

申请支架人生俱乐部条件

- 1.举办一次60人以上的冠心病患者健康教育活动，必须有活动议程，活动图片，及患者签名
- 2.将资料发给湘雅二医院吴陈璐老师，13786118184
- 3.我们一起上报给中国心脏联盟心血管疾病预防与康复委员会总会
- 4.明年5月湖南省心血管病年会胡大一、孟晓萍老师

授牌

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

患教活动图片举例



授牌

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

株洲恺德心血管病医院



长沙市四医院



长沙市三医院



因地制宜、丰富多彩

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

挂没挂牌，那还是不一样



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

对我们工作的肯定和新的起点

- 聚人气，圈粉丝
- 聚眼光，谋发展

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

支架相关问题

< 湘雅二医院支...俱乐部(268) ...



周永新

@许丹焰 家父做了支架
后身上一一直很痒，请问与
做心脏支架手术有关吗？
该怎么办？请您指点。

10月29日 早上09:19

高脂血症要少吃鸡蛋，一个
星期吃一个。支架以后
皮肤很痒，和支架是没有
关系的，要去看皮肤科，
特别是很多老人家有冬季
瘙痒症

10月28日 早上09:44



一枝梅

< 湘雅二医院支...俱乐部(268) ...



湖南中邵胡静波18674465168

@许丹焰 教授好，我6
月份装了三根支架，这半
月来双肩都疼痛，请问与
支架有关联吗？谢谢指导
指导🙏🙏🙏

11月5日 下午17:07

支架只是一个长约1-2厘
米的网型的结构，在冠脉
内把血管撑开，使血流通
畅，不会引起双侧肩膀疼
痛等作用



湖南中邵胡静波18674465168

好的，谢谢教授😊

11月5日 下午17:32

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

用药具体方案

< 湘雅二医院支_俱乐部(268) ...



何卫娥 神经外科护士长

@许丹焰 许教授，我是神经外科护士长何卫娥，我先生在贵科放了心脏支架，一直血脂高，今年2月查低密度4.03，8月查2.44，2月开始用可定+依折麦布降脂，听说现在可以用瑞百安了，请问您我们医院是否有瑞百安？多久注射一次？降到1.8以后还要不要降脂？谢谢您！

11月1日 晚上22:42

我院有啊，周一您到病房

< 湘雅二医院支_俱乐部(268) ...



阿宝丁

@许丹焰 许教授您好~我爸6月份安了支架后打了6针百瑞安，第一个月就降了很多，但打完6针后就没再去查，爸爸有点顽固。请问他订在指标达到一个什么标准下可以停药吗？安支架前我爸没怎么吃过他汀的。谢谢您~期待您的回复💕

11月1日 中午12:02

血脂像弹簧，你弱它就强
👉如果你停药，血脂肯定又会长上去

11月1日 中午12:21

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

湘雅二医院支...俱乐部(268)

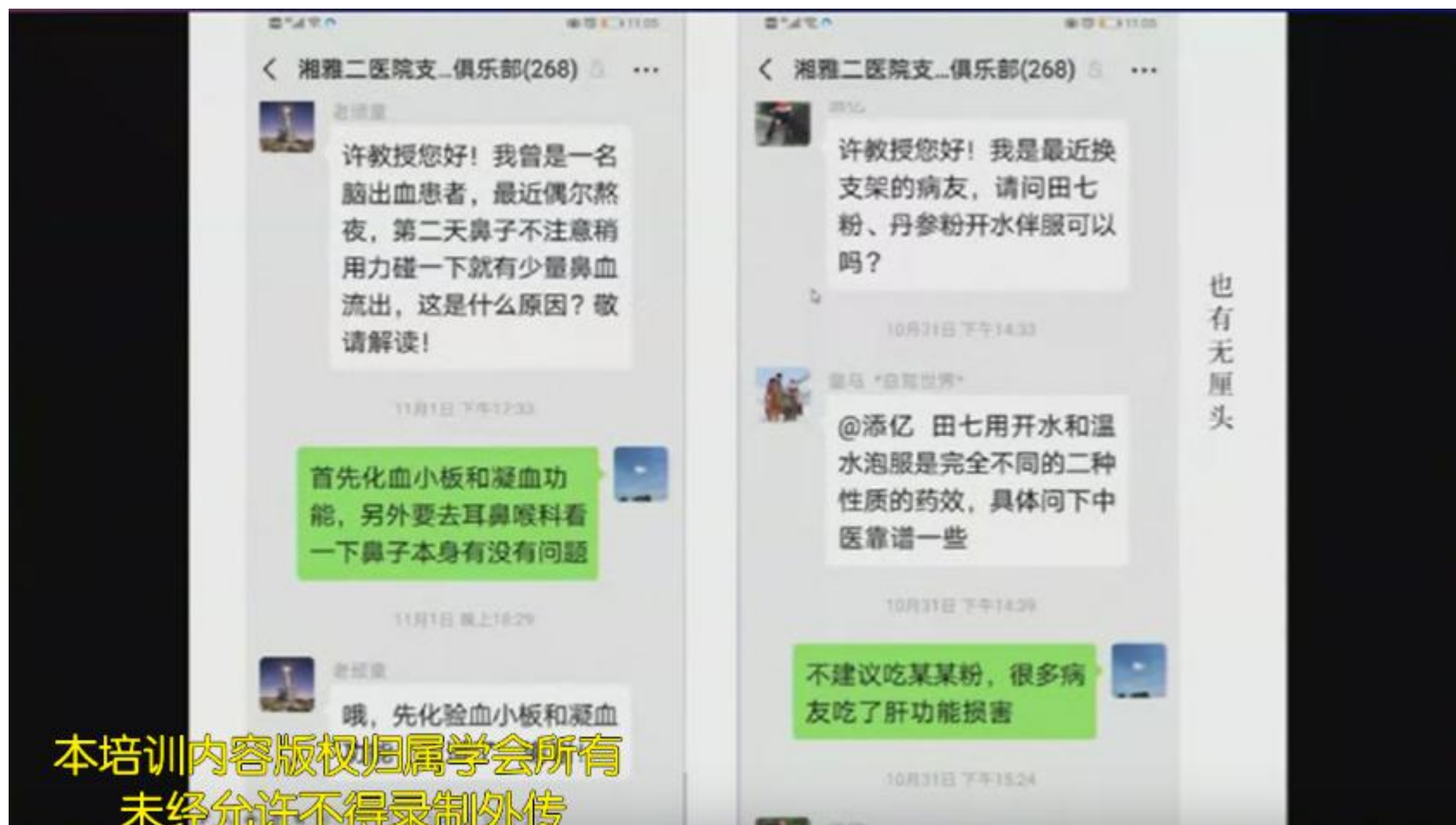
@许丹焰 我以前吃二甲双胍缓释片与格列齐特缓释片后空腹血糖基本控制在六点多，七点多，但有时血糖偏低，这两个月换成二甲双胍缓释片与每天半粒安过唐后，降糖效果总是不太好，空腹血糖总是七点多，八点多，甚至九点多，许教授，是否将安达唐换成格列齐特缓释片。

10月29日 早上08:22

安达唐改成吃一片，一片本是常规剂量

降糖具体方案

内容版权归属学会所有
经允许不得录制外传



< 湘雅二医院支...俱乐部(268) ...



许教授，您好！这个链接的12356的症状我都有，而且近10天症状很明显，多发生在每天早晨或上午，早起前手掌手臂手指还有木、麻、胀、酸的感觉。我以为这些症状都是天气变冷造成的。因为我注射瑞百安已6针了，低密度脂蛋白胆固醇已降到0.85，而之前一个多月我感觉胃部和心窝痛疼感很轻了，也只是偶然发生，所以总认为左胸前区，左肩，左颈，左右背再痛得严重也不是冠心病造成的。这个链接讲得对吗？感谢教授指教，看是否需要持续回音！

湘雅二医院支...俱乐部(268) ...



星韵铁艺18673920259

好的，谢谢许医生



一帆风顺

许教授 @阅而历 今年7月初做了搭桥手术，手术后复查一直按您的要求在吃药，今天感觉右胸口有点不舒服，打呵欠都有点痛，这是什么原因？



阳光

@许丹焰 教授您好，明天上午我过来复查。

明显的焦虑、抑郁

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

< 湘雅二医院支...俱乐部(268) ...



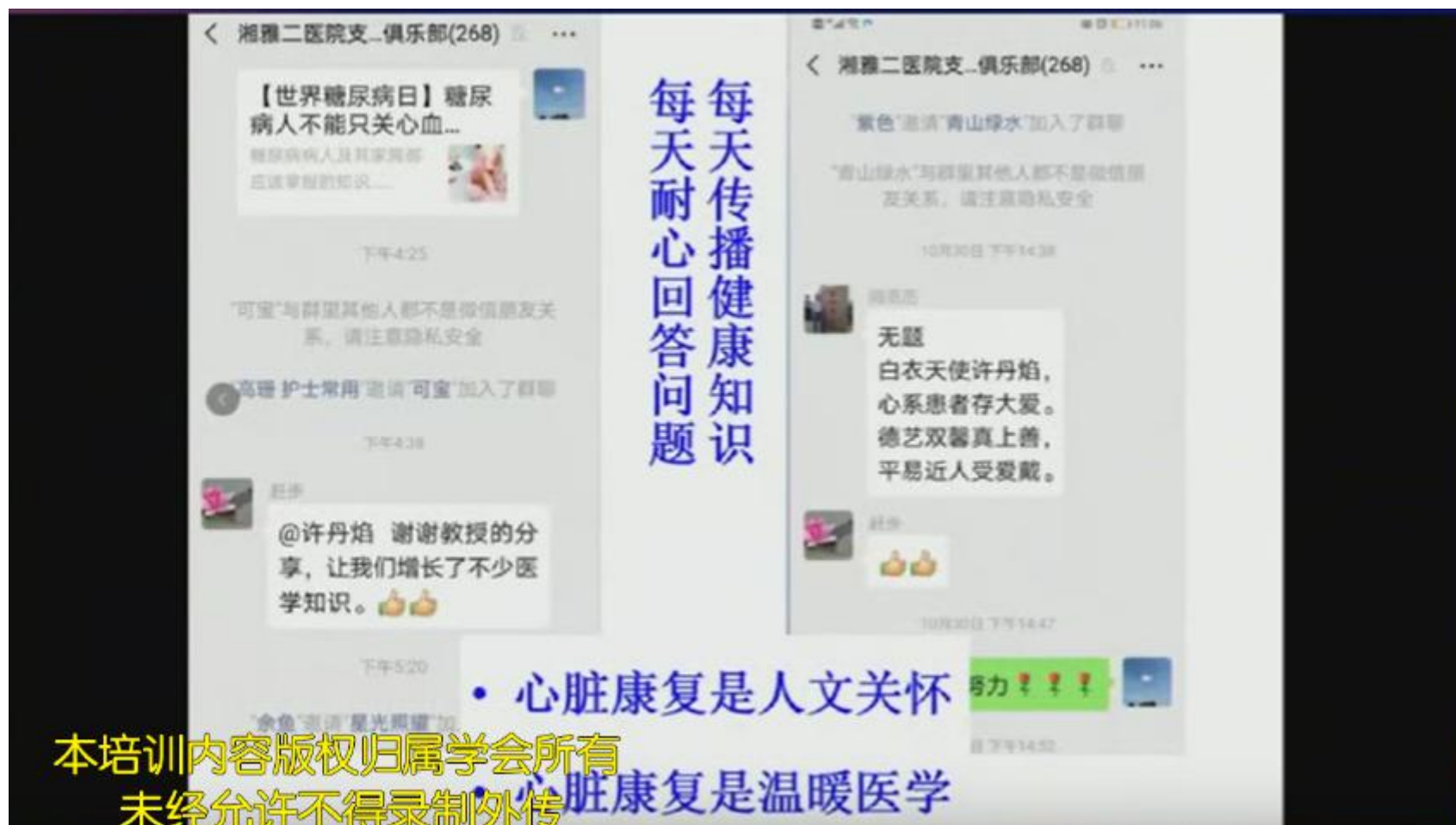
@许丹焰 .教授你好!咨询一下.我孙子今年三岁.有三次了发高烧 38 度上就会出现惊厥.吓死人了.而且我们到省儿童医院做过检查脑没有问题..我们都不知道该怎么办.请指点下.谢谢.

昨天 早上9:41

儿科病我们不熟悉,建议去湘雅医院儿科再看看,一家医院的检查可能不全面

常喝酒的人能吃阿司匹

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传





第三步：申请全国心脏康复中心



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

学会支撑，正规部队

中南大学湘雅二医院

Second Xiangya Hospital of Central South University

突出优势

(湖南省心血管病主委单位)

单位名称：中南大学湘雅二医院

省市：湖南省长沙市

申报：心脏康复中心

联系人：许丹焰

电话：1397487463



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

目录

一、心脏康复中心工作经历

二、康复场地及设备情况

三、评估场地及设备情况

四、急救设备及药品情况

五、心脏康复中心组织人员结构

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



国内较早、湖南省最早在心内科中设立的心脏康复亚专科

- 在心脏康复领域做了大量临床及科研工作，主持心脏康复方向
国自5项，省级3项



- 形成了以大力开展体外反搏、心肺运动试验+患者心理评估、
双心医疗、运动康复、睡眠监测等四大项目为重点, 逐步开展

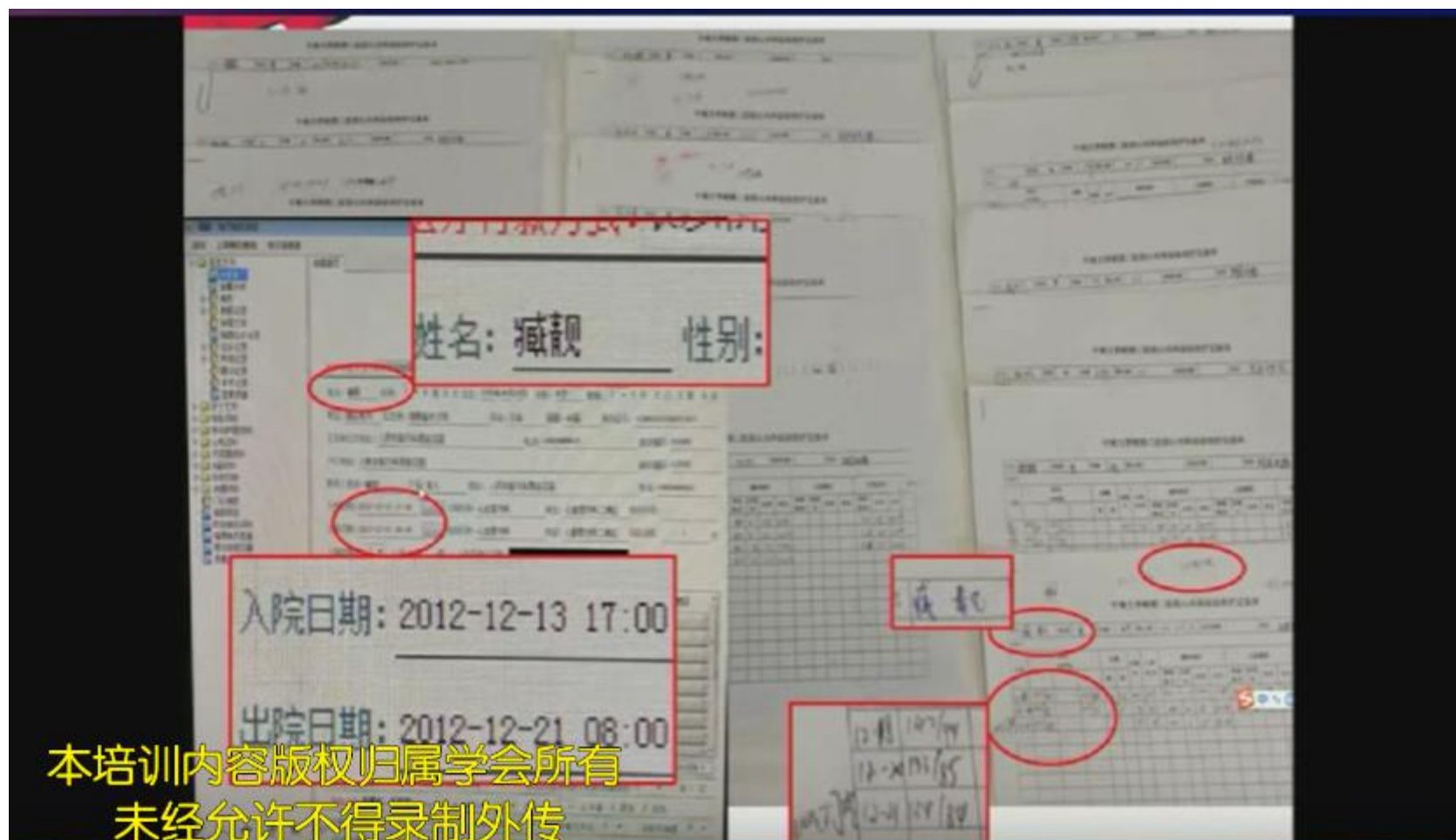
本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



做好原始记录
开展心脏康复工作
一年以上，才能申请

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传





50份原始病历记录

- 病志
- 心脏康复处方
- 心脏康复治疗记录单
- 出院记录
- 心脏康复数据提交到学会网站：中国心肺预防与康复注册平台 <http://www.cacpr.cn>, 点击医院注册，提交信息，工作人员1个工作日内核实，开通账号

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

一、心脏康复中心工作 经历

心脏康复中心开展时间
2012年 12 月 18 日

01

康复人数
47108人

02

(备注: 1、年限需要提供证明文件, 2、康复
人数为实际康复的原始数据)

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

二、康复场地及设备情况（主要是运动处方用到的设备）

- 1、场地名称、面积、照片
- 2、设备名称、数量、照片（备注：最好带患者）
- 3、柔韧训练设备名称、照片（备注：例如哑铃、弹力带）
- 4、阻抗运动设备名称、照片
- 5、运动康复过程中心电监护设备名称、照片

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

1、场地名称、面积、照片

(1)中南大学湘雅二医院心血管内科心脏康复亚专科有专门的心血管康复病区 (41+2)



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

(2)心内科心脏康复室70m²

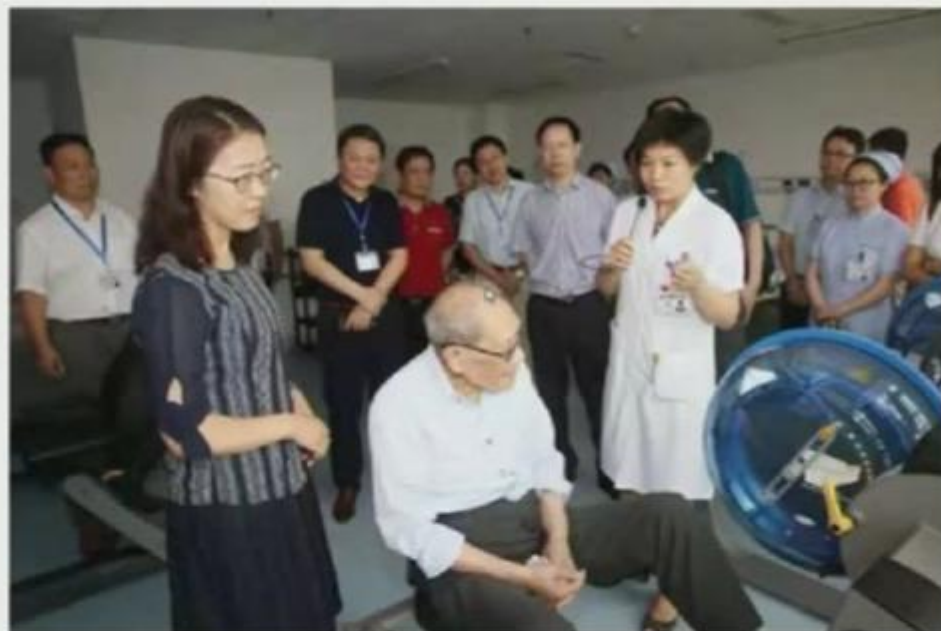


胡大一老师来湘雅二医院心脏康复中心
指导工作



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

长沙市三医院 迎接国家卫健委老龄健康司专项调研



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

(3)心肺运动、睡眠呼吸监测、双心检测室 (20m²)



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

三级医院必须有心肺运动仪

(4)心脏康复健康教育园地(68m²)



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



2、设备名称、数量、照片（备注：最好带患者）

（1）有氧运动设备（心脏康复非大康复）

- 手脚复合机
美国SPORTSART



医用平板跑台 2台
美国SPORTSART T652M

卧式健身车 2台
台湾TST3286

液阻手脚复合训练机 1台
澳大利亚 First Degree XT-E720



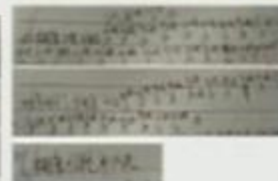
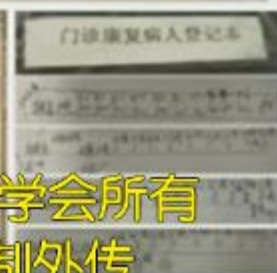
本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

设备配置清单

序号	名称	品牌/型号	单位	单价(元)
1	平板跑台	美国 SPORTSART T652M	台	87454
2	卧式健身车	美国 SPORTSART C531k	台	27740
3	液阻手脚复合训练机	澳大利亚 First Degree XT-E720	台	31974
4	卧式椭圆/台阶器	TST TST3286	台	14454
5	椭圆跑台	美国 SPORTSART XT-20	台	72854

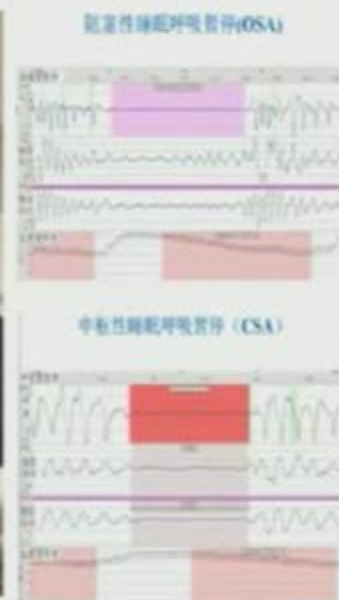
本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

(2) 体外反搏仪 重庆普斯康 2台



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

(3) 多导呼吸睡眠监测仪 北京怡和嘉业,
YH1000 2台



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

三、评估设备情况

设备名称、照片（备注：例如六分钟步行试验、心肺运动评估等，需要带患者的照片）



心肺运动试验



六分钟步行试验
二级医院需要六分钟步行设备

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

无创心功能监测仪 深圳千帆 1台



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

3、柔韧训练设备名称、照片（备注：例如哑铃、弹力带）



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

4、运动康复过程中心电监护设备名称、照片

美国伟伦医疗级运动康复远程心电监护设备



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

四、急救设备及药品情况

- 1、设备名称、数量、照片（备注：心脏除颤仪、心电机、
供氧设备、抢救车）
- 2、急救药品名称、数量



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



所有人员
接受正规
培训。
全国心脏
康复培训
基地进修
三个月



心脏康复
首先是医
生健康

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

6.12全国心脏康复中心认证现场复核



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

获批全国第二批心脏康复中心单位

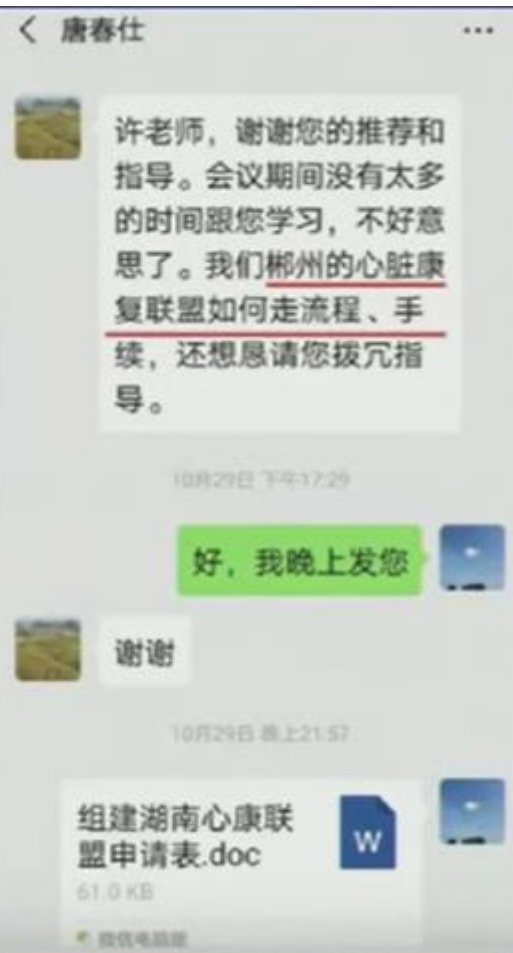
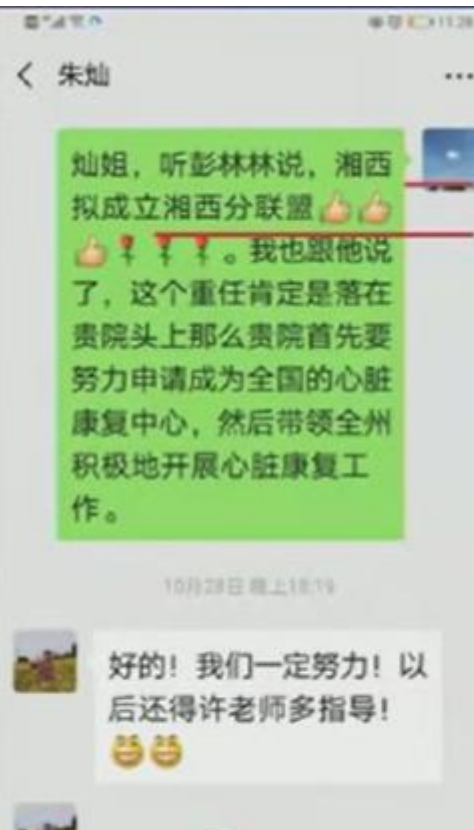


本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

第四步，成立心脏康复联盟

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



由点带面
网络式发展

已经申请到支架人生俱乐部的医院

- 湖南省人民医院
- 南华大学附属第一医院
- 江华瑶族自治县人民医院
- 株洲市二医院
- 长沙市中心医院
- 浏阳市人民医院
- 湖南医药学院第一附属医院
- 湖南省财贸医院



本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

正在申请全国心脏康复中心的医院

- 湖南省人民医院 董波教授
- 郴州市一医院 李韧教授
- 株洲市二医院 许轶教授
- 祁阳县中医院 万芳教授


11.22郑州答辩，2020年6月复审完毕，
明天第三批授牌

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

正在积极筹建的地市级心脏康复联盟

- 衡阳联盟 2019年11月
- 郴州联盟 2019年12月
- 永州联盟 2020
- 株洲联盟 2020
- 湘西联盟
- 副主委单位1-2年
- 常委单位 3-5年

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传



注意要点

- 强调原始病历记录
- 强调人员培训：心脏康复医师及治疗师至少在认证的全国心脏康复培训中心培训3个月并获得培训证
- 全院资源共享，全院齐心协力
- 心脏康复工作开展一年后才能申请，尽早开始，尽早运行，莫等新大楼，莫等某某医师
- 1期2期在心内科，后续在康复科

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

众所关心的问题

- 高大上的培训参加了不少，但仍然不知如何在心内科/老年科开展心脏康复工作

人员短缺，临床工作太忙，从宣教做起

没有相应场地、仪器、设备，一点一点积累

如何才能让机器用得好，全科动员，走出去

院长关心：心脏康复的经济效益，

心脏康复是纯收益，心脏康复是摇钱树
本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传

心脏康复使人年轻，心脏康复催人奋进



湖南省人民医院
95岁的老爷爷
在进行运动康复

本培训内容版权归属学会所有
未经允许不得录制外传