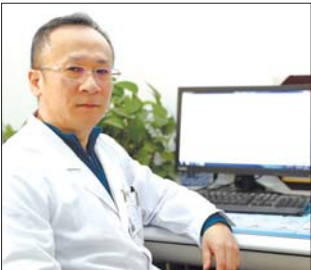




专家简介



徐强,烟台毓璜顶医院运动医学科主任,主任医师,硕士生导师。中华医学会运动医疗分会上肢运动创伤学组委员,中国医药教育协会肩肘运动医学专业委员会委员,山东省医学会运动医疗分会委员,山东省医师协会运动医学分会副主任委员,山东省健康管理学会运动与健康促进委员会副主任委员,山东省医学会骨科分会髋关节学组委员,山东省医学会骨科分会关节镜学组委员,山东省医师协会腔镜委员会关节镜分会常务委员,山东省研究型医院协会关节外科学分会常务委员,中国医药教育协会肩肘运动医学规范化培训山东中心副主任委员,烟台市医学会运动医疗分会主任委员。

主要研究方向为关节外科与运动医学,擅长膝关节病及运动损伤、各种原因导致肩痛疾病、股骨头坏死等疾病的诊治,尤其擅长关节镜微创操作技术及髌膝人工关节置换,已完成手术上千例,效果良好,同时运用加速康复外科理念,最大限度地提高了患者的生活质量。2002年在北医三院运动医学研究所学习,开始了运动医学领域工作,2018年在以色列EMEK医疗中心学习访问,获益良多。荣获多项烟台市科学技术进步奖,发表论文20余篇,论著3部

# 守护运动健康,打造特色康复模式

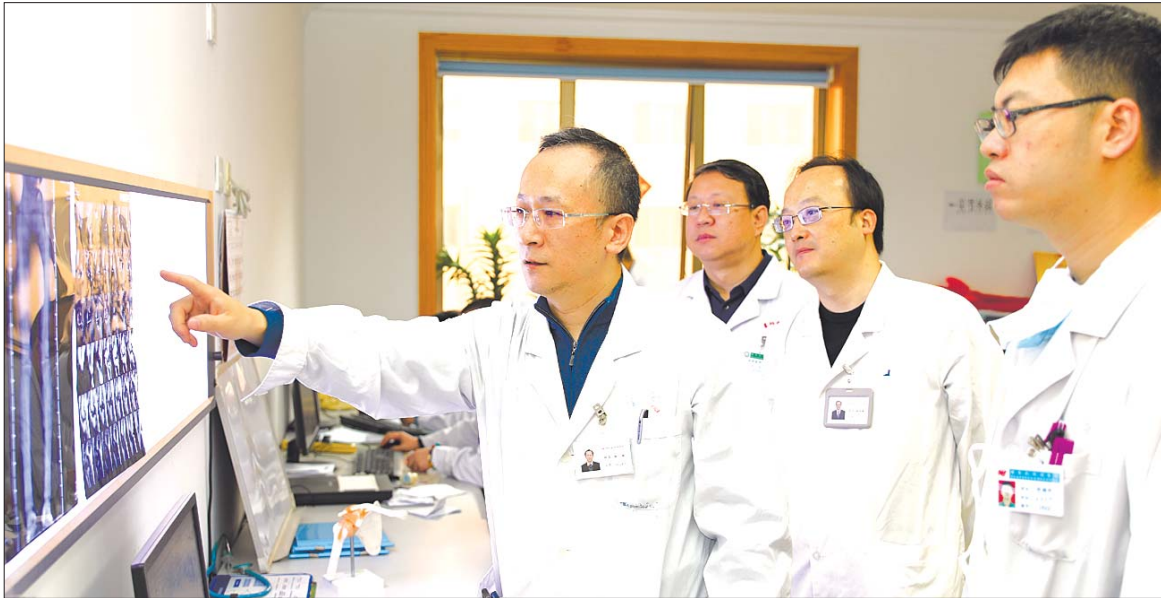
## 记烟台毓璜顶医院运动医学科主任徐强及团队

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 孙淑玉  
通讯员 李成修 李凌峰

没有选择是容易的,但如果心向往之,那就会无往不利。

从业多年,徐强常会想起毕业面临选择的时刻,毅然投入骨科怀抱的情景仿佛还历历在目。从最初凭着一腔热血入门,到深耕关节镜微创外科技术,再到专研运动康复,从术前、术中、术后多环节介入康复治疗全过程,打造“医生+康复师+患者”三者相结合的特色康复模式,烟台毓璜顶医院运动医学科主任徐强在精进技术的同时,也在不断拓展新的治疗理念和思路。

完善科室梯队建设,加强与兄弟科室的协作,未来在关节镜微创技术与关节置换之外,徐强希望能将运动医学的外沿拓宽,致力于为患者恢复最大运动功能与健康状态,以更科学的运动指导助力健康中国的发展。



### 不过分强调治愈,而是致力于恢复最大运动功能与健康状态

提到运动医学科,很多人都一头雾水。不仅患者和家属不明白,从事多年医学临床工作的徐强一开始也有点蒙。

在很多人的印象中,运动医学科医生就是“队医”,是专门为国家运动员、芭蕾舞团、京剧武生演员等特殊职业的运动人群提供服务的。的确,1959年1月我国第一个专门的运动医学研究所成立之初定位也是如此。

但随着改革开放的大潮到来,人们生活水平不断提升,越来越多的人开始投身到健身大军中来。运动医学科的研究和服务对象也从特殊职业人群拓展到普通市民,更优

质、精细的治疗方式和更好的康复理念得以“飞入寻常百姓家”。

那么哪些病属于运动医学科的治疗范畴?徐强主任进一步解释称,运动医学解决的最多问题还是市民在生活、运动中所遇到的四肢关节肿胀、疼痛和功能受限等相关疾病,以关节镜微创、关节置换等手术为基础,结合运动医学理念解决全身各大关节及附属机构的疾病和由于创伤引起疼痛、僵硬、无力等全身症状。但与普通骨科治疗理念不同,运动医学科不过分强调治愈,而是将大部分精力用于恢复最大运动功能和健康状态,在保功能和不影响生活、健康和提高生活质量的前提下,为患者省时省力省钱。

看似是在治疗方面更简单和便捷,但背后却需要大量的积累和信念支撑,还得能和患者说清楚、讲明白,不再“一刀切”的背后,挑战更大。“既需要对全身关节、骨骼的构造和功能有清晰的认识,也需要掌握一定的运动原理,才能事半功倍。”徐强说,理念变化的背后也给医生提出了更高的要求,以此为基础,他和团队不断学习国际国内最新的治疗理念和经验,以期为更多市民的运动健康保驾护航。



▲徐强(左)团队讨论患者病情。

▲徐强(左三)团队在查房。

### 全过程介入 打造“医生+康复师+患者”三方联动新康复模式

早期为竞技体育服务的运动医学科是为运动员伤病防护、治疗和康复的闭环模式,因而有机会介入到运动损伤康复的全过程。从特殊群体服务走向大众,徐强和他的团队也将运动医学科的“闭环管理”理念应用于康复治疗中,着力打造“医生+康复师+患者”三方联动的新模式。

在徐强看来,康复不应该单纯只是术后的补充环节,康复师只有了解前期手术模式和患者术前、术中和术后的整体情况才可能给出更精准的康复治疗方案。而专业的运动医学科医生不仅要保证手术的质量,术后康复过程中的问题追踪和适时指导也不可或缺。

2018年,徐强从以色列学习归来,以此为基础,日前,徐强及团队与高新区一家医联体分院合作,让康复师参

与到术前的手术评估,并及时跟进了解手术情况,结合术中肌腱的缝合位置、强度,随时调节康复的力度,给出个性化的康复治疗方

而对于有康复需求的患者,在术后3-4天达到出院条件后,会“无缝衔接”转入分院进行康复训练。针对康复过程中存在的问题,康复师会第一时间与手术医生取得联系,共同制定康复计划,并随时调整康复方案。

“这个模式是三方互相合作,监督和促进的产物,能起到1+1大于2的效果。”徐强称,患者在家康复往往因为疼痛难忍而中途放弃,丧失了最佳康复时机。目前条件下,专门的运动医学科康复师很少,无法满足患者的康复需求。医生参与、康复师运用专业知识为患者双重“保驾护航”的模式不失为一种有益尝试。

### 深耕关节镜微创技术,不惮做“第一个吃螃蟹的人”

时光倒流到26年前,本科毕业的徐强回到烟台,成为毓璜顶医院骨科团队中的一员。从选择到坚持,他没有片刻犹豫。说不出是哪儿好,但骨科对徐强有着强烈的吸引力。

如今,关节镜技术已经成为骨科和运动医学科中很重要的技术手段,几乎骨关节外科和运动医学科中95%以上的疾病都离不开它。但在徐强入行之初,关节镜技术还被称为“年轻人的玩具”,和骨折内固定、人工关节置换并称为“20世纪骨科领域的三大进展”。

因为喜欢所以钻研,徐强有幸成为弄潮的“年轻人”。1999年,烟台毓璜顶医院骨科作为全市最早引进当时最先进的关节镜、椎间盘镜的医院,同时配备了齐全的手术器械,并将这项技术最早用于肩关节的治疗方面。乘着医院发展的长风,徐强成了第一个“吃螃蟹的人”。先后到北医三院、积水潭医院等地学习,

2003年他完成了烟台市首例肩关节镜微创手术,此后他和团队不断精进技术,在关节镜的肩关节治疗方面取得了长足的进步。

徐强介绍说,很多人习惯性将肩部的疼痛统称为“肩周炎”并盲目通过刻苦爬墙和甩肩膀锻炼来调节,殊不知这样有时反而会加重病情,以手术取代锻炼,给患者最精准而高效的治疗是徐强和团队通力协作的结果。

以肩袖损伤为例,徐强介绍说,大部分病人是退变所致,是由于肩袖、滑囊反复受到损伤,组织水肿、出血、变性乃至肌腱断裂而引起症状,手术是唯一的治疗方式,但因其表现也是肩部疼痛,经常会被误诊为肩周炎。

通过关节镜可以对关节内的结构和受损情况进行全面观察,由此寻到肩部疼痛的“元凶”,再对症下药,徐强和团队帮很多患者解除病痛。帮助认识和辨别疾病只是关节镜的优势之一,关节

镜手术创伤小、风险小、疗效好、恢复快,省钱又减痛,是关节患者的首选。

从膝关节到肩关节再逐渐拓展到肘、腕、髌、踝等各个部位,关节镜微创术手术被徐强和团队用得越来越熟练,他们又将目标瞄准了更多领域。“关节镜微创手术只是手段,不是唯一的方式。”对于关功能丧失的关节,徐强和团队又钻研起了人工关节置换,并在髌关节和膝关节置换方面积累了大量的经验。

近年来,随着富含血小板血浆(PRP)的研究日益深入,因取材方便、制备简单及可吸收等特点,使其在各类组织缺损,尤其是骨软骨缺损修复方面拥有着广阔的应用前景。经过一系列研究,徐强和团队发现富含血小板血浆组织在半月板缝合、交叉韧带缝合和肩袖损伤及缓解疼痛,促进组织修复等方面作用明显,这一系列研究成果已逐渐应用到临床诊疗中。

### “玩游戏”也不忘练手 他还想走出去参与更多运动指导

医学发展到今天,早已经过了单兵作战的个人英雄主义时代,多学科协同作战才是更合适的发展模式。对徐强而言,不断精进个人技术才能带领团队走得更远,但这之外的团队梯队建设也必不可少。

在狭小的关节腔内游走,从医多年徐强练就了一手娴熟的缝合技艺,在肌腱、骨头间自如穿梭,看似帅气又拉风,但实则对术者是极大的挑战。每次缝合至少需要8-10根线,多年来徐强的强迫症始终没停过,术后总要反复回顾手术细节,多次复盘才能放心。

为了锻炼关节镜的操作娴熟度,在运动医学科一个“小游戏”是必考项目。在封闭的盒子内撒上豆子,从旁侧

开两个小孔,一个置入关节镜观察,从另一个用关节镜钳捡豆子是每个团队新人都要经历的考验,能快速找到并捞出豆子才算过关。这个游戏,徐强玩了很多年,即使现在有空他也会常拿来练手。和其他主任的严肃画风不同,徐强鼓励团队的年轻人休息时玩游戏,在他看来玩游戏能锻炼手眼协调能力,会反作用于手术的灵活开展。

当年因为喜欢,徐强义无反顾选择了骨科,而今迎着全民健身的热潮,徐强又带着团队挑战新的运动医学科,习惯了摸索和挑战,他们还想联合骨科、内科、康复科等走出自己的特色发展之路,未来不仅为市民的运动健康保驾护航,还能走出去为专业的运动团队保驾护航。