

# 脑瘫少年训练2年成水中蛟龙

## 15岁单毅恒摘得全国残疾人游泳锦标赛4枚奖牌

就在两年前,13岁的单毅恒还不能独立迈过松江体育场的铁门门槛,没人搀扶的话,他会摔跟斗。然而,15岁的单毅恒,已经成为松江体育场游泳馆中畅游碧波的水中蛟龙。在6月底的2017年全国残疾人游泳锦标赛上,上海代表团共获得5枚奖牌,他一人就独揽两银两铜4枚奖牌。两年时间,在这个脑瘫少年的身上,发生了什么奇迹?

### 脑瘫少年爬上高山

脑瘫,大多数人会顾名思义,以为是智力有问题,其实,脑瘫的全称为“大脑性瘫痪”,是因为脑发育不完全,脑损伤所致的运动功能障碍。脑瘫患者首先并不是智力残疾人,而是肢体残疾人,但有时也会伴有智力缺陷等问题。

正是因为脑瘫导致的智力问题,单毅恒只能在普通学校随班就读,再加上上肢僵硬内勾、下肢肌肉萎缩无力,过去很多年,他一直是在身体的剧烈晃动中向前迈步。幸运的是,单毅恒有个不服输的父亲:“我的儿子有什么不可以?即使抱,也要把他抱上山顶!”所以,连走路都不方便的他,爬上过天柱山,游览过从北戴河到三亚的大好河山。

### 康复训练发掘天赋

正是由于父亲的坚持,2015年,单毅恒参加了松江区残联与松江区体育局合作开展的“体育促进康复”项目。执教游泳40年的教练钱卫刚第一次见到单毅恒,并没想到,这个刚拿到二级残疾人证的孩子,语言能力评分65,运动能力评

分40,综合得分45,抬腿跨门都要摔跟头,竟然后来发生蜕变。

起初,钱卫刚为单毅恒掰手掌,指导他做引体向上、压双腿、走路等训练,只是单纯地出于康复目的,每周一次。通过大半年训练,单毅恒的上肢活动能力大幅提高。钱卫刚想:“既然体育促进康复的效果这么好,我们能不能做得更多?”

他开始让单毅恒接触泳池,最初,扶着他在浅水区慢慢行走,一年后,单毅恒已学会了4种游泳姿势。钱卫刚发现,单毅恒几乎是具有游泳天赋。你看他,水中如蛟龙,有不少孩子在池中训练时都会主动凑上去与他交流切磋,到了岸上,发现他的“真相”后都大吃一惊,少数甚至因为接受不了他摇摇摆摆的特殊模样而默默走开。从某种意义上说,一

池碧水似乎是为单毅恒准备的,是最适合他赢得人生的地方。

### “不可能”成为“可能”

2015年,刚接触游泳不足半年的时候,钱卫刚提议让单毅恒参加一次健全人的游泳比赛。毫无悬念,单毅恒落在最后一名。从池子里爬出来,单毅恒不太开心,单爸爸却十分感动,他记忆犹新:“现场观众全部都在为他呐喊加油,游到终点时掌声雷动。”他也鼓励儿子,毕竟他才学了半年,而且,对手都很强劲。单毅恒想了想,眼睛又亮了。

在那之后,单毅恒更加刻苦地做康复训练。今年再次参加同一项比赛,他获得了自由泳第五名和仰泳第三名,完成了战胜健全人这项“不可能的任务”。

今年4月,为迎战6月22日至26日的全国残疾人游泳锦标赛,单毅恒正式开始参加集训备战,每天的中午、晚上各训练一次。初出茅庐的小孩子集训两个月就想参加全国比赛,这在周围人看来简直不可思议。然而,一次次艰苦的训练之后,单毅恒又实现了一件“不可能的任务”,他为上海代表队贡献了全部5枚奖牌中的4枚!而且,在自由泳、蛙泳、仰泳、蝶泳4个项目全面开花,无一落空。

两年的游泳训练,让单毅恒找到了适合的“前进”方式,也让他收获了成长。两年前那个不爱说话的孩子,已经长大成为开朗热情、爱热闹的少年。在他的身上,人们看到了“体育促进康复”的意义和魅力。

通讯员 张小 本报记者 孙云

## 10年累计服务残疾人27万人次

### 上海首家公立康复医院将新增床位1000张

本报讯(记者 孙云)上海市首家公立康复医院上海市阳光康复中心迎来成立10周年之际,记者获悉,中心即将迎来扩建,“十三五”期间床位将从现有的300张增加至1000张,更好满足日益增长的工伤康复和残疾人康复需求。

10年前,为加快推进上海残疾康复事业发展,上海市残联牵头成立上海市阳光康复中心(上海市养志康复医院)。成立之初,“康复”对于许多人来说还是一个十分陌生的新名词,有不少脑梗患者因为不了解康复的意义和功能,错过了手术后马上开始康复的黄金恢复期,导致一些本可以恢复的肢体功能最终无法恢复,给自己和家庭都带来沉重负担。少数人则对“康复”存在误解,以为“康复”能让患者甚至已经残疾的患者“躺着进来,跑着出去”,由于期望值过高,导致康复效果不佳。还有一些工伤患者不了解康复相关政策,因为对康复费用等方面的顾虑,错过康复机会。

种种原因导致阳光康复中心成立之初入院患者并不多,但之后

随着媒体宣传和各级残联部门的介绍普及,特别是类似“上海好邻居王海滨”“被继母殴打头部致残的小中宝”等新闻人物来到阳光康复中心并取得明显的康复效果,再加上工伤康复补助等政策推行和阳光康复中心纳入医保结算体系,康复理念逐渐深入人心。如今,中心床位早已供不应求,10年来,入院总量达到66943人次,累计服务残疾人27万人次。

为更好服务市民需求,中心与同济大学牵手,建设同济大学附属康复医院,设立同济大学康复治疗学系,加大康复人才培养力度。同时,床位扩建也列入上海残疾人事业发展“十三五”规划,二期将新增1000张床位,在医疗康复、职业康复、社会康复、教育康复等领域,推动残疾人康复服务模式不断创新。



■ 残疾患者在成果汇报会上表演轮椅舞蹈《蜕变》

李铭坤 摄

## 上海市残疾人康复中心挂牌

本报讯(记者 孙云)上海市残疾人康复职业培训中心近日揭牌,成为复旦大学中国残疾问题研究中心研究实践基地。双方将结合高校理论研究优势和残联机构实践工作优势,推动残疾人康复理论研究和实践工作更好地发展。

复旦大学中国残疾问题研究中心是一家立足于我国残疾预防与残疾人事业发展的现状和特点,提出系列政策建议,解决重大的理论、政策和实践等问题,推动与残疾问题相关的教学科研工作的开展,为中国残疾问题治理提供决策支持的研究单位。

上海市残疾人康复职业培训中心成为中国残疾问题研究中心的第7家实践基地,将发挥双方各自优势,建立完善人才培养合作机制,共同打造公共卫生人才高地。同时,借助高校优势,为康复中心事业的发展建设、转型发展出谋划策并提供强大的智力、技术和人才支持,全面提升中心科研和学科建设的水平。

### 《残疾预防和残疾人康复条例》7月1日实施

## 上海《实施意见》即将配套出台

本报讯(记者 孙云)7月1日,《残疾预防和残疾人康复条例》(下文简称《条例》)正式实施,这是我国残疾人事业发展过程中的一件大事,将从制度层面推动我国残疾预防和残疾人康复事业持续健康发展。近日,上海的实施细则正在向市残工委各成员单位征求意见中,不久将会正式公布。今年初,《上海市残疾人康复服务“十三五”实施方案》也已正式公布。在两项纲领性政策的指导下,上海残疾人的残疾预防和康复服务预计将会在“十三五”期间实现长足发展。

### 首部综合性法规

《条例》颁布实施标志着我国残疾预防与残疾人康复工作进入法制化轨道,是残疾预防和残疾人康复工作最权威、最全面的一部法规性文件,也是我国关于残疾预防和残

疾人康复工作的第一部综合性法规。《条例》规定了残疾预防工作的基本原则,要求覆盖全人群和全生命周期,以社区和家庭为基础,坚持普遍预防和重点防控相结合;建立残疾人信息收集、共享制度,以解决残疾人信息不全、底数不清的问题;明确将残疾预防融入疾病防控、母婴保健、交通安全、生产安全等相关行业管理服务之中。

### 细化部门职责

为更好贯彻落实《条例》,上海市残联正在起草制定本市的《实施意见》。据市残联康复处负责人介绍,草拟中的《实施意见》将《条例》里提到的部门职责进一步细化,主要包括10个方面的内容:减少出生缺陷和发育障碍致残;控制传染性疾病;加强慢性病防治;加强精神疾病防治;严格安全生产监管;强化道

路交通安全管理;加强食品药品安全监管;加强饮用水和空气污染治理干预;增强防灾减灾能力;减少儿童意外伤害和老年人跌倒致残。

“十二五”以来,本市的残疾预防和残疾人康复工作发展迅猛,处于全国的前列。许多指标已经高于国家残疾预防行动计划中的部分指标,年康复服务量达到了47万人次,康复服务覆盖率达到了99.6%,因此,将更多体现上海特色和领先水平。

### 提升康复效能

在提升康复效能方面,《实施意见》草案提出,全市每个区至少有一所200张以上床位的康复专科医院,有需求的残疾人可以得到家庭医生优先签约服务,符合条件的重度残疾人将得到居家医疗护理服务,有需求的残疾人基本康复服务率达到98%以上,残疾人康复服务有效

率≥90%,有需求的残疾人辅助器具适配率超过90%。

### 实现“健康上海”

市残联相关人士也指出,由于老龄化、工业化、城镇化和疾病谱变化等因素的影响,超大型城市残疾预防的形势也存在复杂性和严峻性,残疾发生率居高不下。另外,生态环境、食品安全以及不良生活习惯等社会影响因素增多,残疾的风险也在加大。现有的康复服务方面仍无法满足残疾人日益增长的需求,例如上海的自闭症儿童康复补贴仅为北京的1/3。

未来几年,上海要将残疾预防和残疾人康复进一步融入本市建设健康上海和医疗体制改革的大局,推动“健康上海”战略目标加快实现,增强全社会残疾预防和康复的意识与能力。

## 温暖“星”夏令营举行

本报讯(记者 孙云)“爱在上海 温暖‘星’灵”2017年自闭症儿童夏令营上海站日前在嘉定区残疾人活动中心“阳光天地”内举行。全市30户自闭症儿童及其家属代表、志愿者代表等参加夏令营,学习生活技能,观看文艺演出,参观嘉定博物馆和上海汽车博物馆。

活动由中国残疾人福利基金会、上海市残疾人福利基金会主办,嘉定区安亭镇人民政府、嘉定区残疾人联合会共同承办。为支持夏令营更好举办,上海鼎定建设工程有限公司向中国残疾人福利基金会捐赠50万爱心款。