旬阳创新“互联网+居家康复”惠残模式，破解山区群众康复难——

让优质康复服务飞入寻常百姓家

记者 孙妙鸿 刘渊 通讯员 邹一铭



旬阳市中医医院康复科医师团队入户为患者张少怀（中）做健康查体及康复指导。（资料照片） 唐军 摄

10月13日清晨，晨光刚爬上屋檐，旬阳市吕河镇双井社区77岁村民张少怀已端坐堂屋，面前手机屏幕里，康复医师正做着示范动作。老人缓缓抬起右臂，儿媳秦治霞守在身旁轻声提醒：“爸，手腕再转一下。”这样的场景，在这户农家小院已持续近一年。一年前，张少怀连饭碗都端不稳，吃饭全靠家人一勺勺喂。

在旬阳，有不少像张少怀这样，在家进行专业康复的残疾群众。2022年8月，旬阳被国务院残工委办公室确定为全国残疾预防重点联系地区，成为西部唯一承担此项工作的县级市。以此为契机，当地残联推出“互联网+居家康复”云平台，以旬阳市中医医院专家团队为支撑，搭建线上平台，让山区群众足不出户享受专业康复。

瘫痪半年后，生活能自理了

2017年，张少怀脑卒中导致右侧身体近乎瘫痪，吃饭要人喂，穿衣要人帮。“一个好好的人突然就废了，非常痛苦。”张少怀说，还连累了孩子。双井社区距县城六公里路，家人每天送他去医院做理疗不方便，山区群众不间断康复理疗相对困难。

2025年初夏，转机来了。镇上的评残义诊队伍进了村，旬阳市中医医院康复科医师张静上门为张少怀查体评估，又掏出手机打开“三秦康”小程序：“老人家，以后在家就能做康复，我们给你定制康复方案，照着视频练。”

“我们起初半信半疑，医生的诚恳让我们决定试试。”秦治霞回忆说，在“三秦康”平台建立健康档案后，医生再次上门，带来量身定制的方案，把每个动作当面示范。

真正让她信服的，是后续无微不至的跟进。练了一周，她拍视频上传，第二天就收到医生回复：“抬臂有进步，但手腕外旋不够。”一次，公公练完说肩膀酸胀，她在平台发了消息，不到半小时医生就打来了视频电话，判断是发力点偏了，“光用肩膀使劲不对，要带着大臂一起动。”

就这样一天天坚持。半年后的一天晚上，老人第一次自己端起了饭碗，“我现在手脚灵活多了，生活完全能自理了。”老人笑得满脸褶子都舒展开来。

帮助张少怀进行康复训练的，是旬阳市创新推行的“互联网+居家康复”云平台。“旬阳村镇散落、山路绵长，脑卒中、肢体残疾群众长期面临进城康复远、陪护成本高、出院康复断档的难题。”旬阳市残疾人联合会理事长刘宗广介绍，旬阳打造的康复平台日常通过小程序推送任务、记录数据、在线答疑，医生每周1—2次视频随访，每三月一次上门查体，遇突发状况“随叫随到”。

脑卒中后发声难，如今能独自出门买菜

脑卒中的后遗症，不是行动不便那么简单。65岁的城关镇老城社区居民吴开铁，2025年1月突发脑卒中（脑梗死），造成言语功能障碍，“心里想得好好的，话到嘴边就是吐不出来。”吴开铁说起当时的感受。

老伴张金花记得，丈夫刚出院那阵子脾气暴躁得很，“想说啥说不清楚，急得直拍大腿。”

住院期间，医生介绍了“三秦康”平台。出院后，张金花帮老伴登录，发现平台上除了言语发声训练，还有一个“中医康复”板块，里面有一套针对言语障碍的穴位按摩课程。

张金花跟着课程第一次按廉泉穴，力道重了，吴开铁疼得一缩脖子。夫妻俩反复研究，终于摸准了位置和力度。慢慢地，吴开铁觉得舌根不那么僵硬了。两个多月后，他完整说出了“我想喝口水”五个字，张金花愣住，继而抱着老伴又笑又哭。

现在吴开铁可以和人无障碍交流，还能独自上街买菜了。老伴张金花感慨：“以前觉得中医神秘得很，没想到跟着视频一步步学，自己也能上手。在家里做，省钱省事。”

康复平台融合了中医理疗特色，针对脑卒中后遗症、肢体僵硬、言语障碍等推出专属中医康复课程，制定方案时搭配穴位按揉、经络拉伸等中医理疗项目，小程序上传由旬阳中医院医师实拍的推拿、艾灸等教学视频。医护人员定期上门核验手法、根据体质变化更新方案。

康复路上，不放弃任何一个患者

康复之路艰难又漫长，很多患者会因恢复缓慢而有挫败感，萌生放弃念头。

70岁的石门镇谌家院社区居民蒋昌富，因脑卒中遗留后遗症，右上肢肌力仅Ⅰ级，居家康复收效不佳。接入居家康复平台后，康复团队为他定制镜像疗法、意念运动训练组合强化方案。但是，初期训练进度极其缓慢，“练了跟没练一样，觉得自己就是个废人。”蒋昌富灰心了，不愿再打开手机训练。

负责对接的医师华茂新察觉他训练打卡中断，拨通了视频电话，耐心倾听他心里的失落。“我们不用和别人比，只跟昨天的自己比，今天胳膊比上周多抬一厘米，就是进步。”

接下来的半个小时，华茂新在视频里一个动作一个动作地带着他练，每完成一组就鼓励一句：“对，就是这样！”“比刚才抬高了！”

这番暖心疏导，点燃了蒋昌富的康复希望。随后的日子，华茂新隔两天就拨打视频电话问问情况，“患者需要的不仅是技术指导，更需要有人在他最难的时候陪着他、鼓励他，让他愿意主动康复运动。”华茂新说。

正是这份“不放弃”的陪伴，让蒋昌富咬牙坚持了下来。三个月后，右上肢肌力奇迹般恢复至Ⅲ级，能自己端杯子喝水了。

秦巴深山，像蒋昌富这样的康复故事，还在持续发生。“以前一杯水都要别人递到嘴边，现在我自己就能端、能夹菜、能打理自己，生活一下子有了盼头。”蒋昌富感慨道。

截至2026年10月，旬阳市“互联网+居家康复”平台覆盖21个镇，帮助343人进行康复训练，已有86人取得明显疗效。

一场微改革，暖了家门口的康复路

记者 孙妙鸿 刘渊 通讯员 邹一铭

残疾预防和康复，是健康中国建设的重要一环，也是防止因病致贫、因残返贫的关键防线。旬阳山大沟深，群众居住分散，脑卒中、肢体残疾群众长期面临“进城康复远、陪护成本高、出院康复断档”难题。2022年，旬阳被国务院残工委办公室确定为全国残疾预防重点联系地区，当地推出云平台，先后帮助343人训练，86人取得明显疗效。数字不大，却对应着一个个具体人生、一个个家庭的松绑。

破解山区康复难题，不能做“观赏性盆景”，要开出解忧纾困的实在良方。康复是一场不能中断的持久战，可长期往返县城，对普通农家是难以承受的负担，不少人因此半途而废，原本可恢复的机能慢慢退化，拖垮个人也拖累家庭。旬阳没有把试点做成“墙上的成果”，而是顺着群众的愁盼找路子：依托本地中医院专家搭起小程序平台，一人一档定制方案，线上推任务、随时答疑问，每周视频随访、每季度上门评估，把康复室直接搬到了群众家门口，一举解开了困扰多年的“老大难”。

云端平台的价值，不在于技术有多新潮，而在于把贴心的康复服务落到乡土之间。不少地方的“互联网+医疗”，往往停留在线上挂号、远程会诊的浅层次，很少啃康复这种“需要长期跟进、个性化服务”的硬骨头。旬阳实践的可贵，就在于把“建平台”做成了“服好务”：训练一周上传视频，次日就有专业纠错；发力不对引发酸胀，半小时内就接到视频指导；患者灰心中断打卡，医师主动疏导陪伴，一步步帮着重建信心；还融合中医特色，把穴位按摩、经络拉伸这些低成本方法拍成教学片，家属跟着就能学，真正做到了“省钱省事有效果”。那些打通关节的细节里，藏着“不放弃任何一个患者”的承诺，让小小的小程序，不再只是一串静止的程序指令。

从“人找服务”到“服务找人”，一字之差，折射的是治理理念的升级。这提醒我们，无论技术如何进步，医疗的温度永远不可缺席。我们同时也要看到，居家康复平台要发挥长久效益，不能仅靠一时热情。着力建立稳定的服务队伍，是持续供给的前提；打通多元保障渠道，是长效运转的支撑。依托卫健、残联统筹调配专业力量，盘活现有政策资源维系长期运转，依靠制度设计防止热度消退、服务断档。唯有如此，才能让这张“网”越织越密，让更多山区群众持续受益。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把维护人民健康摆在更加突出的位置，健康中国建设加快推进，人民健康水平持续提升。10月12日至13日，在全国卫生与健康大会上，习近平总书记再次强调：坚定不移走中国特色卫生与健康发展道路，确保“十五五”时期健康中国建设取得决定性进展。健康中国建设持续推进过程中，重点在基层，难点也在基层，但最难的不是新建资源，而是闲置资源怎么用、分散力量怎么合。民生资源的统筹，就像山里人拦起一道堰塘，不是新开一条河，而是把四散流淌的溪水拢到一处。共同富裕的底色，是不让任何一个困难群体掉队。我国现有8000多万残疾人，还有数量庞大的老年康复群体，多数生活在偏远农村，优质康复资源供给不足是普遍痛点。旬阳的探索极具启示意义：山区民生改善，不靠砸巨资、铺新项目，而是通过统筹卫健、残联、医院等现有力量，把分散闲置的专业资源盘活重组，用最小成本实现服务效能最大化。这种低成本、可落地、可持续的基层微改革，为秦巴山区同类县域破解康复难题提供了可复制样本，也印证了一个朴素道理：只要心里装着群众，就能从群众的需求里“长”出解决问题的好办法。

康复一人，幸福一家。让更多“张少怀”在家门口、在床头前、在屏幕里看见希望，让优质康复服务翻山越岭、抵达人心，这是健康中国的温暖刻度，也是以人民为中心的发展思想的生动注脚。

岚皋以村BA探索西部县域乡村振兴新路径——

一场篮球赛带火一座城

通讯员 邵欢

10月6日，历时78天的“南宫山杯”2026第四届陕西·岚皋村BA文体旅商农系列活动在岚皋县城关镇文体中心圆满收官。这场发源于秦巴深山的民间篮球赛事，今年吸引了来自13个国家、16个省份的133支球队参赛，累计完成270余场精彩对决。

不同于一般乡村篮球赛的一时热闹，岚皋县连续四年深耕“村BA”IP，没有把赛事做成昙花一现的“流量网红”，而是以极致的用心用情，把一项草根篮球赛打造成串联体育、文旅、农业、经贸的核心枢纽，为西部山区县域探索出了一条“以赛兴城、以赛富民”的特色发展新路径。

从“山间赛场”到“世界窗口”

今年的岚皋村BA最显著的突破，是彻底打破了地域边界，真正具备了“国际范儿”。赛事首次迎来20余名来自美国、西班牙的职业球员直接上场竞技，加上此前累计参与的18个国家近百名外籍球员，让秦巴小城的露天篮球场变成了中外民间体育交流的生动平台。

“这里热烈的篮球氛围令我十分惊喜，现场观众的欢呼呐喊让人倍感振奋，体验感太棒了。”西班牙HIPE巴塞罗那篮球队队员圣地亚哥·恩苏拉德尔走下赛场说道。赛事期间，主办方没有把外籍球员的行程局限在赛场之内，而是带着他们夜游岚河、登临南宫山，走进农家体验富硒茶采摘，品尝地道岚皋美食，让远道而来的客人亲身触摸秦巴山水的温度，把岚皋的名字带回了世界各地。

整场赛事线上线下累计观看量超3000万人次，全网曝光量突破85亿次，“地球村BA·岚皋有故事”的品牌口号传遍大江南北，让原本藏在深山鲜为人知的岚皋，凭借一场篮球赛，成为全国网友心中兼具热血与诗意的文旅新地标。

从“赛场流量”到“全域增量”

岚皋县办村BA，从来不是“为办赛而办赛”。78天的超长赛期里，全县同步配套开设农特产品集市、美食街区、非遗展示点，把赛场周边的每一寸空间都变成了助农增收的阵地。富硒魔芋、高山茶叶等本地特色农产品集中展销，线下销售额超500万元，线上直播带货销售额突破2.83亿元，大山里的“土货”顺着赛事流量走出秦巴、销往全国。

与此同时，赛事还直接带动全县酒店民宿入住率峰值突破93%，核心商圈营业额超2000万元，住宿餐饮行业营收超1500万元。不少民宿老板提前半个月就接到了跨省球迷的预订，一家人齐上阵打扫房间、准备特色农家菜，家门口的生意做得红红火火。不少原本只是路过岚皋的游客，因为村BA的热闹氛围选择多留一晚，“过境游”顺利转变成“过夜游”，票根经济的链条被彻底激活，让每一份赛事流量都转化为群众实实在在的收入。

从“一时热闹”到“长期动能”

岚皋连续四年举办村BA，最难能可贵的是始终保持着一份不骄不躁的深耕心态。从最初的简易露天水泥场，到如今功能完善的智能化专业篮球馆，当地的办赛条件一年比一年成熟，但“全民参与”的内核始终没有变。今年的赛事除了高水平的竞技对决，各景区还配套推出群众趣味赛、露天音乐派对、百姓大舞台等一系列全民参与活动，形成了“白天登山逛集市、夜晚观赛看演出”的全天候游玩体验。

“岚皋太好了，来了一次就想来第二次。这里的人们很幸福，每天晚上都有不同的惊喜，每一场比赛都能带来新的体会和收获，赛事组织得特别好。”来自新疆乌鲁木齐的游客贺茂林，看完决赛后发出这样的感慨，这也是无数远道而来的观众共同的感受。

岚皋没有把村BA当成一场打完就结束的短期活动，而是把它当成串联全县生态资源、乡土文化、特色农业、文旅消费的核心纽带，用一场篮球赛把全县的产业资源、群众心气、对外人气全部凝聚起来。当赛场的灯光渐渐熄灭，留下的不只是一段热闹的回忆，更是持续优化的营商环境、持续升温的文旅人气、持续向好的产业态势，让扎根乡土的篮球赛事，成为秦巴山区推进乡村全面振兴源源不断的动力。

苏陕协作“组团式”帮扶赋能，紫阳职教中心获全省中职教学成果奖特等奖——

茶乡职教结硕果

通讯员 柯增伟

日前，陕西省第五届中等职业教育教学成果奖评审结果公布，紫阳县职业教育中心《“双变四培”智新工程——政行校企共生共育新农匠育人模式创新与实践》荣获特等奖。本届全省中职教学成果奖共评出39项获奖成果，特等奖仅5项。作为秦巴山区县域中职学校，紫阳职教中心首次参评便斩获最高奖项，实现历史性突破。

这项成果由紫阳县职业教育中心牵头，联合陕西职业技术学院、紫阳县三生科技网络有限公司、中国茶叶紫阳分公司共同完成，王琳担任成果主持人，龙珊、阳围涓等团队成员共同开展研究与实践。

“双变四培”即：学生变产业中坚、企业变产业沃土；培才以育新、培企以沃土、培匠以精艺、培业以兴邦。

立足紫阳富硒茶这一县域支柱产业，学校打破教室围墙，把课堂搬进茶园、把车间变成实训室，推动茶企从单纯的用工单位转变为协同育人主体，探索出扎根山区的新农匠培育路径。

亮眼成果的背后，离不开苏陕协作教育人才“组团式”帮扶的持续赋能。2025年8月，常州援派安康教育人才“组团式”帮扶团团长杨昕带领团队进驻紫阳职教中心并担任校长。苏陕两地教师并肩作战，重构课程体系、修订人才培养方案、打磨教学资源。通过青蓝结对、跟岗研修、跨区域送教，构建“请进来、走出去”培养机制，推动本土教师从“跟着干”成长为“自己干”。青年教师夏佩璇就在帮扶团队指导下，拿下陕西省中职思政教师教学能力大练兵省级特等奖。“王琳教师工作站”“紫阳县劳模工匠学院”先后落地并发挥作用，成为紫阳职教培育本土师资、传承制茶技艺、服务茶产业人才的实体阵地。一支懂茶叶、懂教学、懂产业的本土师资队伍扎根秦巴山区，成为一支“带不走”的帮扶力量。

2018年到2025年，紫阳县茶产业技能人才从400余人增长至4000余人，技能持证率从不足15%提升到75%；合作茶企从3家拓展至21家；全县茶叶产值由17亿元增长到35.5亿元。学生刘大存斩获全国职业院校技能大赛手工制茶三等奖，毕业后留在本地龙头茶企担任技术主管，成为返乡兴茶的青年骨干。

“短期输血是手段，造血才是根本。”杨昕表示，跨越千里的苏陕协作，带来的不只是师资支援，更是教育理念、育人机制的落地生根。政、行、校、企四方协同，茶园、车间、直播间皆是课堂，这正是苏陕协作从“送资源”向“建机制”转变的生动实践。