

红色景观治疗在特勤疗养中的实践

黄华东

【摘要】 随着疗养康复医学的发展,庐山已逐渐形成了以疗养康复为中心的疗养地。红色景观治疗是我院近年来开创的疗养方法,对促进特勤疗养员的身心健康,保护和提升特勤人员的战斗力起着重要作用。文章通过组织红色景观治疗,建立红色文化疗养模式,分析其对特勤疗养员的疗养效果。红色景观治疗后,特勤疗养员精神振奋,乐观向上,身心舒适,积极参加体能及生理、心理训练,促进了身心疾病的康复。红色文化疗养模式有利于特勤疗养员调节心理平衡,预防疾病,增强体质,促进健康,提高训练积极性,提升军事作业能力。

【关键词】 红色文化;景观治疗;特勤疗养;疗养模式

【中图分类号】 R197 **【文献标志码】** A **【文章编号】** 1672-271X(2018)06-0671-02

【DOI】 10.3969/j.issn.1672-271X.2018.06.028

0 引言

庐山是驰名中外的国家重点风景名胜区,是世界文化遗产、世界地质公园,是我国著名的疗养避暑圣地,被我国著名国学大师季羡林先生称为“人文圣山”。这里气候宜人,风景秀丽,植被茂密,空气清新,富含负氧离子。庐山不仅有着独特的地质地貌景观和人文景观,还有着我国重要的红色旅游资源,近现代许多重大历史事件都在庐山留下了深刻烙印。庐山疗养院位于庐山风景区东谷,红色景观治疗是我院近年来开创的疗养方法,对促进特勤疗养员的身心健康,保护和提升特勤人员的战斗力起着重要作用。

1 红色景观治疗实践

1.1 精心选择红色景观 景观治疗的景观选择对疗养效果至关重要^[1]。要理性科学的评估好红色景观治疗的作用。我院安排的上述红色景观全部位于庐山核心景区内,主体为各式建筑,建筑或是西式建筑文化的具体体现,或是别具一格融东西方建筑艺术于一体的典范;建筑墙体多为由不规则、未打磨的粗石块砌筑,呈现出质感强烈却又朴实厚重、色调沉着的美感。屋顶或红,或绿,或蓝,其色彩与墙体的质朴形成了鲜明的对比,给人以独特而

又动人的犹如置于油画般的景色。这些景观的形象具有直观的物态性、四维的时空性、全面的通感性,对大脑皮质和心理状态有良好的调节作用^[2]。在庐山独特的地理环境中,建筑艺术与幽静、秀丽环境的完美结合,形象地融入时代文化特征,植入了近百年来中国人民从救亡到富强的历史与时代主题,反映了中国人民在探索民族复兴道路中不畏艰险,敢于胜利的坚定信念。

1.2 严密组织景观游览 合理安排景观治疗工作流程是提高疗养护理工作质量的重要措施之一^[3]。一是做好游览宣传。我们制作了红色景观的图文介绍片,特勤人员入院后在休息大厅内循环播放,通过这些多媒体向养员介绍这些景观的建筑特点、发生的历史事件及表现出来的精神内涵。组织游览前,责任医师、护士向每名疗养员详细介绍景观游览对身心健康的有益作用,说明游览以步行为交通方式以及游览过程中的安排,取得疗养员的充分理解与配合。二是科学安排游览过程。往返全程约为 5 公里,有坡道、平缓道路及观光栈道,我们采用步行的交通方式作为体能训练的辅助手段,在平缓道路,我们组织人员采用健走的方式,在返营途中,组织疗养员在行进中唱军歌。选好配强带队人员及讲解员,熟知庐山的气候特点、地质状况、人文景观、历史地位等,在介绍景观时能时而娓娓道来、妙趣横生,时而慷慨激昂、声情并茂,将发生在庐山的可歌可泣、感天动地的历史事件溶入秀丽的风景中,引人入胜,激发了疗养兴趣,丰富了疗养生活。三是巩固疗养效果。红色景观治疗结束后,组织

疗养员进行座谈,回忆参观情景,了解他们的参观感受,讨论景观治疗作用,听取改进意见及建议。

1.3 客观评价治疗效果 通过问卷调查、心理测评等方式可客观评价景观治疗的效果。每次组织红色景观游览后,向每名疗养员发放自行设计的问卷调查表,问卷内容包括景观选择的合理性、景观对个体的感受性、游览安排的满意度、体能分配的耐受度、治疗后身心变化等方面。我们将心理测评也纳入了疗养效果评价,通过将入院后 24h 内的心理测评情况与红色景观治疗后 24h 内的心理测评情况进行对比,以判断疗养员通过景观治疗后心理状况的变化。

2 红色景观治疗作用

2.1 深化了疗养内涵 疗养事业对文化作用的需求越来越明显,疗养院的建设发展需要文化动力,疗养技术的开发需要文化支撑,疗养特色品牌的创建需要文化的直接参与^[4]。红色文化是优秀的中华优秀传统文化,有着“爱国奉献、坚守信念、奋斗牺牲、开拓创新、团结守纪、不畏强敌”等丰富多彩的内涵,这些内涵既是中华精神、中华文化的历史传承,又有革命性与创造性的与时俱进。特勤疗养员在欣赏着庐山秀丽的自然风光与领略庐山深厚的历史、人文的同时,接受着红色文化对心灵的洗礼,进一步激发红色基因的主流意识形态底蕴、时代价值与理想信念,使其振奋精神,心情愉悦,从而提升了康复保健疗养的品质。

2.2 丰富了疗养模式 文化是民族的血脉,是人民的精神家园。在实现中化民族伟大复兴的社会主义文化大繁荣时代,疗养院应构建与自身建设发展相适应的疗养文化,开展文化疗养,促进疗养人员的身心健康^[5]。文化疗养是利用人类社会这些宝贵的物质财富和精神财富来提供形式多样、丰富多彩的疗养活动,进而提高人类本身健康水平的一种疗养模式^[6]。一直以来,我们注重挖掘庐山丰富而优秀的人文文化,通过文化疗养因子直接或间接地丰富疗养员的精神世界,培养对世界、民族和社会、对人生的理性认识,从而大大增强其精神力量^[7]。近年来,我们利用庐山的红色旅游资源、万国别墅群打造红色文化疗养模式,在景观治疗过程中安排了健走、歌唱等活动。通过有规律的健走计划,普及科学的健走知识和方法,以运动干预的方式促进身心健康。在行进中唱歌可以缓解他们的紧张情绪,减轻压力。

2.3 优化了疗养路径 在疗养院的管理中创立疗养路径是引进临床路径的概念而为疗养院探索一

种全新的现代化管理模式^[8]。我们因地制宜,在红色景观治疗实施过程中优化了疗养路径,使整个景观疗养过程规范化、精细化。我们根据疗养员的身体健康状况、心理需求及医师开出的运动处方合理分好组,有针对性的选择景观游览路径。精细安排游览过程中的车辆保障、医疗保障、景观讲解,合理穿插健走小竞赛及唱响军歌等文体活动,促进疗养员之间的互动,活跃气氛,有效促进了疗养员的身心愉悦。红色景观治疗后,营养科根据游览中的运动情况对疗养员进行了膳食营养指导,特勤疗科以组织座谈、发放调查表的方式评估治疗效果。

2.4 提高了疗养质量 通过组织特勤疗养员实地参观,现场解说,了解历史,有助于进一步帮助他们了解历史,坚定中国军人的理想信念及革命精神,进一步激发改革强军的责任感与使命感,以高昂的斗志投入疗养阶段的康复、体能、生理及心理训练。通过景观治疗结束后的座谈等互动,让庐山的红色文化得以进一步对疗养员的思想和灵魂进行多方面的熏陶,使他们增加了阅历,振奋精神,放松身心,提高了疗养效果。在疗养效果评价中发现,疗养员普遍反应精神振奋,身心舒畅,悲观、急躁、抑郁、焦虑等不良情绪明显改善,在游览中互相能充分交流,使他们迅速走出因特殊职业和特殊工作环境中形成的压力大、敌对等心理问题^[9],睡眠状况、食欲明显好转,进一步提高了身心健康水平。

[参考文献]

- [1] 齐艾江,李 静.军队疗养院景观治疗初探[J].解放军医院管理杂志,2015,22(10):914-931.
- [2] 刘长清,李晓萍.庐山疗养地自然疗养因子综合分析与应用[J].中国疗养医学,2010,19(10):865-866.
- [3] 王 希,成彩霞.浅谈疗养院景观治疗工作的流程及实践[J].中国疗养医学,2012,21(4):318-319.
- [4] 杨艳萍,蒋莉莉.特勤文化疗养的实践与探索[J].解放军医院管理杂志,2009,16(7):677-679.
- [5] 董茂生.新时期应发挥景观疗养的新作用[J].中国疗养医学,2017,26(8):785-788.
- [6] 王 俊.两种新疗养模式的探索[J].中华保健医学杂志,2010,12(3):221-222.
- [7] 刘长清.庐山文化疗养因子的作用和运用[J].东南国防医药,2009,11(5):448-449.
- [8] 王 俊,李 丽,龚晓燕,等.疗养路径初探[J].东南国防医药,2010,12(1):75-76.
- [9] 贡学芳.特勤人员心理健康状况调查[J].中国疗养医学,2009,18(3):283-284.

(收稿日期:2018-04-16; 修回日期:2018-06-25)

(责任编辑:刘玉巧)