

学在盛夏时

2021 级康复物理治疗学 本科生

“力尽不知热，但惜夏日长。”不知不觉间，自 2023 年 5 月起至 2023 年 8 月，为期三个月的访学时光已经悄然结束。在此盛夏时节，我有幸能够在上海中医药大学康复医学院的组织下，远赴美国宾夕法尼亚州匹兹堡市的杜肯大学进行访学活动。通过此次访学活动，我在加深巩固专业知识的同时，也深刻感受到多元文化相互碰撞的魅力，拓宽了国际视野。

邂逅杜肯

怀揣着对访学的无限热情，我们一行 17 人在 5 月 20 日到达了美国宾夕法尼亚州匹兹堡市，正式开启了与杜肯大学的故事。

美国杜肯大学是位于美国东海岸匹兹堡市中心地带的一所私立天主教大学，是一所文理学院兼有的综合性大学，经过一百多年的发展，已经成为了名列全美前三名的天主教大学之一。在初步认识了学校后，我们为为期三个月的访学生活拉开了帷幕。

夯实根基，赋能蓄力

对于康复领域而言，理论知识就如同房屋的地基，理论知识若不够扎实，就如同房屋失去了稳固的地基，更不用谈临床实践、学术研究等上层建筑的搭建了。因此，此次去美国杜肯访学，学校牢牢抓住了对理论知识的授予，帮助同学们夯实根基，为临床实践与学术深造赋能蓄力。

在杜肯进行的三个月的理论课堂，主要包括了“Special topic in rehabilitation”、“Foundations of Exercise Prescription”以及“Intro to Neuro Physiology and Rehab”三大课程。三门课程的教学为同学们提供了一个优质的提升平台，其教学内容较基础知识而言有所深入，但不至于晦涩难懂，让同学们在拥有一定康复基础的情况下，较为轻松愉快地完成专业领域的深入探究。

在“Special topic in rehabilitation”的课堂上，杜肯大学邀请了 pt、ot、st 三个专业的老师进行不同模块的授课教学，让同学们在巩固自己专业知识的同时，对康复大模块有更广泛的认知。在“Foundations of Exercise Prescription”课堂上，教授通过瑜伽等吸引学生兴趣，一步步深入讲解运动处方的重要作用。而“Intro to Neuro Physiology and Rehab”的教授则从最

为基本的神经解剖入手，以学生提问教授解答为主要教学手法，为同学们细致了解神经康复打下坚实的基础，同时帮助学生们挖掘了自己热爱的领域。

知行合一，笃行不怠

身为康复治疗师的预备役，我们在扎牢基础理论的同时，还要为将来从事的临床工作积累经验。俗话说“实践是检验真理的唯一标准”，在本次的访学过程中，学校注重对学生实践培养，着重培养学生的动手能力，帮助学生做到知行合一，贯彻笃行不怠精神。三个月时间里，我们的课堂除了理论知识的传授，教授们还经常带领我们通过实践检验所学知识。例如，某次“Special topic in rehabilitation”的课堂中，特邀 ot 教授在给我们讲解假肢与矫形器的课堂上，为了让我们更好地明白其作用原理与制作过程，她让我们两人一组，每个人都为自己的组员设计并制作了一个独属于对方的手部矫形器，在了解了矫形器的制作工艺与原理的同时，深刻感受到了个性化康复的必要性与重要性。

另外，“Foundations of Exercise Prescription”的期末考试更是提高了我们的自我反思与实践能力。通过完成教授设置的期末考试，我们真实地使用了各个量表以帮助我们正确评定测试对象的功能正常度，比起纯理论的学习，能够更加细致地理解各个量表的细节要求。在完成评估后，我们根据测试对象的个人功能特征，为其制定个性化运动处方。在制定运动处方的过程中，我们避免了死记硬背的填压式学习，通过课程实践活动以及与教授的深度交流，深刻理解了各类运动康复的原理与适用方向，为将来临床实践做准备。

不忘初心，扬帆起航

正所谓医者仁心，身为康复物理治疗师首要的便是热爱。为了让同学们对临床工作有更深刻的见解，杜肯大学的教授们为同学们安排了多次临床参观与见习活动，帮助同学们认识康复，热爱康复；不忘初心，扬帆起航。

最令我难忘的便是某次私人诊所的参观。步入私人诊所的第一感官便是干净、安宁，与其说它是一个诊所，不如说它的氛围更像一个疗养院：依山而建的私人诊所，康复室内明亮的落地窗，康复治疗师们细致入微的关怀与问候，都带给来访者极致温暖的感受。我们跟随教授接待了一个又一个康复病人，切身体会了问诊、制定康复计划等理论知识在临床上的运用。我们见到了刚开始做康复、功能障碍严重的患者；也见到了康复许久、功能活动得到显著改善的患者，在参观与见习过程中，我们不免惊叹于康复在每一条生命中的不可或缺性，更为加深了对

这个领域的热爱。

学在盛夏时，随着夏末秋初，三个月的访学时间一晃而过，不可否认，这三个月可以说是我 20 岁中最为沸腾灿烂的一段时光也不为过。在这三个月的时间里，我接触到了康复领域顶尖的教授，巩固了基础知识的同时，拓宽了视野，增长了见识，感受到了中美文化的交融。非常感谢上海中医药大学康复医学院与美国杜肯大学给予的这次访学机会，它终将成为我人生道路中绚烂的一笔，并为我未来的职业道路指明了方向。