



## 作業治療，助您回家

顧華麗 張曉俊 中國人民解放軍總醫院

作業治療，以生活為導向，始於生活，忠於生活，最終歸於生活。每位患者來到作業治療室的那一刻，他們心裏始終盼望著有一天自己能夠恢復到正常人的生活，呼吸著新鮮的空氣，仰望著藍天與白雲，有家人的陪伴，一起過著幸福快樂的生活。這是他們內心最深刻的獨白，也是他們能夠一步步堅持在康復的道路上，永不放棄，執著前進的信念。作為作業治療師，更加明白他們這一路的努力與艱辛。在康復醫學中心主任賈子善教授的高度重視下，在技師長肖紅雨主任的帶領下，我們開展了一系列以生活為導向的活動，不僅讓患者感受到生活的氣息，重拾生活的信心。也充分體現了重建生活為本與三元合一的理念。

2018年10月24日，全體治療師和患者在作業治療室裏共同參與了一場以球類作業為主題的遊戲活動。旨在將作業訓練與日常娛樂活動有機融合在一起，在改善患者上肢功能以及ADL能力的基礎上，激發患者上下肢一體化模式，為今後治療師進行作業訓練提供指導性的經驗。並將三元合一理念合理運用在日常作業訓練中。

本次活動分為三個環節，第一個環

節是“拍球接力”，在此遊戲中，我們選擇的是上肢有一定主動運動能力，手功能能





夠達Brunnstrom 二三期及以上的患者。患者可以選擇健手拍球或患手拍球。

此活動可以達到訓練患者上肢肩關節、肘關節和腕關節的協調運動，增強患者日常生活活動能力的目的。同時，出於遊戲要求，患者需要有一定的站立和走路的能力，這就充分訓練了患者上下肢的共同協調運動，優化上下肢一體化模式，與此同時，促進四肢平衡，有效恢復與生活有關的功能障礙，使他們能夠正常參與社會活動，回歸家庭。在過程中我們深刻感受到了他們對生活的渴望與期盼。



第二個環節是“你拋我接”，此遊戲在於訓練患者之間的配合，能夠有效促進患者在社會交往活動中的能力以及與他人配合活動的能力。同時，還可以促進患者之間的團結合作，對於後續的治療起到非常良好的補充促進作用。以及對於在作業治療中構建三元合一理念提供了有效的實踐經驗。



第三個環節是“眾圍傳球”，在此遊戲中，針對上肢的肩肘腕關節以及手指的抓握能力進行訓練。能夠在傳遞排球的過程中觀察到互相恢復情況，有助於患者之間進行病情的交流，激發恢復較差的患者對自身的康復欲望，起到有效的帶動作用。在活動過程中，孟叔說：“我的才藝表演是想講三句話，感謝中國人民解放軍總醫院，感謝醫院的領導，感謝醫院的治療師。”這段話深深印在每一個人心中，我們永遠記得這樣一位軍人的康復感言。感動永遠沒有間歇，一位患者在自己康復之路摸索出了適合自己的方法，為我們表演了輪椅絕技，現場頓時掌聲四起。我相信，只要永遠保持一顆火熱的心，那我們就可以重燃生活之火。



每次精心的準備，都是從患者的功能障礙程度出發，激發他們的生活熱情。為了更好地回應“以重建生活為本”以及“三元合一”理念，我們作業治療室還舉行過



其他活動，比如，以“生活能力重建”為中心的包粽子、包餃子、水果拼盤以及種植  
多肉活動。



根據每個患者功能障礙的不同，在遊戲中，有的患者可以單獨完成所有步驟，有的  
患者就幫忙托著盤子，挑水果，擇菜葉等等。





有的患者可以在治療師和家屬的幫助下完成更加高難度的任務。

以“生活方式的重建”為中心的娛樂共聚活動。我們舉辦了中秋茶話會。在月圓的金秋時節，讓一些還未及時與家人團聚的患者提前感受到暖暖的中秋之意。



燦爛光輝的 2018 年即將向我們告別，充滿希望與挑戰的 2019 年正微笑著向我們邁進。在耶誕節和新年雙節之際，2018 年 12 月 25 日下午四點，康復醫學中心全體康復治療師在主任賈子善教授和技師長肖紅雨主任的帶領下舉辦的“醫患同慶，康復同行”聯歡會在運動治療室順利舉行。



活動開始由主任賈子善教授回顧過去一年康復科的收穫與成果，展望新的一年康復科的美好藍圖，並借此雙節將至之際，為大家送上暖暖的祝福。



圣诞快乐



自此活動正式開始，絢麗多彩的開場舞、溫馨深情的詩朗誦、歡笑陣陣的雙簧小品、柔情舞動的手語舞蹈等活動將聯歡會的氣氛發揮到了極致，大家在熱熱鬧鬧、開開心心的歡笑聲中度過了一個美好的新年。技師長肖紅雨主任的深情祝福，也給我們留下了暖暖的記憶。





在活動中，我們看到了的患者的進步與自信，看到了他們久違的笑臉。患者們的表現也帶給我們不斷的驚喜與感動，同時進一步加深了患者與患者之間、患者與家屬之間、患者與治療師之間的情感，也更加堅定了我們在康復路上前進的決心與動力。醫患團結一家親，攜手共進戰病魔。新年伊始，方興未艾，讓我們繼續發揚綠葉精神，齊心協力，與康復同行！



我們都知道，不同病人的病變部位與程度不同，恢復程度以及配合程度都各異，這每一步的問題，都深深影響著我們治療師能夠給予患者多少程度的幫助。我們希望舉辦的活動在內容上能夠起到幫助病人恢復功能障礙的作用，主題上能夠使病人覺得有趣生動，積極參與，宗旨上能夠符合我們作業治療以生活為導向，注重重建生活能



力的功能性訓練，意義上能夠給予治療師以啟示，啟發未來的治療師更好地借鑒先前的經驗為患者服務，行動上能夠促進患者與治療師之間的醫患關係良好發展，有利於患者配合治療師，共同進步。

活動並不是真正的目的，我們的最終目的，是希望每一位患者能夠恢復日常生活能力，用正確而積極的心態面對生活，完成我們對生活意志的重建。



有這樣一個人，她的康復意志一直感動著我們。一位 30 歲的腦癱患者。剛到作業治療室的前幾天，她一直都是鬱鬱寡歡、悶悶不樂的狀態，除了自己的治療師以外，她不理任何人，治療了一段時間之後，她慢慢地開始學著說話，漸漸開朗起來。因為自小發病，她幾乎是不識字的狀態，卻為我們完整地唱出了一首原本很複雜的歌曲。當時在場的每一個人都感動地落下





了眼淚，肖主任當時熱淚盈眶，久久未能釋懷。她的意志令我們每一個人敬佩，直到現在，不管颶風下雨，她都一如既往地來到作業治療室，她說過：因為在這裏過得很快樂。

我深切感受到作業治療不僅僅是針對患者功能做出康復訓練，更要學會與患者溝通交流，達到重建生活意志，重建生活方式，重建生活能力的三元合一。

雖然我們的活動形式相對簡單，但帶給我們的驚喜與感動卻接連不斷。平時身體情況處於穩定期的患者，都可以去病房附近散步。在他們臉上，我們看到的是幸福與自信，他們敞開了因疾病而緊閉的心靈之窗，與我們一起重新沐浴溫暖的陽光。這是患者與家屬的積極配合與支持的結果，鼓勵著我們有更多的動力和信心，在康復的道路上與患者一起並肩作戰、攜手前行，永不言棄。作業治療，助您回家。

