

最 OT 的踇外翻矫形器

中山大学第一附属医院康复科 陈少贞

黄阿姨有一双大脚，39 码的鞋有时勉强能塞得进去，只要是逛街，鞋店是必看的，生怕走宝啊，万一有合脚的呢！可是最近黄阿姨有点泄气，怎么回事呢？双脚踇外翻，第二足趾严重变形上翘，挤在鞋子里哪里都不得劲，稍稍走一走路，脚就痛得不行，哪有心思逛街呢？！

“矫形啊！”我赶紧跟她推销我们的专业。“我倒是上网查了资料，有个网站介绍踇外翻的保守治疗方法，说是可以用矫形器来矫正，产品还拿了专利，我赶紧买了回来，这个钱我不会含糊的。”“那不挺好的？”“哎！广告做得好，但用得不舒服咧！硌脚，硬邦邦的，穿着走路不舒服，还磨出个水泡，要命的是穿了矫形器以后我要穿 41 码的鞋，你说我哪儿买去。”

原来这样啊，难怪黄阿姨这么久都不来看我了，往常来医院开药都会绕上来看我的。“这回是逼得没办法了，来看看你作业治疗师有什么办法。”“呵呵呵，有困难找 OT。那我也不能辜负您对我的厚望啊！”

我查看了黄阿姨的双脚，哎！真是受罪，你瞧，右脚霸道的大踇指不好好站队，使劲往外挤，把第二趾的位置完全挤占了，二足趾只能往上缩，佝偻着腰骑到大踇趾上去了，趾背面还被鞋子压出个鸡眼来。再看那欺负人的大踇趾，它自己也不轻松，肿着个大包也受着罪呢。左脚稍微好点，踇趾是逼过来了，但第二趾起码还能抵挡得住。

继而，我让黄阿姨戴上网购回来的矫形器，让我仔细看看问题出在哪里。因为我知道好的矫形器要使用得当才能发挥效果（其他的产品也一样），你不能因为有人说用了不舒服就否定它。

该矫形器的主要部件为硬塑料制成的支架，远端为压力板，制成弧形从踇指内侧作用与踇指；近端部分为两个长条形的压力传递柄，分别位于足背和足底，通过一条弹力带绕过足外侧把压力传递柄向外侧牵拉，充分利用了杠杠的原理使压力板向相反的方向对踇指施加一个向内侧的压力，从而纠正踇外翻。为了加强效果，在塑料支架的压力板和压力传递柄交界处（相当于踇跖趾关节内侧的部位）有一个侧压护垫，其不但起到杠杠支点的作用，还可以纠正第一跖骨内收畸形。设计理念非常完美。但是一个好的矫形器除了设计理念以外还有很多细节方面的东西需要考虑，个体化设计是最重要的环节，个体化最基本的要求就是合体。看黄阿姨的矫形器，压力板弯曲的弧度不够，与踇趾不服帖，戴上它压根儿就没法穿鞋子，趾蹼部位还受到卡压，所以夜间穿戴也不太现实。

于是本 OT 开始动脑筋了，首先是进行以患者为中心的患者需求分析：（1）黄阿姨喜欢逛街；（2）买菜是黄阿姨的主要家务活动。（3）黄阿姨的业余爱好是跳民族舞，下个月要参加区里的比赛。那么，能够做到走路不痛是最基本的要求，第二是能够穿运动鞋或穿布鞋。“当然啦，如果每个脚趾头都能够向正常那样该多好咧，不过，我知道那是不现实的。我着急的是参加比赛！现在走路都有困难，还怎么练舞呢?!”本 OT 就琢磨开了，怎么帮黄阿姨实现这些目标呢？纠正踇外翻本 OT 也有一些经验了，患者夜间用一个低温热塑矫形器对足部进行固定，白天最好是穿凉鞋（带有一个踇趾圈的那种最好）或人字拖鞋辅助矫正，或使用简易的足趾矫形器，效果还是不错的。但黄阿姨脚的尺码比较大，右脚的跖趾关节已经出现严重的跖趾关节过伸和趾间关节屈曲畸形，最好白天也能使用足趾矫形器配合治疗。而且这个矫形器必须体积尽量地小、服帖、柔软，而且能把第二趾拉回足平面并伸直趾间关节，把踇趾朝内侧推挤。如果把踇趾和第二趾用伙伴支具固定在一起，第二趾是不是就可以回到足平面，踇趾也只能被第二趾挤回内侧呢？本 OT 寻思着，看看周围，目光落在魔术贴上，嘿，这东西或许管用！试验开始了：OT 用了魔术贴开始了简单的加工，把阴阳两条魔术贴同方向重叠在一起，在其中心位置上用缝纫机一条线把它们订在一起，结果在右脚上一试，嘿，绝了！踇趾和第二趾形成伙伴关系，和平相处了！穿到鞋子里时，第二趾背面也不会受压了，不痛了！黄阿姨高兴坏了，“那你赶紧帮左脚也做一个呀！”“呵呵呵，如果左脚也照这个做一个还不够理想，最好能把踇趾和第二趾之间的间隙加大。”“那就更好咯！”本 OT 又寻思开了，如何利用软的魔术贴制造出趾间的间隙来呢？好吧，我说 OT 是有办法的。照上述方法把阴阳两条魔术贴同方向重叠在一起，从中间处车两道线（两线之间间隔约 3-5mm），这样便把问题解决了。这么一个小小的魔术贴矫形器是本 OT 设计过的最 OT 的矫形器了！

当然，夜间的低温足部矫形器是不能少的。黄阿姨有点担心，“那个东西硬邦邦的，穿着它哪里能睡得着？”“嘿，你不给它来点硬的，它们能规规矩矩地听话呀?! 对待踇外翻就要软硬兼施。”我跟阿姨开玩笑。“我这个人睡觉很挑剔的，有点不舒服都不可能睡着。你怎么软硬兼施都好，要保证我能睡得着。”“肯定没问题啦！”

于是，OT 让黄阿姨的双足踩在一张白纸上，用铅笔把脚的轮廓描画出来，根据构思把板材的轮廓在纸上勾勒出来，剪好，描在低温板上，剪好，加热，在阿姨足部成型，把踇趾矫正到正常位置。待冷却后，在第一和第二趾之间剪开，在足弓部、踇趾部和第二趾安装魔术贴。黄阿姨一试穿，嗬，非常合适。

“看来硬的东西不一定就不服帖哦！”黄阿姨感叹道。“哈哈，只要它硬得有道理！”我乘机臭美一下。

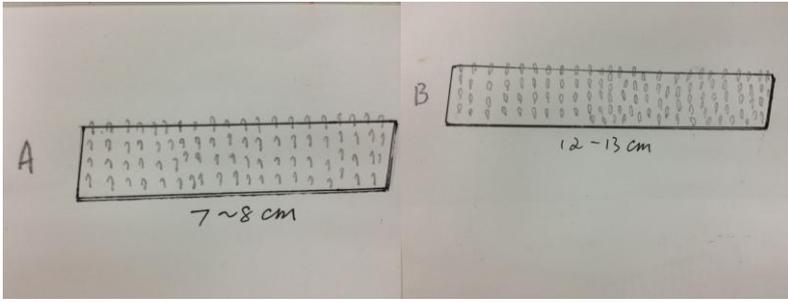


图 1,2

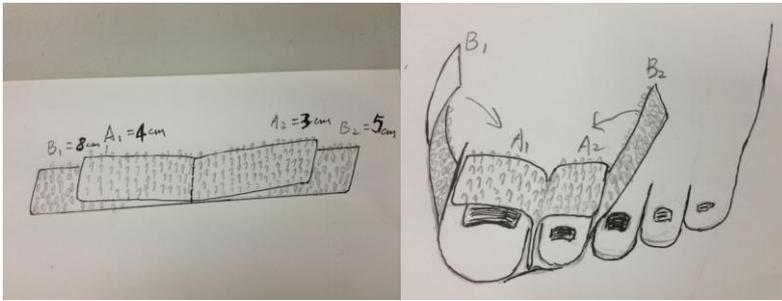


图 3,4

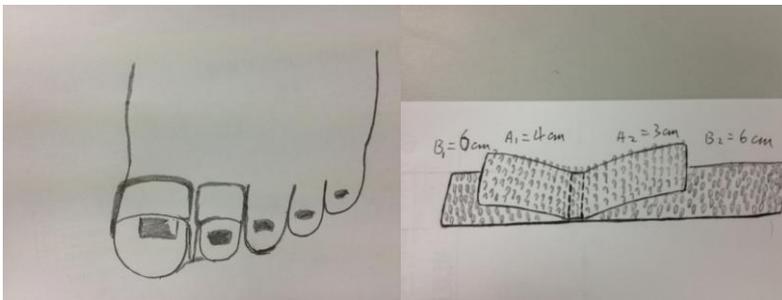


图 5,6

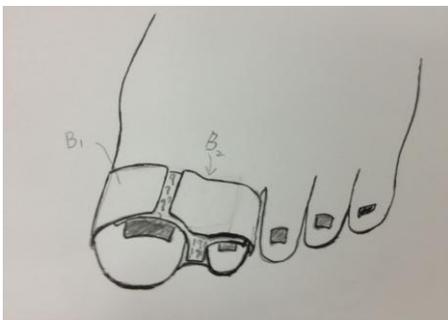


图 6

图解:

图 1: 长约 7~8cm 宽 2.5cm 钩面魔术贴

图 2: 长约 12~13cm 宽 2.5cm 毛面魔术贴

图 3: 把钩面魔术贴叠放在毛面魔术贴上面 (两者都面朝上) 在中间略偏的位置上用缝纫机一条线

图 4: 把车好的魔术贴套进第一和第二足趾之间, 粘上魔术贴。注意扯紧下面长的那条毛面魔术贴, 这样才能矫正第二趾的锥状畸形。

图 5: 重度踇外翻戴上魔术贴矫形器后的样子。

图 6: 如果是轻度（1 度到 2 度）踇外翻，魔术贴中间要车两条缝线，线间距离约 3~5mm。而且使毛面魔术贴第二趾的那一端更长，而拇指端更短。

图 6: 轻度踇外翻戴上魔术贴矫形器后足趾间隙被有效地加大了。

通过志愿者服务学习社区作业治疗

重庆城市管理职业学院健康管理系 李光辉 许晓惠 徐颖

在 2012 年下期，我们对康复治疗技术专业和社区康复专业学生进行作业治疗项目化教学中，在璧山县选择脑卒中、腰椎间盘突出、心理障碍等案例作为作业治疗案例进行教学试点。在社区作业治疗服务中发现存在很多问题：内地作业治疗在社区服务的机制没有建立，没有专业作业治疗的服务机构、没有专业作业治疗服务人员；社区作业治疗服务手段缺乏；专业院校作业治疗教学实践场所匮乏等。在内地社区作业治疗服务空白的情况下，我们积极地探索运用项目化教学手段，在社区作业治疗服务中探索内地社区作业治疗的志愿者服务和教学相结合的途径。

我们具体操作如下：专业老师根据阶段性教学任务对学生提出任务，把学生组织成志愿者服务团队，通过学校社会群团组织与试点的璧山县社区管理部门的有效对接，在社区中选择有需求的服务对象，在我们与社区服务人员共同指导下，由学生志愿者服务团队走进服务对象的家里，开展作业治疗服务。学生通过边治疗服务边学习的方式，把课堂学习、理解和记忆的知识，通过对服务对象进行 PEO、作业表现模式及 ICF 分析，评估服务对象、制定个性化治疗目标、治疗方案等形式，深度理解和掌握了作业治疗理论和方法，较好的完成学习作业治疗课程，从而实现作业治疗人才培养目标，让学生真正具备创造、评价、分析、应用、理解、记忆的能力。

具体案例

作业治疗，点燃社区康复之光——心得体会

小组成员：社区康复 2011 级 贾菲、蒋春瑶

康复治疗 2011 级 张鑫、李海海