

重释生命

——脊髓损伤组 黄秋月 杨翠

OT 临床
专栏

她习惯了回家就有热腾腾的饭，习惯了丈夫与孩子的呵护，习惯了这种平淡而幸福的生活。她也从来没思考过走路，吃饭对她生活的意义……然而就在2013年国庆节那天，她出了车祸，经历了人生中最大的挫折与无助。但在她一次次失望的时候那群最可爱的人天使般地拯救了她。

灾难就在一瞬间

2013年10月1日胡阿姨像往常一样高高兴兴去上班，就在一个转角处，她坐的车与汽车相撞，从此她的命运被改变了。当即被送往医院，临床诊断为脊髓损伤（颈4，C级），不完全性四肢瘫，神经源性膀胱，神经源性直肠，左上肢软组织损伤。当她醒来时，手脚已不能动，她不敢相信这一切，甚至想结束自己的生命，但丈夫和女儿关心，以及医生们的鼓励让她对生活有了那么一点点希望。

希望的点燃

经过20天的临床治疗，她转入康复科，当时我们问她对本次住院的期望，她很没自信的说想独立行走。

通过关节活动度，肌力，日常生活能力评定等，得知胡阿姨双上肢和下肢肌力下降导致生活自理能力极重度依赖。我们以锻炼坐位平衡和站立平衡为目标，通过给胡阿姨做作业活动来改善平衡，一个多月后胡阿姨能独自站立。当她站起来那一刻，胡阿姨哭得很开心，她从未想过她还能站起来，从此她更努力的训练。

每天我们还都布置家庭作业让她完成

1. 自我牵拉

每天两次，每次30min，每5min休息一次

（1）肩的屈伸（提高自我修饰，洗澡能力）

（2）肩的内收外展（提高修饰，穿衣和进食能力）

（3）肩的内旋外旋（提高穿衣，洗澡，进食能力）

2. 感觉刺激

用毛刷或电动刷轻刷，按摩，叩打

（2次/s，每组10次，每组间隔30s，进行3—5组，3次/天）

我们进一步给她做手功能训练，锻炼手的肌力，灵活性和肌耐力，一天天过去了，胡阿姨从右手能屈指到右手抓握，一路的艰辛一路的欢笑，当胡阿姨有一点点进步就会和我们分享，我们也为她的进步感到高兴。在病房里胡阿姨还鼓励其他病友对未来要充满信心才有希望，因为她就是一个奇迹。两个星期后，胡阿姨能自己端起水杯喝水，真是久旱逢甘霖。每一次的进步都是阿姨的一个突破，也是对我们实现自我价值的一个肯定。

但由于胡阿姨左手相对损伤严重，恢复起来比左手困难和缓慢，现在仍在治疗中。印象最深的一次是她早上早早就来做训练，然后跟我说她的食指和中指能并拢了，一直不停的说谢谢。那次我很感动，虽然我不能体会她的感受，但更加激励我对作业治疗的追求。

角色转换

阿姨打算从以前家里的半边天变为一个全职的家庭主妇，在她身体结构和功能完善的同时，家务活动还是受到了一定限制，但我们和家人应鼓励阿姨能主动参与到活动中来，这是对她能力的一种锻炼，也是对她存在的意义的肯定。



“久旱逢甘霖”的幸福

当再次评定的时候，胡阿姨的生活自理能力为中度依赖。再问胡阿姨康复期望的时候，她自信的说想生活自理，想回家。

