

重釋生命

—— 脊髓損傷組 黃秋月 楊 翠

OT 臨床
專欄

她習慣了回家就有熱騰騰的飯，習慣了丈夫與孩子的嗾護，習慣了這種平淡而幸福的生活。她也從來沒思考過走路，吃飯對她生活的意義。。。然而就在2013年國慶節那天，她出了車禍，經歷了人生中最大的挫折與無助。但在她一次次失望的時候那群最可愛的人天使般地拯救了她。

災難就在一瞬間

2013年10月1日胡阿姨像往常一樣高高興興去上班，就在一個轉角處，她坐的車與汽車相撞，從此她的命運被改變了。當即被送往醫院，臨床診斷為脊髓損傷（頸4，C級），不完全性四肢癱，神經源性膀胱，神經源性直腸，左上肢軟組織損傷。當她醒來時，手腳已不能動，她不敢相信這一切，甚至想結束自己的生命，但丈夫和女兒的關心，以及醫生們的鼓勵讓她對生活有了那麼一點點希望。希望的點燃

經過20天的臨床治療，她轉入康復科，當時我們問她對本次住院的期望，她很沒自信的說想獨立行走。

通過關節活動度，肌力，日常生活能力評定等，得知胡阿姨雙上肢和下肢肌力下降導致生活自理能力極重度依賴。我們以鍛煉坐位平衡和站立平衡為目標，通過給胡阿姨做作業活動來改善平衡，一個多月後胡阿姨能獨自站立。當她站起來那一刻，胡阿姨哭得很開心，她從未想過她還能站起來，從此她更努力的訓練。

每天我們還都布置家庭作業讓她完成

1. 自我牽拉

每天兩次，每次30min，每5min休息一次

(1) 肩的屈伸（提高自我修飾，洗澡能力）

(2) 肩的內收外展（提高修飾，穿衣和進食能力）

(3) 肩的內旋外旋（提高穿衣，洗澡，進食能力）

2. 感覺刺激

用毛刷或電動刷輕刷，按摩，叩打

（2次/s，每組10次，每組間隔30s，進行3—5組，3次/天）

我們進一步給她做手功能訓練，鍛煉手的肌力，靈活性和肌耐力，一天天過去了，胡阿姨從右手能屈指到右手抓握，一路的艱辛一路的歡笑，當胡阿姨有一點點進步就會和我們分享，我們也為她的進步感到高興。在病房裏胡阿姨還鼓勵其他病友對未來要充滿信心才有希望，因為她就是一個奇跡。兩個星期後，胡阿姨能自己端起水杯喝水，真是久旱逢甘霖。每一次的進步都是阿姨的一個突破，也是對我們實現自我價值的一個肯定。

但由於胡阿姨左手相對損傷嚴重，恢復起來比左手困難和緩慢，現在仍在治療中。印象最深的一次是她早上早早就來做訓練，然後跟我說她的食指和中指能並攏了，一直不停的說謝謝。那次我很感動，雖然我不能體會她的感受，但更加激勵我對作業治療的追求。

角色轉換

阿姨打算從以前家裏的半邊天變為一個全職的家庭主婦，在她身體結構和功能完善的同時，家務活動還是受到了一定限制，但我們和家人應鼓勵阿姨能主動參與到活動中來，這是對她能力的一種鍛煉，也是對她存在的意義的肯定。



“久旱逢甘霖”的幸福
當再次評定的時候，胡阿姨的生活自理能力為中度依賴。再問胡阿姨康復期望的時候，她自信的說想生活自理，想回家。

