

## “重建生活为本”初体验

深圳恒生医院 吴苗

很幸运参加了两期香港职业学院与深圳恒生医院举办的“重建生活为本”作业治疗培训班学习。学习班围绕香港职业治疗学院梁国辉副会长推崇“重建生活为本”的核心康复理念及治疗模式。重建生活为本的康复模式是因长期功能障碍导致生活方式的改变，治疗师通过引导患者参与所设计的活动，运用基本的身体功能、认知功能转化为生活活动能力。

我很享受这两期课程的“精神大餐”。感谢老师们各具特色的教学方式诠释了“重建生活为本”的理念在康复中的运用。课堂上风趣幽默的授课，注重与学员的互动，病人示教、分组实操、分析讨论。这些新理念时刻冲击着我们的大脑思维，“重建生活为本”的理念已深入脑海。学习从作业治疗范畴中为患者提供更多的服务，让更多患者在体验中获得幸福生活。在服务患者过程中，我们从“新颖、运用、反思学习、再运用”逐步领悟“重建生活为本”的理念。过程有时候不是顺利，但通过作业治疗团队的共同努力，问题也迎刃而解。

作业治疗采用“生物—心理—社会模式”，以患者为核心关注一个“整体”的人，包括生理、认知、情感及社会心理等多方面。梁先生所推崇的“重建生活为本”为核心的康复理念，重建生活意志、生活能力、生活方式三元合一的过程，减低患者的无助感从而增加成就感及提高独立生活能力。协助患者重建新的生活意志及习惯，找到新的生活方式。这个过程需要整个康复团队共同参与。齐心协力帮助患者接受并适应新的幸福生活。



林国徽老师指导学员评估病人并做分析，学员练习转移训练

老师们的精彩授课让我们拓展了OT的思维。作为OT治疗师我们关注患者“整体”，因此对作业治疗师能力的要求就提高了。脑血管病的作业治方法就包括神经发育法（Bobath、Brunst rum、Rood、PNF、SI）、运动学习理论（运动再学习、同时给予任务导向）、生物力学法、认知-知觉、康复环境改造方法。



香港职业治疗学院陈刚老师授课，病人示范评估、治疗

通过学习掌握这些方法后，如何运用是值得我们思考的。治疗师在面对患者时首先需要与患者及家属沟通建立良好的关系，取得他们的支持与配合。在沟通过程中我们运用所学的动机访谈技巧多向病人提出开放性问题，及时给予反映及肯定，以便我们了解需要的信息（功能情况、日常生活能力、认知言语、兴趣爱好等）。接下来给患者进行评估，了解患者的功能情况及日常生活能力，运用脑卒中作业治疗评估方法(香港版偏瘫上肢七阶段、BI、 FIM、 L-IADL、 MMSE)从而协助患者制定一个合适的康复治疗方计划。治疗师作为一个生活教练的角色，激发患者主动参与生活作业活动，如：ADL 训练、文康活动、厨艺、户外活动、小组活动等形式。帮助患者提高独立的生活作业活动能力。

通过重建生活为本的旅程，掌握生活作业活动技能，从而回归家庭、社会。运用身体残存功能，结合环境需求，重拾生活的自尊与自信，重建新的幸福生活！

