

多问一句，你能做的更多

南通大学附属医院康复医学科 张芳芳

作业治疗是充满创造性和想象力的，在作业治疗的世界里只有你想不到，没有你做不到的。在一些作业治疗开展的好的机构里，每当医患遇到难以解决的问题时，通常会到作业治疗部门来寻求建议。所以一名优秀的作业治疗师，应该具备全面的专业素养及技能，能解决各种各样的作业难题，并且能接受各种挑战。而作为初作业治疗专业的你准备好了吗？

我正在努力准备着，我是一年前进入香港理工大与川大合作举办的 MOT 班，在系统学习作业治疗理论与实践时，也在逐步发现和体会作业治疗的内涵和奥妙。不久前遇到过一位退休了的奶奶，是因为逛商场时撞到玻璃门，后脑着地后以脑外伤肢体功能障碍收治入院的。她是一个人拎着手提包走入作业治疗部门的，经过沟通交流与初期评估，发现她日常生活、社交娱乐都能自己独立完成，平时也有儿子可以依赖。当问到有什么事是她希望完成，但自己却做不到的，或者有什么地方需要我们帮助她改进，从而让她生活的更安全更方便时。奶奶似乎觉得自己可以恢复以前的生活，完全不会有问题，也想不到有什么地方是需要我们帮助的。遇到这样的情况我茫然了，不知道自己能给予她怎样的服务。

实际的结果却是，奶奶不仅天天到作业治疗部门来，进行体能节约技术、能量管理、运动配合呼吸、腰肌自我牵伸、辅助具的使用以及工具性日常生活活动训练，甚至在出院的第二天再一次来到我们部门，希望再进行一次复习，以便能在生活中继续运用。前后的变化如此之大，这到底是怎么回事呢？原来是我们的老师与她有过沟通，虽然老师只是问了她一天的生活是怎么过的，了解到她自我生活照顾时煮饭的过程，但从中发现其每次做饭都不能一次完成，中途必须要坐下来休息几次，究其原因，便探讨出是由腰痛引起的。老师所做的仅仅只是多问了几句话，便得到了希望得到了答案，了解到患者切实存在的问题，从而有针对性的提供其需要的服务，并且获得她的认可与信赖，使训练顺利高效的完成。

这给我很大的启发，有的时候我们即使具备了专业知识与能力，但是如果不能及时发现患者的问题，也只能束手无策，无法及时提供有效的应对方法。所以我们在与患者沟通的时候，不仅仅要咨询那些标准化的东西，还要耐心地询问与其密切相关的生活，问的更加深入详细，更加具体，让你的服务对象慢慢回忆自己的经历，并进行详细的描述。在这样的询问过程中，用你作业治疗的专业眼光和思维去审视其中有可能影响其生活的方面，就可能会有意想不到的

收获。比如，在询问患者日常生活能否独立完成时，不妨多问一句，让其描述是如何完成的，讲述操作的具体步骤，完成的情况，以及在操作的过程中是否遇到过困难，自己当时是怎么解决这些困难的。当服务对象是老年人时，不管他是否是因为跌倒而住院的，不妨多问一句其跌倒史，询问在过去一年中有没有跌倒过，跌倒过几次，严重程度如何，是什么原因导致跌倒的，并且询问其每天的生活活动是如何进行的，预先对其跌倒的风险进行评估，给予预防跌倒的建议。这样不仅能在第一时间与其建立良好的关系，而且能获得服务对象的充分信任，提高其参与的积极性，提升训练效果。我们每个专业的作业治疗师，不仅要能提供相应的服务，更要能全面地了解我们的服务对象，尽可能的发现影响其生活的因素，并且能挖掘其需求，从而完善我们的服务。

作业治疗能帮助到人们生活、工作、学习、娱乐等方方面面，能大大提高人们生活的幸福指数。但目前大部分人对作业治疗还欠缺了解，我们要用训练效果，使人们认识、接受、信任并且希望接受作业治疗提供的服务。我们的任务重大而艰巨，但这同时也是给予我们的挑战。