

ADL 的教与学

中山大学附属第三医院康复医学科 陈颖蓓

“OT 不就是 ADL 吗？”很多时候我问别人“OT 是什么？”很多同行都会说这么回答。

ADL 对于 OT 是什么？这次有幸参加了香港职业学院与深圳恒生医院合作的“生活重建”课程的授课，林国徽老师和我合作的主题就是《脑卒中病人自理训练》，我们尝试寻求答案。

在这次课程中，结合梁会长的教学要求，设计了从评估、神经发育疗法、运动再学习及临床推理思路的理论课程、转移操作实践、结合实际患者的 ADL 分析以及小组讨论等形式各半天的课程，层层推进，让学员从理论到实践再到分析深入理解 ADL 活动背后的临床思维及 ADL 的意义。教与学是一个互相促进的过程，除了让学员学会了规范化的 ADL 操作技巧，也引导他们去思考怎么去选择合适的 ADL 方法能够真正让 ADL 融入患者的生活。林国徽老师的教学非常细致，往往会从一些细节入手，引导学员去思考患者背后的深层次的问题。

ADL 是 OT 希望患者生活独立的一种方法和技巧，但 ADL 不是患者生活的全部，也不是 OT 的全部，却是患者恢复独立的第一步。在生活自理中为患者选择最适合他们的为他们所接受的方式去完成 ADL 是我们 OT 的重要工作内容，也希望能够通过这次的教学让大家也体会 ADL 的意义！

OT≠ADL，生活自理是患者重新获得自控感的一个重要手段，尽早让患者恢复 ADL 能力有助于患者早期的信心及自尊的建立。ADL 是 OT 自理、工作和休闲中的重要组成部分，也是梁会长这次大型培训课程生活重整中的重要内容和方法，如何让患者从 ADL 中十个第一次去体会到重新获得身体自控感的自信心，对患者生活意志的重建有着重要意义！