

“重建生活為本”初體驗

深圳恒生醫院 吳苗

很幸運參加了兩期香港職業學院與深圳恒生醫院舉辦的“重建生活為本”作業治療培訓班學習。學習班圍繞香港職業治療學院梁國輝副會長推崇“重建生活為本”的核心康復理念及治療模式。重建生活為本的康復模式是因長期功能障礙導致生活方式的改變，治療師通過引導患者參與所設計的活動，運用基本的身體功能、認知功能轉化為生活活動能力。

我很享受這兩期課程的“精神大餐”。感謝老師們各具特色的教學方式詮釋了“重建生活為本”的理念在康復中的運用。課堂上風趣幽默的授課，注重與學員的互動，病人示教、分組實操、分析討論。這些新理念時刻衝擊著我們的大腦思維，“重建生活為本”的理念已深入腦海。學習從作業治療範疇中為患者提供更多的服務，讓更多患者在體驗中獲得幸福生活。在服務患者過程中，我們從“新穎、運用、反思學習、再運用”逐步領悟“重建生活為本”的理念。過程有時候不是順利，但通過作業治療團隊的共同努力，問題也迎刃而解。

作業治療採用“生物—心理—社會模式”，以患者為核心關注一個“整體”的人，包括生理、認知、情感及社會心理等多方面。梁先生所推崇的“重建生活為本”為核心的康復理念，重建生活意志、生活能力、生活方式三元合一的過程，減低患者的無助感從而增加成就感及提高獨立生活能力。協助患者重建新的生活意志及習慣，找到新的生活方式。這個過程需要整個康復團隊共同參與。齊心協力幫助患者接受並適應新的幸福生活。



林國徽老師指導學員評估病人並做分析，學員練習轉移訓練

老師們的精彩授課讓我們拓展了 OT 的思維。作為 OT 治療師我們關注患者“整體”，因此對作業治療師能力的要求就提高了。腦血管病的作業治方法就包括神經發育法（Bobath、Brunnstrum、Rood、PNF、SI）、運動學習理論（運動再學習、同時給予任務導向）、生物力學法、認知-知覺、康復環境改造方法。



香港職業治療學院陳剛老師授課，病人示範評估、治療

通過學習掌握這些方法後，如何運用是值得我們思考的。治療師在面對患者時首先需要與患者及家屬溝通建立良好的關係，取得他們的支持與配合。在溝通過程中我們運用所學的動機訪談技巧多向病人提出開放性問題，及時給予反映及肯定，以便我們瞭解需要的資訊（功能情況、日常生活能力、認知言語、興趣愛好等）。接下來給患者進行評估，瞭解患者的功能情況及日常生活能力，運用腦卒中作業治療評估方法(香港版偏癱上肢七階段、BI、FIM、L-IADL、MMSE)從而協助患者制定一個合適的康復治療方計畫。治療師作為一個生活教練的角色，激發患者主動參與生活作業活動，如：ADL 訓練、文康活動、廚藝、戶外活動、小組活動等形式。幫助患者提高獨立的生活作業活動能力。

通過重建生活為本的旅程，掌握生活作業活動技能，從而回歸家庭、社會。運用身體殘存功能，結合環境需求，重拾生活的自尊與自信，重建新的幸福生活！

