

## 重拾對 OT 的魅力

深圳恆生醫院康復醫學科 黃創業

下肢肌力三級、關節活動度受限、Berg 評分 50 分、步態分析等等對於一名 PT 治療師，這些都再熟悉不過，曾經我的對這些評估也非常注重，注重軀體功能恢復的情況、注重關節活動度、注重平衡功能等等。作為從 PT 轉變為 OT 的治療師，我才認識到之前（從事 PT）康復的定義太狹義了，不是說肌力增加了，關節活動度好了，病人就有能力。有能力減輕家庭的依賴，有能力生活能自理，有能力工作，有能力娛樂.....

非常有幸自己能參加以“重建生活為本”的作業治療培訓班，讓我對作業治療的認識更加的深厚。認識到作業的範圍主要是日常生活活動、工作、休閒三者之間的相互聯繫；作業活動關心的是生理—心理—社會的範疇；生活重建的過程需要經歷生活意志、能力、方式這三方面的重建。曾經的我從未想過這方面的問題，認為患者的軀體功能好了，那他就可以出院回家，就能重返社會，重返以前的生活軌跡。對於現在的我來說，這種想法是多麼的天真，多麼的愚昧。還記得這次培訓的時候林國徽老師對我們說：“在座學員中有沒有不會做飯、不會游泳的？”答案可想而知，肯定是有的，那為什麼我們這些健全的人都沒能學會這些技能呢？難道我們軀體功能存在障礙？不，是我們沒有通過系統的學習這些技能，所以無法做到。那對於一個中風後的病人來說，就算軀體功能有了部分的恢復，難道他們在功能障礙的前提下就能從返之前的生活，休閒，工作。答案也是可想而知，患者在病痛陪伴下，不僅僅的軀體功能的缺失，更是心理，技能的喪失。為什麼要早起開展床旁 ADL，為什麼要設計一些活動患者經過努力後能成功做到，為什麼作業的活動要與患者所處的環境相匹配，為什麼要建立新的生活方式.....這不僅僅是軀體的功能的重建，它還包含了心理，生活能力、意志、方式的重建，因為病人不是一個獨立的個體，他們是一個獨特的整體，他們與生活，認知，環境，社會息息相關連，哪怕是缺了一環都無法順暢的迴圈。

對於每一位治療師老師可能都有過這種想法，就是患者的軀體功能好一些，病人就可以自己翻身坐起，能獨立穿衣，能獨立上廁所，所以不用訓練這些。但是對於病人來說，早期啟動這些活動，對患者的心理、意志有著承上啓下的作用，因為患者會覺得原來我還能做這麼多事情，接著追求，希望就接種而來。當然我們設計的目標一定要以患者認為是重要的，畢竟每個患者的生活軌跡都不盡相同。病人應為重要的，不是我們認為這是重要的。

作為一名 OT 治療師，一定要具備這些特性：性格開朗，對生活要有激情，有感染力，能帶給別人正能量，想像力豐富，閱歷豐富，有足夠的知識內涵，而且還是溝通巧手，生活教練，我發現 OT 治療師必須上知天文，下知地理。曾經的我認為 PT 是患者希望，但是現在我發現 OT 才是患者的未來；曾經的我迷惘在 OT 的道路上，但是現在的我不再迷失方向；曾經的我為自己從 PT 轉變為 OT 在埋怨，但是現在的我為自己成爲一名 OT 治療師而感到慶倖與自豪……因爲 OT 治療師能爲患者開創另一片蔚藍的天空，超越創傷前的生活品質，達至幸福的生活。