



烧伤康复：教学与期望

方少丽

香港玛嘉烈医院高级职业治疗师

杨丽菁

香港雅丽氏何妙龄那打素医院一级职业治疗师

香港职业治疗学院举办了十多年的烧伤康复培训班，但每年仍然有这个需求。华人比白皙皮肤的烧伤病人更容易出现增生性疤痕，而疤痕问题也较严重，挛缩变形以至影响功能就更厉害。

除了技术的转移、传承以外，我们是否有甚么做得不足够？从心底里就涌出这些念头。

1 如何避免烧伤意外？有没有办法多做宣教工作？

例如加强工作意外的认识，让没有受伤的员工知道职业安全的重要，从而减低工伤机会；利用传媒宣传家居意外，减少在地上烧炭火取暖，冲凉时先放冷水再热水，就已经可以有效地减少家居烧伤及烫伤的机会。

2 教育病人对烧伤康复的认知：漫长但有效，配合治疗的重要

疤痕往往是伤口愈合后两至三个月才增生出来。只要伤口需要三个星期才能愈合，其实已可预计病人将会有增生疤痕的问题，有机会需要多次手术整形。

压力是最有效控制增生的疤痕。促进疤痕尽早成熟，病人就可以早点接受矫形手术。也可以增加手术的成功机会。职业治疗师是烧伤康复团队非常重要的一员。一方面评估病人的情况，给予最适切的治疗；功能方面预计病人将面对何种障碍；很多时都是最了解病人心理上担忧。要能抱着与病人一起走过漫长康复路的同理心，才可以帮助他们从疗伤、矫形，康复以至回家、返回工作岗位，回馈社会。

3 康复的素质

每次当病人放弃压力治疗方法时，究竟我们有没有想想为甚么呢？为甚么第一个星期有效、然后又没有了？不感到可惜吗？每一次我都很惊讶！就提供一套压力衣！天呀！我们不能忘记压力衣是弹性物料，穿上一天，弹力会变少，需要清洗后才可回复本来的

治疗压力，而穿着了一段时间，压力仍是会逐步减少。但疤痕需要长时间接受压力疗效才会最好。所以，亲爱的治疗师们，当病人真的有疤痕问题，需要接受压力治疗时，请你排除万难，一定要为他们提供起码两套压力衣。每个月要复查一次，调教一下压力的疗效，有需要时用压力垫，增加局部压力，效果更为明显。每半年必定要更换压力衣，那么有效的压力才能维持。也要确保缝制没有出错，否则病人刚长好的皮肤就更难受。作为治疗师一定要视病犹亲。如果病人是自己的子女、爱人，你的考虑必定会更多更仔细。

压力治疗配合训练也是非常重要的。疤痕受控后，就要尽快提供训练。包括肌力、活动幅度、协调能力、自理能力等等，别忘了职业康复亦很重要。自理训练并不是在等病人的活动能力完全恢复或疤痕成熟后才开始的，它应是早期康复的一部份。我们多次教学及义诊时观察到许多烧伤病人有太太、照顾者陪伴一起留医，病人像机械人伸出手脚。一切梳洗、穿衣、进食等自理活动全由太太或照顾者照料。或者起初，病人可能觉得自己是受害者，接受人服侍是应份的。可是，日子久子，自己还是要完全依赖他人过活，他的自我形象肯定会下降，变得意志消沉，尊严何在？其实压力治疗软化疤痕和活动训练提升幅度，目的都是希望能提高生活能力。所以，职业治疗师需要分析病人当时的能力及日常活动的要求，教导病者亲人或照顾者如可提供恰当但「非完全」的协助，让病人靠自己完成能力所及的部份，透过参与有意义的活动，从而提高自效能感。

我们医护人员需要不断检讨治疗成效，删除低疗效，甚至没有临床实证的治疗媒介或手段。相反地，要引入或强化高疗效的方法。

4 康复的时机和机会

为甚么只有工伤保险才可以得到康复的机会？保险不包括的，例如：家居意外的，能否得到一些康复的机会？医院行政方面能否为伤员做多一点点？有限的医疗成本投放，却能帮助伤员尽快回复独立生活能力，甚至生产力。这不但可以配合国家新政策方向，即人人有平等康复机会，对社会的经济效益也很大。也可考虑多设立专家会诊服务，

康复后期、局部范围烧伤、或未有保险保障的病人，不必长住医院（若等疤痕成熟，完全康复一般要两三年），可早日回家而在门诊继续接受职业治疗服务。

5 为何压力治疗不能变成当然的及受资助的疤痕处理方法？

国内现时，即使有保险制度提供烧伤复康，包涵的范围也未够全面，压力治疗本身据知并未列入可独立收费的医疗项目。即使伤员最早期时，能获配压力衣，但我们都知道，烧伤康复的早期，因应伤及的皮肤不稳定及伤口愈合速度不同，许多时需要持续修改或更新压力衣款式，为确保有效的压力，定期更换全新压力衣，或配制压力垫是必须的。可是，往往这些制作时间，额外的压力垫及压力衣收费，都不包在医保内，要病人自费。为何科研及临床都证实是最有效改善疤痕的压力治疗，却在烧伤康复中，并未获得应有的重视？

医院单位派学员来参加烧伤康复培训班，临床技术是学到了，从示教病人身上，他们也亲眼目睹压力治疗改善疤痕的威力，但当他们怀着满腔热诚返回自己的工作单位时，现实环境真的能支持他们应用这门具临床实证的专门技术，为烧伤病人带来最大的益处吗？

既然华人的疤痕问题是必然的，为甚么最有效的压力衣、康复治疗不能一一包括在烧伤康复的内容？我们要用什么样的方法才能感染当权者，让烧伤的病人有最适时、最有效的治疗，让他们回到小区，过着有质素的生活呢？