

太极特色作业治疗实践模式

无锡九如城康复医院 朱昭锦

南京中医药大学 杨雨洁 郭佳宝 李奎成

河北省人民医院 闫彦宁

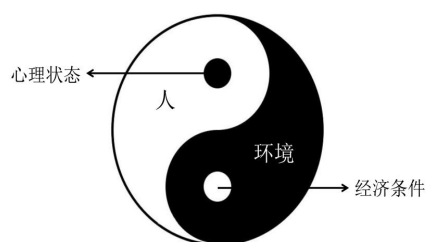
无锡第九人民医院 王骏 俞君

海南省农垦总医院 朱毅

通讯作者 朱毅 zhuyi1010@163.com

作业治疗实践模式对指导临床工作具有重要意义,目前受认可的模式主要有作业表现模式、人类作业模式、人-环境-作业模式、河川模式等。由于语言习惯、思维方式等差异,在实际应用中常常出现困难和问题,研发东方哲学作业治疗模式的工作便开展起来。

笔者汲取太极图丰富涵义中的丝缕,尝试挖掘太极思想在作业治疗实践中运用的可能,考虑创构一套更贴合中华民族思维的作业治疗实践模式,以期更好地服务于临床。



1. 太极模式四要素的分析

在太极图示中,设白色区域为“人”,黑色区域为“环境”。那么该图可分为四个要素,分别为①白色区域:人;②黑色区域:环境;③环境的内核(白色点):经济条件;④人的内核(黑色点):心理状态。

(1) 要素①②人与环境 太极图中黑白两

块似双鱼的形状,圆的部分为鱼头,尖部为鱼尾。鱼头部分相较于鱼尾所占面积多、属“强势”区域,而鱼尾便是面积小的“弱势”区域(图2)。白色区域所示的“人”与黑色区域所示的“环境”相融。“人”的鱼头部分与“环境”的鱼尾部分相交,即,如果人处于强的状态,具有强大的功能,那么他对环境的要求就会小一些;反之,如果人的状态在鱼尾部分,即他的功能较弱,那么他需要更贴合自身生活、工作要求的环境,这样的环境可能需要通过环境改造或代偿、替代等方式获得。

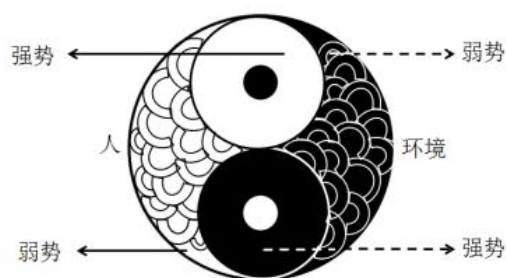


图2 太极模式中强势和弱势

(2) 要素③经济条件 经济活动是人类赖以生存和发展的基础,人类劳动创造经济,经济水平的发展影响自然环境和社会环境,这些环境的变化又反作用于人。比如,人类创造出机器,机器在工厂生产中被赋予经济价值,大规模生产

和经济变革促使自然环境和社会环境的面貌发生了巨大改变。随着交通工具的制造,人们在外出活动时有了更多的出行选择,而出行方式的选择一定程度上也反映了个人经济状况。研究发现,经济条件的差异影响医疗服务条件,也影响人们的生活方式、对康复的了解程度、对功能障碍的自我评估和自我适应^[1]。

(3) 要素④心理状态 人的心理既受身体结构与功能的影响,又受环境因素的影响。疾病或肢体损伤后,随着功能的下降,原本简单的作业活动成为挑战,患者易产生焦虑或抑郁。研究发现运动可降低焦虑水平、改善身体功能,帮助患者参与更多的室内活动。人在积极的环境中往往会有更受鼓励的心理状态^[2],丰富的社会关系也可增强患者幸福感和提高社会参与能力^[3]。

2. 太极模式的特点

(1) 太极思想源远流长、广为人知,这让中国人可以轻松地理理解治疗师想要表达的意思,容易形成融洽的交谈氛围。多篇文章提到在使用 COPM 前需对评定者进行专门培训^[4-6],专业人员尚且需要通过培训来了解使用方法,可想而知,对于第一次接触 COPM 的病人来说,接受其中理念可能并不容易。研究发现受教育程度高低一定程度上影响了 COPM 评估的准确性^[4]。太极模式对患者的受教育程度要求相对较低,可降低文化水平对评估结果的影响。

(2) 平衡理念 “太极和”理念认为共容与共存是事物发展的根本规律,“和”即平衡和谐的状态。太极模式强调的平衡是交融的平衡、

动态的平衡。

由图 2 可看出,黑白相交、内核相嵌,太极模式将“人”与“环境”看作一个相互交融的整体。只有“人”与“环境”的面积平均分布,这个整体才能达到平衡。“人”与“环境”的任一方变多或变少,都是不平衡的状态。“人”自身的平衡有赖于内在心理状态与外在身体功能及环境的相宜。

太极模式的“动态的平衡”体现在“人”与“环境”的关系不是固定不变的,当一方改变,只有另一方也相应出现变化,才会重新形成一个平衡稳定的结构。

如果出现不平衡的情况(图 3),如对人的过度/欠缺赋能,对环境的过度/欠缺改造,或内核改变,将影响整个结构的平衡与稳定。比如对糖尿病患者的过度训练会导致低血糖的发生,对小儿麻痹患者过度赋能,看似增加了人的能力,但是关节退变等后果也接踵而至。环境改造也应考虑是否存在改造过度或不足的问题。

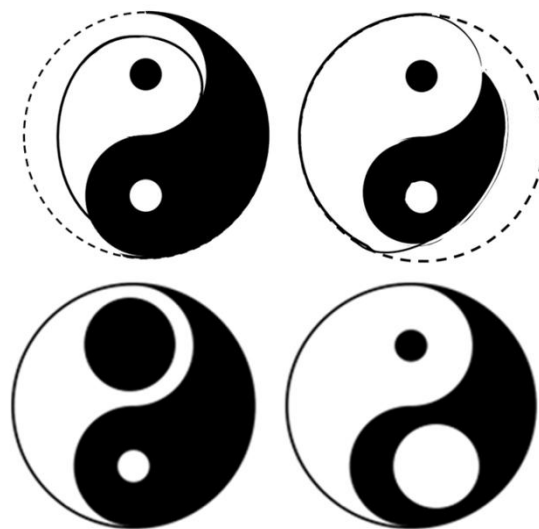


图 3 几种不平衡的状态

所以我们提出“合理挑战，正确赋能”。平衡的特点提示我们应当关注“人”与“环境”的和谐，对于“人”要适度赋能，同时关注人的心理和身体功能状态的平衡；对于“环境”要以合理挑战为宜，既以“挑战”激发潜能，又以“合理”规控量度。

3. 讨论

太极图本身有一个演变发展的过程，不同的学派和解读不尽相同。相较而言，周敦颐的解读更为人所知，影响较大，本篇文章介绍的太极模式便源于此。

对“人”与“环境”孰阴孰阳的考虑，笔者认为，一方面阴阳之涵义丰富且意蕴深远，不是简单的对应关系，抽象的概念无法与具体的“人”、“环境”相做匹配。另一方面太极模式只是运用太极图的构架以方便病人理解，从而便于临床操作，并无对阴阳的涵义进行研究。

西方的作业治疗模式也关注人和环境两部分，但与太极模式把两者看作一个整体不同，西方模式仍将二者分隔为两个独立的个体，有相交但无相融。

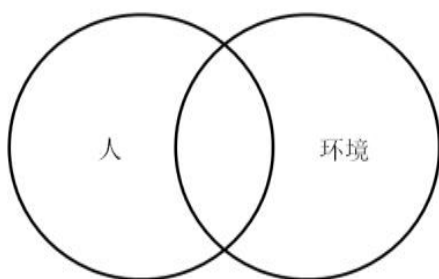


图 4 西方模式和太极模式

作业治疗师在长期的临床实践过程中发现，如果患者认为某些治疗不能解决他们希望解决

的问题，那么他们会被动消极地参加治疗，甚至中途退出治疗。明确问题所在、确定治疗目标并影响治疗过程的关键人物是患者本身，“以患者为中心”应当是真正符合其需求。运用太极模式时，治疗师的作用在于引导，说明模式的特点，让患者从自己的角度出发，围绕“人”和“环境”描述目前的生活状态和想法。治疗师在患者的自我叙述中灵活准确捕捉患者表达的重点，了解他们的真实需求。治疗师亦可尝试用平衡的理念指导患者建立合理的生活方式，挖掘患者的潜能，并激发它们。

参考文献

- [1]Marshall I J, Wang Y, Crichton S, et al. The effects of socioeconomic status on stroke risk and outcomes[J].The Lancet Neurology, 2015, 14(12):1206-1218.
- [2]Lahtinen M, Nenonen S, Rasila H, et al. Rehabilitation centers in change: Participatory methods for managing redesign and renovation[J]. HERD: Health Environments Research & Design Journal, 2014, 7(2):57-75.
- [3]Lee JE, Loh SY. Physical activity and quality of life of cancer survivors: a lack of focus for lifestyle redesign [J].Asian Pacific Journal of Cancer Prevention, 2013, 14(4):2551-2555.

[4]唐木得. 应用加拿大作业活动测量表对 120 例地震伤员的作业活动和疗效分析[J]. 中国康复, 2009, 24(5):323-325.

[5]朱毅, 程洁, 唐方一, 等. 玉树地震 1 年后上肢骨折伤员功能恢复的影响因素: 加拿大作业活动测量表分析[J]. 中国组织工程研

究, 2012, 16(9):1671-1675.

[6]恽晓平. 从 113 例不同疾病患者的活动障碍分析看作业治疗的必要性[J]. 中国康复理论与实践, 1995, 1(1):15-19.

经验

手外伤的早期康复介入

宜兴九如城康复医院 李奎成

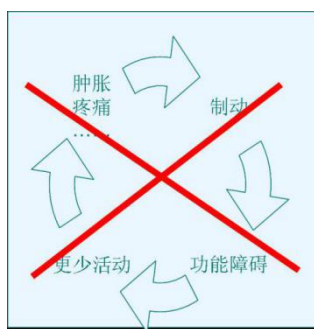
手外伤后为何要早期康复介入?



手外伤后常常由于肿胀、疼痛、制动等原因造成手部力量、关节活动度、灵活性、感觉异常等

功能障碍, 而这些功能障碍使患活动减少, 更加加重功能障碍, 形成恶性循环, 除影响外形外, 严重者影响日常生活和工作, 甚至造成永久性残疾。

及时有效的康复可打破这一恶性循环, 提高手术或药物治疗效果, 最大限度地改善手功能, 消除疼痛、肿胀等并发症, 提高生活和工作能力, 改善生活质量。



手外伤后何时开始进行康复治疗?

- 在不影响急救的前提下, 手外伤后康复治疗越早开始效果越好, 一般在外伤或术后第一时间就需介入康复治疗, 只是不同阶段介入方法不同。
- 正确的康复治疗不但不会影响治疗和手术效果, 反而会促进伤口和组织的愈合, 消除肿胀, 减轻疼痛, 抑制瘢痕, 预防畸形, 促进功能恢复, 缩短住院时间, 减轻家庭负担, 提高生活质量。

手外伤后康复的作用及证据

- ❖ 改善循环
- ❖ 减轻水肿
- ❖ 促进组织愈合
- ❖ 增进软骨再生

(Allain, 1999; Goslings, 1999)

- ❖ 减轻疼痛
- ❖ 提早恢复活动及力量
- ❖ 促进早期复工