

运动训练



从事手 OT 治疗师工作后感想

东莞市虎门医院 何惠平

大学毕业后,我来到东莞市虎门医院康复科手部创伤康复区工作,在 8 年的手作业治疗工作中,有些所见所悟,想借此机会与各位专家同仁分享下,不正之处,敬请指正。

保局工伤康复协议机构,手外伤患者比较多,我每天平均约为 15 名手外伤患者服务,有较多的练手机会,我的“小板凳”也逐渐入眼了,但是支具的种类会做的还比较少,压力垫的制作的也不好。后来,随着东莞经济的迅速发展,制造业、加工业等行业的日益发达,吸引了成千上万的劳动力,手部创伤(如挤压伤、切割伤、绞伤等)的发生率也日益增长,我科手外伤患者也逐渐增多,并于 2009 年成立了手部损伤康复治疗专区,另外感到非常幸运的是能够与香港职业治疗学院进行技术上的合作交流,并成为学院康复治疗培训基地。我院与香港合办了系列专题培训班(如手及上肢康复培训班、支具制作培训班、烧伤康复培训班、周围神经损伤康复培训班等),在手及上肢康复培训班中,我学到了手外伤不同病种的康复治疗技术及详细的康复治疗计划,对不同病种的各个康复阶段的康复治疗有了把握,



刚开始工作时,对手康复的理解比较朦胧,觉得手康复与其他病种的康复模式差不多,当时我科手康复的 PT 和 OT 治疗是分开的,限于当时的经验,手 OT 的治疗手段也比较少,主要为器械训练、支具、压力衣,但支具和压力衣做的有点丑,有点像安徒生的小板凳,呵呵,幸运的是东莞作为世界加工业名城,另外我院为东莞市社

以前心理没把握的早期的手外伤病人现在也敢于做了,发现早期的患者康复治疗效果每天都有明显的进步,心理也非常高兴,真心希望所有的患者能享受到早期康复待遇,但因医保政策引导问题、患者的早期康复意识还比较薄弱甚至不知道康复是什么等情况,很多患者还是没享受到早期康复的待遇。另外香港职业治疗学院老师每月定期临床指导,如黄锦文老师、梁国辉老师、方少丽老师、黄晓芸老师等多名老师到我科进行临床指导,更有针对性对我们手 OT 组的同事在治疗过程中存在的问题进行了个性指导,使我们对手康复的理念及技术有了较大的提高,从刚开始单纯关注患者受伤手局部的功能问题到关注患者的整个身体、心理、甚至基于 ICF 的全面康复,治疗手段也变得丰富多彩起来,如手法治疗、手功能锻炼、支具制作、压力衣及压力垫制作、手工艺制作、书法、文体治疗、中医康复、职业及社会康复等。同时我们同事陆续有幸到香港各医院参观及进修学习,本人也有幸到香港伊丽莎白医院进修学习,在思想理念及技术水平上也收获颇多,也发现香港的医院康复科与临床科室的沟通做的很好,每位患者都建有一个个案,也相当于我们这边的门诊病例,但个案上的项目比门诊病例详细,我想可能这样规定了要沟通的内容,沟通会更快捷,同时也发现香港医生写的手术情况比我们要详细,这样也减少了康复治疗风险的发生率。香港的早期康复做的也比较好,一般患者在手术第二天就可以到康复科接受治疗,所以竟然没发现我们这边几乎对每个病人都要做的

不可缺少的手法治疗,僵硬手的患者也很少。个人认为原因为医保政策引导的较好。外科医生康复意识也较好。在治疗技术上,进修后在早期康复的支具制作、压力衣制作、各病种的治疗计划上有了进一步提高,对于我来说挑战性比较大的是支具的制作,香港的老师基本上十多分钟就可以制作一个支具。心理感到非常佩服。在多次的练习下,慢慢的摸索及在陈刚老师的耐心指导下,对支具的制作理论及技术有了很大的进步。结束进修之旅,回到科室也慢慢的给予患者做些支具。由于动态的支具做起来较复杂,我们科主任特意培养一位治疗师到北京中康学习低温及高温支具制作。目前我科像手部静态支具有我们手 OT 师负责,而像脚托、动态支具等由专门的治疗师制作。在用自己学到的知识技术给患者治疗的过程中,每当看到患者看到自己进步时开心的笑容时,我感觉到从事手 OT 师是一个很开心的工作。

在各位同事的一起努力下,我们科在 2012 年被评为“广东省临床重点专科”,也承担了省市重点和一般课题多项,我也感觉到了作为康复科一员的荣誉感,有付出就会有回报,明天会更好!随着我们康复科的壮大,在东莞来说也有一定的名气,很多其他医院的及社保局领导陆续到我们科参观,我们在临床工作中也强调早期康复的重要性,后期陆续有越来越多的手外伤术后早期患者来到我科住院,僵硬手患者越来越少,真心希望每位手外伤患者都能及时得到最好的康复。



前几年非常流行肌内效贴技术,特别是运动员,由于领导的支持,有幸参加了肌内效贴的培训班,由外籍老师给予我们授课,通过学习发觉肌内效贴用于手外伤患者效果也挺不错,在此给大家分享下,在早期还存在手肿胀的患者,运用于淋巴回流,效果显著,给予我比较大启发的是老师把肌内效贴运用到脑卒中后足下垂患者,查阅相关文献,由于踝背屈肌无力导致足下垂者,肌内效贴对抗踝重力同时诱发肌肉收缩,从而增加肌肉和踝背屈 AROM。根据上述的原理,想能否把肌内效贴运用到手部神经损伤患者上?如一位手腕切割伤员者导致尺神经受损,来到我科的时候环小指出现爪形手畸形,给予患者贴肌内效贴,纠正环小指 MP 关节过伸,PIP 关节屈曲畸形,同时在肌力训练时更有助于蚓状肌、骨间肌的肌力训练,同时肌内效贴具有良好的透气性及伸缩性,小负荷长时间作用于患指上,带着贴布睡觉也不会影响到患者睡眠质量,通过一段时间的治疗,也有良好的治疗效果。

基于 ICF,关注手康复患者的全面康复。在心理康复方面,在我接触那么多患者后,我发现作为一名手科作业治疗师,患者的心理情况也非

常重要,患者的心理康复不仅需要专业的心理医师治疗,另外手 OT 师在患者心理康复中也可以扮演非常重要的角色,因为手 OT 师每天接触患者的时间较多,更利于了解患者的各种基本情况。手外伤患者可导致手外观异常、功能不同程度受限或丧失,降低患者劳动能力,严重影响其生后质量,以及来自家庭、社会的负面因素,给患者带来较大的心理压力,甚至导致更为严重的心理障碍。年龄分布于青壮年人群,以男性为主。大部分患者还是家庭的主要劳动力和经济支柱,伤后会给家庭生活带来严重的影响。特别是断肢(指)患者发生焦虑和抑郁等负面情绪的概率非常高,不利于患者的康复治疗。在这几年工作中,有位患者我印象是非常深刻,这位患者是双手截肢,刚开始接触他的时候,患者不愿意说话,给他安排时间做治疗,基本上很少看到他的人。我们首先针对患者 ADL 评分较低,给患者做了生活辅助器具,尽量先让他解决生活自理问题,增强患者的自信心。后来给家属及患者本人做专业的心理辅导,同时手 OT 师每天给予正面情绪引导,探讨未来的生活的希望,解决来自患者本人、家庭及社会的阻碍。通过多种康复治疗手段,患者在住院期间,负面情绪较入院时逐渐好转,也喜欢跟我们工作人员聊天。

我觉得评价会在手康复中也很重要,有利于各部门之间的沟通,对疑难病例也较好,患者入院后,主管医生、护士、各部门的治疗师先给患者做初步评估,然后开评价会,或通过一段时间的康复治疗,对疑难病例开展评价会。评价会以

患者为中心,由主管医生主持及介绍患者的基本情况,接着到运动治疗师、作业治疗师、心理治疗师、理疗师、中医师、护士陆续发言和沟通,可制定更好的康复治疗计划。

最后,作为一名手 OT 师,感觉自己的工作

非常有意义,很荣幸能成为成为这团队的一份子,也非常感谢香港职业治疗学院的各位老师们和各位专家同仁的辛苦教诲。

2016 深港台莞惠康复论坛暨作业治疗论坛作业治疗分会场总结报告

深圳市第二人民医院作业治疗师 李旭辉

2016 年深港台莞惠康复论坛暨作业治疗论坛于 7 月 16 日至 17 日在广东深圳市彭年酒店隆重举行。此次会议由深圳市康复医学会、香港职业治疗学院、台湾职能治疗学会、东莞市医学会物理医学与康复分会及惠州市康复医学会联合主办,深圳市第二人民医院承办,深圳宝兴医院、深圳市南澳人民医院、深圳龙城医院、深圳恒生医院、医兰达(深圳)网络科技有限公司协办。在大家的共同努力下,会议取得圆满成功!这是继 2015 年深圳国际作业治疗研讨会暨全国作业治疗论坛后,又一推动全国作业治疗发展的新里程碑,体现出我国作业治疗向更加专业化的方向蓬勃发展。

师团队取得巨大进步,我们的合作也已经取得丰硕的成果。今天,香港职业治疗学院在深圳市第二人民医院“作业治疗培训基地”正式挂牌成立,随着深市二院康复中心和香港职业治疗学院深度合作,标志着深圳市第二人民医院康复中心的作业治疗事业将迈上新的台阶。



深圳市第二人民医院康复中心与香港职业治疗学院的合作有 4 个多年头,期间我们的治疗

