

体感游戏—生活和 OT 应该是快乐和有意义的

陈松

福建中医药大学附属康复医院作业治疗师

我是一位 OT 行业的新人，不擅长书写。在听梁老师的“重建生活为本”的讲课之前，思维模式一直很僵化。梁老师运用三元合一的理论将传统康复重新定义，为我打开了一个新的世界。让我明白治疗师的职责就是为患者重建生活的能力、意志和生活方式，以谋求患者重新回归健康、快乐和有意义的生活的机会。“重建生活为本”是一个领先和强大的理念，但如何很好的运用，我却毫无头绪。在向梁老师寻求帮助后，我决定从我较为感兴趣的体感游戏入手。兴趣是可以激发动力，产生动机的，我希望能以此为切入点，将一些原本缺乏生活意志的人，让他们对作业活动产生兴趣，进而在活动中改善能力，最终重建良好和快乐的生活方式。

实践所得

首先，在日常生活的定义里，娱乐休闲活动就是不可或缺的一个环节。我们无论是谁生活都离不开娱乐和游戏。然而在临床的实际情况中，大多数的患者在生病之后，便不在有娱乐和休闲活动。在患者的眼中康复治疗就是日复一日，年复一年的功能训练，这样的理念和生活的的方式显然是错误的。因此，我想让患者能重拾生活的乐趣，给予其生活的意志，重塑生活的方式。

其次，体感游戏较原先的训练方式有许多的优势。体感游戏打破场地和器材的限制，具备更加丰富多彩的活动形式。体感嘉年华、运动爆炸、脑力测试等不同游戏，满足不同需要的人群。它既可以让喜欢室内运动的人群，进行躯干控制的瑜伽活动，也可以满足热爱户外的人群，去体会爬雪山过草地，翱翔九天之上的快乐。因此，体感游戏更加容易激发患者兴趣，改善患者在训练中的专注度。患者有了兴趣和动力，就能坚持进行我们给予他们的作业活动。这个时候，我们治疗师从旁指导，便可以按我们的计划和需要去改善患者能力，重塑其生活方式。

案例分析

在实际的运用中，我们科室目前暂时是以平衡功能、肢体功能以及认知功能来划分，来选择合适的游戏为患者提供帮助。

小 Z:

一位刚参加完中考的毕业生，性格开朗乐观、喜欢运动。因为脑血管畸形导致肢体功能受限，经过一段时间的治疗，可室外监督下少量步行，上肢功能和实用性下降，手部因张力升高伸展困难，实用性下降，肢体和躯干运动不协调。他希望和小



伙伴打球，却因种种原因无法参与其中。根据小 Z 的需求，我和他共同讨论了治疗的方式，为其选定了 Xbox 中的体感运动的游戏，注重他肢体和躯干的协调训练，也成功的引起他参与活动的兴趣，在一段时间的尝试后，他想试试和朋友去打球。

老 L:

病位在脑干，发病两年多了，坐位平衡无法维持，双上肢伸肌张力升高，头控差，手眼协调性差。他的治疗师小郭，尝试过给他在床上训练，桌面进行滚筒木钉等训练，效果不好，并且患者的参与度低。经过我们的讨论，决定使用体感游戏加强头部控制及手眼协调性，并提高坐位平衡。现在，老 L 每天主动要求小郭治疗师为其进行活动训练，小郭治疗师也以此为契机，提升了患者的坐位平衡和头部控制的能力，激发他来到 OT 进行治疗的动机。



我在尝试这种不同以往的作业活动中获益良多，也深刻地感受到自身的不足，所在的 OT 团队也希望能在实践中开发出更多的体感游戏，用活动分析的方法为患者选择更好的、更加适合的游戏方式。因此在和我们 OT 团队治疗师讨论过后，我们决定在已有的基础上完善体感游戏的运用，形成一定的规范和模式，争取广泛运用。目前主要从以下两个方面展开：

1. 平衡能力训练：按照临床上最为简单、常用的平衡分级方法，即静态平衡、自动态平衡、他动态平衡来划分，根据患者每个级别所存在的问题及训练方向，为每一个级别开发出几款适合的游戏，并规范每款游戏应用在每个级别时的操作方法。

2. 偏瘫上肢功能训练：结合我们医院的实际情况，我们决定使用偏瘫上肢功能测试—七级划分法，根据每个级别所存在的问题及训练方向，为每一阶段选择几款适合的游戏，以及制定操作规范。

在经过一段时间的运用后尝试使用表格进行总结，形成标准化的运用。最后推广到让每位治疗师掌握运用，为治疗师和患者提供更加丰富的治疗选择。

希望我们的努力能让患者感受到生活的乐趣，愿意去尝试健康、快乐和有意义的生活方式，这样才不辜负每一位康复工作者的努力。

重建生活为本——作业治疗小组活动之春节挂饰制作

黄秋月

成都市第二人民医院作业治疗师

春节是中国人最重视的传统节日，这是一个全家团聚、共同庆祝、共同展望美好未来的节日，因此春节期间到处都是一片喜庆欢愉的气氛，而在医院却有不少患者因春节不能回家而黯然心伤，特别是我们康复科的患者，他们大部分都需要长期的康复治疗，因此基本将医院当成了家，平时也很少回家或根本回不了家。那么作为作业治疗师的我们能为这些患者做些什么呢？不如组织一次春节相关的疗作业治疗小组活动吧——制作一些春节挂饰。



有了这样的计划后，我们便早早地做好准