



（治療師引領患者“購物”）



模擬生活超市購物訓練形式獨特新穎，如今模擬生活超市已成為恆生醫院康復科一大亮點，貼近患者生活，真實還原生活場景。有效的減低患者無助感從而增加成就感及提高獨立生活能力，在生活中鍛煉、在鍛煉中回歸生活。協助患者重建新的生活意志及習慣，找到新的生活方式，實現生活價值，重新快樂的生活！

任你雨打風吹，我自向陽飛翔

常宇 呂慧頤

山西醫科大學第一附屬醫院

小王是一個要強上進的優秀青年，在父母的精心培育下，他勤奮刻苦，考上名牌大學。翻譯專業、英語八級，碩士畢業後成功應聘到一家知名企業當高級翻譯，工作滿意，父母欣慰，對於他來說，幸福的生活才剛剛起航。

然而不是所有的事都能如願。2015年10月29日，對於小王來說是永遠抹不去的灰色記憶。那一天他突然出現頭暈頭痛，大小便失禁，昏迷等症狀，家人立即將他送往醫院，經CT檢查顯示左側大面積腦出血，腦疝形成。看著兒子突然病倒，甚至病危，媽媽更是焦急萬分，無法接受。在廣東中山醫院經過醫護人員的全力搶救，終於保住了生命，但是卻留下了右側肢體功能障礙的嚴重後遺症，這對於年輕的小王來說無疑是晴天霹靂般的打擊。經過一個療程的治療，他依然不能獨立站起，不能走路，胳膊不能抬起，言語含糊……剛剛參加工作，還未結婚生子，還未孝敬父母……他心情接近崩潰的邊緣，對未來的生活失去信心、自暴自棄。

2015年12月，小王在母親的陪伴下來到了山西醫科大學第一醫院康復科開始了漫長的康復之路……

建生活意志

初次見到小王在病房裡，正值青壯年的他經歷了生死一線，可以體會到他內心的絕望和冰冷的心，對環境淡漠和對旁人不睬。母親每天精心的照顧，相伴康復的病友團與他交心，醫護人員每天耐心的開導，講解康復的重要性，抓住康復的黃金期，慢慢地他也開始配合。在大家堅持不懈的努力下，小王終於開口說話了，漸漸地臉上也有了表情，還主動和醫護人員打招呼。記得有一次，科室的一個看板裡有個英語單詞字母順序寫反了，這麼久了都沒被任何人發現卻被他一眼就識破。小王的細心和他8級英語的高水準得到所有人員的點贊，這是他的財富，是值得驕傲和自豪的閃



重建生活能力

生活自理能力的重建旨在提高患者ADL能力，提高生活品質，更好的回歸家庭、回歸社會。小王的意志力得到重建後，開始接受現實，努力適應並改變現狀。PT指導小王進行翻身、坐起、轉移、行走訓練，糾正異常步態；ST通過發音、圖片、手勢語言和肢體語言，說明小王恢復語言功能；OT幫助他

完成手指和關節的精細動作, 指導小王完成洗臉、刷牙、如廁、穿脫衣、吃飯等基本生活自理能力, 儘量提高患側殘存的功能, 完成生活自理。



康復科是溫暖的大家庭。每天晚上小王和其他病友共同在病房的走廊溫習白天的“功課”，完成治療師佈置的“家庭作業”，斜板負重訓練，蹲馬步，弓步壓腿，組指上舉、抗阻夾肘、朗讀短文、臨摹描紅……夜班 NR 在旁指導，病友團共同鍛煉，這一切成為山西醫科大學第一醫院康復科夜間一道靚麗的風景線。

重建生活方式

2016 年 4 月，小王轉入我院神經外科繼續進行顱骨修補術。在神經外科等待手術期間，小王每日堅持刻苦鍛煉，不忘康復，他的康復理念已經融入日常生活當中。術後再度回歸康復科，繼續康復的航行。

目前，小王基本可以生活自理，可以在室內步行，他每日積極鍛煉，心態良好，並為新入院病友“言傳身教”，正能量滿滿……康復科是病友充滿希望的搖籃，這裡有高端的康復技術，有愛崗敬業的醫護人員，還有最可愛的病友，他們相互鼓勵和支援，一點一滴的進步著……小王也在考慮用自己的專長，建立新的生活方式。

重建生活為本是一套康復理念，是一套旨向重建患者生活意志, 生活能力, 生活方式的康復理念, 是在促進身體基本活動和認知及語言功能的基礎上增加貼近生活的訓練方法, 把基本功能轉化為生活能力, 以三元合一的理念, 調

整個人期望與目標，建立新的生活方式及社會角色，追求成功、愉悅以及有意義的生活。

人生的路漫長而多彩，四季在花開花落中輪回交替，時光在彈指間如駒過隙，在陽光中學會歡笑，在陰雲中學會堅強，在狂風中抓緊希望，在暴雨中抓緊理想，生命就是在一次次磨難裡歷練豐盈，即使風雨再大，也要磨礪鋒芒，笑看風浪。

歡快新年-“意志力”的重建

葛新京

河北省人民醫院康復醫學科

康復，在許許多多的人眼中，並不是一個陌生的名字，中國大陸自從上世紀八十年代將康復概念引入以來，經過三十多年的發展，康復已經有了一個長足的發展，已經從當初的單一訓練逐步發展為以 PT、OT、ST 等多種形式的綜合訓練，然而近些年來，許多參與康復治療工作的同仁都多多少少遇到一些疑問，經過很長一段時間訓練，病人們總是恢復不大，抑鬱、煩躁情緒蔓延，逐漸失去了恢復的信心，意志力遇到了極大的打擊。在這個時候，大家都在想，有沒有一種新的理念或者方法，能夠讓病人變消極為積極，重建意志力，重新拾回生活的自信心？在這個時候，我們有幸接觸到了中國香港職業治療學院梁國輝梁會長的“重建生活為本”的新的作業治療康復理念。



「重建生活為本」康復模式的理念是要協助有長期功能障礙患者，把已恢復的基本功能轉化成為生活能力；利用可支配