

最美好的一天??

台灣楠梓特殊學校 郭俊宏 職能治療師

Paul 是一名四肢癱瘓的腦性麻痺患者，在前年(2014 年)九月入學，就讀高職部綜合職能科一年級，使用一張普通輪椅當作代步工具，由一位看護協助日常生活。Paul 兩上肢的動作原本就有困難，在日常生活中，很少有手臂上舉的動作，兩上肢的操作能力並沒有達到應有的水準。

Paul 從小迄今，一直都無法自行進食，需靠人餵食。高一上學期開學評估，發現“用湯匙，無法維持湯匙水平(食物易掉落)”的問題。高一上學期期初 IEP 會議時，媽媽特別提到：「希望 Paul 能學會自行用餐。」。當時評估認為 Paul 能獨立進食的機會不大。所以，主要的焦點擺在 Paul 的「駝背」與「電動輪椅訓練」上。

Paul 的「駝背」問題，經評估“可以避免問題惡化，無法經由訓練徹底改善”。Paul 坐著時，背部呈現很明顯的向後凸出；平躺時，脊椎接近正常的外觀。經向導師與家長說明之後，提供「撿球舉手訓練」

的入班活動，要求 Paul「左右兩手輪流，用手撿一顆球，手臂上舉停留 3-5 秒。」。建議 Paul 在教室，每天至少撿一盤 15 顆球。Paul 只要將手臂上舉，背部就挺直了，外加每天平躺或趴著拉 10-15 分鐘，即可避免駝背的問題定型惡化。

另外，為了試探操作電動輪椅的可行性，特別安排每週一節課進行「電動輪椅訓練」。Paul 左手的操作較好，使用左手操作電動輪椅的搖桿，控制移動的方向。高一上學期訓練的內容是「八字形移動」，練習繞著四支三角錐左、右轉、向前移動與迴轉。要維持電動輪椅與三角錐的相對距離，需有良好的手眼協調、上肢與手的控制；也需有不錯的空間知覺、距離感。Paul 的操作雖有進步，受限於視覺專注力與眼球動作的困難，始終無法再進一步訓練。

在高一上學期結束前(2015 年 1 月中)再評估一次 Paul 的進食能力，嘗試將桌面用紙箱墊高，模擬使用湯匙進食。事實上，經過一個學期的「撿球舉手訓練」與「電動輪椅訓練」，竟讓左上肢的操作能力大有進步，舀起食物與送到嘴巴的動作，已經具有功能性了。惟當時受限於設備不足，仍認為自行進食尚有困難。

為了不讓撿球活動太無聊，在大原則不變的前提下，導師經常變換訓練活動內容，並將活動融入課程；Paul 也積極練習，雖然建議每天撿一盤球，Paul 都多撿好幾盤。2016 年 4 月某天，導師特別從家裡帶來一支舀洗衣粉的勺子，要求 Paul「用洗衣粉勺子舀雪花片...」。這是一項新的挑戰，高中階段的 Paul，竟直接嗆導師：「為什麼要我做這種動作？」。

發生這樣的事情，表示 Paul 頗有自己的想法。日後做任何事，都要先溝通，把道理講清楚了，才不會又發生同樣的狀況。學校添購的 EatWell 餐具組剛到貨，還未使用過。就請導師跟 Paul 說：「用洗衣粉勺子舀雪花片，是與治療師經過討論，要在教室做的活動，必須繼續練習。」另外，也乘機跟 Paul 提到最近進了一組餐具，探詢其試用的意願，Paul 的回答很“酷”...「好啊!」、「都可以啊!!」。於是，針對 Paul 的進食，再進行一次評估與嘗試。

由於 Paul 兩上肢的動作原本就有困難，加上軀幹低張駝背，讓兩上肢的操作能力雪上加霜。Paul 用湯匙舀起食物後，由於無法維持湯匙的穩定，湯匙內的食物不能從碗安全地送進嘴裡。另外，一般碗的邊緣較高，用湯匙舀起食物時，容易將碗打翻。如何協助 Paul 克服困難呢??

於是在 2016 年 4 月底，讓 Paul 使用輪椅靠近電動升降桌，將 EatWell 餐盤放在電動升降桌上，用四公分厚的泡棉墊高，將兩手肘支撐在桌面上，升高桌面，觀察 Paul 左手的進食動作...天啊!! 我看到機會了。

向導師回報 Paul 有自行進食的可能性，希望利用午餐時間嘗試看看。教室的桌子是輪椅生用的特製大桌子，桌面高度是 77.5 公分。依據使用電動升降桌的測試結果，桌面離地約 80 公分高，是最理想的進食高度。希望這 2.5 公分的差距，不會造成關鍵的障礙。

為了不增加看護的負擔，從 2016 年 5 月初開始第一次嘗試，練習自行進食 10 分鐘後再餵食。在第一次練習時，觀察使用 EatWell 餐具組的湯匙與一般的湯匙，發現使用一般湯匙較順手。Paul 進食時，輪椅要貼近桌子，兩手肘支撐在桌面上，將餐盤墊高 4 公分，用左手持湯匙，從外向內舀起食物，再低頭以口接住湯匙的食物。後來發現 Paul 越來越熟練進食的動作，遂逐漸增加自行進食的時間。之後，就索性請看護把食物準備好，餐盤擺好，讓 Paul 自行進食。

於 2016 年 6 月初，請導師連絡媽媽到學校，同時向媽媽與導師說明 Paul 能自行進食的關鍵因素。首先，**Paul 有足夠的認知與自行進食的動機**。其次，「**撿球舉手訓練**」與「**電動輪椅訓練**」改善左上肢與手部的動作能力。第三**提供合適的餐具**，為了避免餐盤被打翻，Paul 需要「**寬底低邊、底部高摩擦力**」的餐盤；Paul 用湯匙的動作是「**從外向內舀起食物**」，「**餐盤底部高低邊**」高邊朝外(低邊朝內)，方便從外向內集中食物。第四**找出最佳操作能力的擺位**，由於 Paul 上肢的動作困難，為了縮短湯匙移動的距離，採取「**高桌面(80 公分高)**」、「**墊高餐盤**」、「**低頭以口就湯匙**」等方式；

同時讓 Paul「**手肘支撐在桌面上**」，以增加上肢遠端動作的穩定性。運用以上策略，加上**導師給予機會，並花時間指導**，讓 Paul 成功發展出自行進食的動作模式。

Paul 已經於 2017 年六月畢業。一年前 Paul 嗆導師的往事，如今回想起來，如果當時沒有發生任何事情，Paul 到今天，也許仍要依賴看護餵食呢!! 細數這一年來的歷歷往事，因為 Paul 的努力、看護的協助、導師的指導、行政的支持添購設備...等，讓學校團隊獲得完整的經驗。這驚天一嗆，不僅幫助自己結束了十幾年被餵食的生涯，也造福了同樣狀況的學弟妹。這一天，根本就是**最美好的一天啊!!**