

[1].Affleck, A.T., et al., Providing occupational therapy in an intensive care unit.

[2].Schweickert, W.D., et al., Early physical and occupational therapy in mechanically ventilated, critically ill patients: a randomised controlled trial. Lancet, 2009. 373(9678): p. 1874-82.

[3].Morris, P.E., et al., Early intensive care unit mobility therapy in the treatment of acute respiratory failure..

[4].Adler, J. and D. Malone, Early mobilization in the intensive care unit: a systematic review. 2012. 23(1): p. 5.

人生最美是回忆

黎卓琪 职业治疗师

最近一部卖座电影《玩转极乐园》内容讲述关于灵界的家族团聚及当下亲情的冲击，令人感动落泪。剧中主角米哥为了挽救濒临「最后死亡」边缘的太太公阿德，奋力唤醒太婆 Coco 对自己孩童时爸爸阿德的记忆。墨西哥人认为人死后，灵界的生命延续，是需要依靠仍活着的人对他们还存在的记忆，这样将来才能与阳间的亲人再重聚。

最后太婆 Coco 重拾了儿时的回忆，更为家族成员带来破冰的沟通机会，化解了多年以来的怨恨情绪，使各人对往昔的人和事都重新体味了！

这部电影讲述亲情的核心价值，激起了观众的思考，同时提醒我们，快将被遗忘的回忆其实也是构成我们生命的一部分。从怀抱过去到思想未来，使我们体会到生命或精神的延续性。

对于认知障碍症患者来说，他们的记忆每天都在一点一滴地流失。他们恐惧不安，日常生活充斥着无助和挫败感，负面情绪不断地蚕食他们的生命，直至终结。

庆幸「怀缅治疗」是其中一个积极的出路。治疗能协助患者在过去的回忆当中，寻回自己与亲人曾经维系的亲密感和经历，甚至预备面对生命的尽头。犹如

电影主题曲《Remember me》，中文版为《请记住我》，其中歌词：「Remember me, 趁未忘记了彼此，一点差池，掠过就似叶落，如缘慳不见也为着留低我句或字，唯求这歌叫你日夜，记起一些最初…，世界变化太快也有这首歌，唱过听过每片记忆中有我，你我变老太快也有这首歌，也算有爱过…」。

每一段回忆都代表着生命的印记，「怀缅」是让患者找回人生中缺失的那块拼图，让他们再次展现自己生命的角色。



主角米哥的太太公最后靠米哥在太太公的女儿 Coco 面前唱出《Remember Me》，使她记得爸爸，让太太公可以活下去。（《玩转极乐园》电影官方剧照）

怀缅治疗

怀缅治疗是藉回忆对过往的事物及经验重新整合及体验，为参与者在情绪、认知功能、生活的满意程度及自我形象方面带来正的影响。在怀缅的过程中，可以运用恰当的「引导物」来触发记忆，例如旧相片、怀旧音乐、怀旧服饰、旧家具、昔日的生活用品等，从而打开话匣子。治疗的过程能鼓励参与者有效运用剩余的认知能力，从而推迟大脑功能退化。

在治疗的不同阶段，职业治疗师会采用不同的形式来进行怀缅活动。例如在医院、院舍或活动中心，治疗师较多使用小组式进行活动。因为怀缅可被视作社交活动的一种，能避免了强迫长者参加治疗。利用怀缅小组亦能鼓励参与者一起回顾生命的历程，并透过组员之间的互动，让参与者以不同的角度来面对往事，从中肯定自己过去的付出和贡献。部分机构更会设立「怀旧阁」，目的是借助环

境的布置去营造一个易于怀缅的气氛，让参与者可以更立体地投入怀缅主题。



把房間佈置成較生活化的環境能更容易引發長者的記憶（位於青山醫院職業治療部的「懷舊閣」）

即使在长者的家中亦可以个别面谈或家庭聚会形式进行怀缅活动。在职业治疗师适当的指导下，家属也可把怀缅活动应用于生活及日常交谈之中，藉此把长者与现实生活连结起来。例如逛街时路过「天星码头」，便可以谈论以往有关的回忆或历史，从而打开话题。又例如在中菜饭店吃猪脚姜时，可利用视觉、味觉和嗅觉来引发长者分享自己的家乡小吃或儿时生活。此外，职业治疗师亦可以把怀缅活动个人化及恒常化，来帮助家属更容易地掌握活动内容。例如鼓励家人与长者一同制作属于他们的照片故事集。透过翻阅旧照片作为引子，带领长者与家人分享过去与照片有关的感受、意义和回忆，并增强彼此的沟通和连系，以延续患者在个人经历，甚或家庭角色上的体验。家人可以重复地与长者阅读故事集，把它成为一个



恒常而有意义的活动，以减少部分认知障碍症患者因欠缺日间活动而出现的行为与心理症状。

治療師指導家人與認知障礙症患者一同製作屬於長者獨一無二的照片故事集。

【被遗忘的杏林中人】

「我以前在港大带很多学生，我是中医博士毕业的……」，张先生用他剩余的语言能力向家访的职业治疗师说出他过去的成就。因为患上初老期认知障碍症，身体状况急促恶化，他早在六十中旬便被逼终止行医生涯。「他又说这些，看来他还要跟你说好一段时间呀。」张太一脸无奈，不耐烦地听着丈夫失去重点而又重重复复的说话。

每天不间断地照顾丈夫，由起居饮食、梳洗、穿衣、外出覆诊等，张太都是疲于奔命。六年间，张先生由一位身穿白袍、受人敬仰的中医师变成一位需要二十四小时看顾的患者。张太形容丈夫性情大变，即使已失去大部分自我照顾的能力，他仍坚持要自己独立完成日常起居的活动。每当张太尝试阻止或提供帮助，便会刺激他的情绪，令他变得暴躁并出现敌对的行为。张先生亦因为欠缺有意义的日间活动，而半夜经常在家中漫无目的地游走。

当丈夫的记忆只是停留于过往零碎的片段，妻子就已经被每日实际的照顾工作淹没掉。两夫妻不再像以往般有质素地进行对话，剩下的只是没有意义的互相角力。

【由观众席重返舞台】在回忆里寻找自己

离开了熟悉的中医馆，还有药材、手写药方、把脉软垫……，张先生不但失去了医师的身分，也失去了自我肯定的价值。劳碌大半生曾投入的工作，却消失于受认知能力衰退而不断缩小的世界。

治疗师细心了解张先生的背景和机能衰退的情况后，借助了不同的「引导物」来触发他的情绪及记忆，并开始聆听着他的人生故事。手上拿着当年撰写的中医学博士论文，他笑逐颜开地急忙向治疗师展示，「我以前就是做这种工作。」虽然简陋的句子已经不能再清楚地说出当中的典故，但是从那本厚厚的论文、硬皮钉装、并印上烫金的字，这位老中医师曾拥有的卓越成就经已一目了然。

「桑寄生、防风、半夏、白芷……」治疗师取出真实的药材和名字牌，邀请张生一边读出药材名称，一边配对面前的药材样本。他执起药材往鼻子一嗅，每种药材散发出独特的气味，感觉既熟悉又似陌生，仿佛时光倒流到以前赠医施药

的怀念日子了。尽管已忘记了大部分的药材，他还是乐于投入配对名牌的过程。

张先生翻阅着相片簿，当看到一张中医馆开幕的旧照，再度唤起昔日济世为怀的回忆，禁不住热泪盈眶了。抹过泪水，他指着相片中很多在他印象中熟悉的面孔，继续慢慢细味前尘往事。「照片中这个人是你的工作伙伴吗？当时身处何地？你们在做甚么？以往读医是怎样的？」治疗师顺应着他感兴趣的图片去追问，耐心地聆听他谈论以往如何排除万难，一步一步走过充满挑战的岁月。从他的分享，可见他的自尊和自信心再次提升。感恩张生的心田得着浇灌，重拾朝气！

从师徒制的医术传承到结婚、生育孩子、修读博士，张先生与治疗师分享的主题横跨不同年代，涉猎人生不同阶段的历程。在每次进行怀缅治疗，家人和治疗师的焦点全都停留在张先生身上。而当下这刻，他不再是平日活在迷惘中，只能被照顾的人，而是一位能够给予身边人讲述历史的专家！

每个生命都有一出独一无二的剧本，他是自己人生的主角，亦是担纲独特经历的演出者。相信透过治疗师耐心的引导及聆听，定能帮助主角再次踏上舞台演出，展现自己人生每个最美、最关键的时刻！

【共偕白首】重拾亲密关系

经过数十次的怀缅治疗，张太和其他家人都开始掌握怀缅活动的应用技巧。治疗师除了示范如何在活动中引导张先生投入过程，亦鼓励家人让他自然地表达，去肯定他的感受。治疗师透过活动来现身教导张太适当的沟通技巧，提醒张太即使张先生表达的说话内容与事实不符，也切忌立即否定或与他争辩。

为了使活动能持之以恒地进行，治疗师与家人一起为张先生订立每天规律化的活动时间表，使治疗活动能成为他生活习惯的一部分，减少他因为适应新转变而出现的行为与心理症状。而活动日志亦有助家人跟进及具体实行居家治疗活动。

张太慢慢体会到如何运用适当的沟通技巧来配合怀缅活动，便能在轻松的气氛下与丈夫再次连系起来，把时间留在有质素的对话和相处。丈夫一边畅谈往事，太太一直坐在旁边，时而探身为他整理仪容，互相依偎向着对方微笑。在张太眼中，虽然认知的残缺为彼此的生活带来许多转变，但丈夫仍旧是那位满有抱负、热爱家庭的中医师！

结语

职业治疗师在怀缅治疗中担任着重要的角色。除了评估患者的能力及需要、选择合适的治疗形式及媒介外，更需要把当中的技巧传授予照顾者或家人，让双方都能切身体验怀缅的力量。进行怀缅活动时所带来的片刻的欢愉，对患者和家人来说都是很有价值的活动。

参考文献：

- 赖锦玉., 莫静敏., & 香港复康会. 小区复康网络. (2002). 怀缅之道 (第1版 ed.). 香港: 香港复康会小区复康网络.

宠物机械海豹 (PARO) 于认知障碍治疗的应用

薛乐敏 大埔医院职业治疗师

引言

机械人辅助治疗能有效减少认知障碍患者的行为和心理症状 (BPSD), 改善情绪, 并促进患者的社交互动和交流 (Bemelmans R. 等, 2012)。如图 1 所示, 宠物机械海豹 PARO 在过去十年已经在各个国家应用, 并取得积极成效。然而, 目前有关机器人治疗于香港的应用有限, 其治疗效果及相关资料亦甚少刊载。



图一：宠物机械海豹 PARO

有见及此, 沙田医院老人科日间医院开展了一个试验计画, 研究宠物机械海豹 PARO 如何有效稳定认知障碍患者的情绪, 增加他们参与活动的主动性, 以及促进他们的社交能力。

研究方法

研究项目分为三个阶段。第一阶段 - 职业治疗师制定每次使用 PARO 作治疗的内容及标准程序; 第二阶段 - 职业治疗师从沙田医院老人科日间医院的病人中挑选患有认知障碍及出现行为和心理症状的患者以个人 (图 2) 或组别模式试