

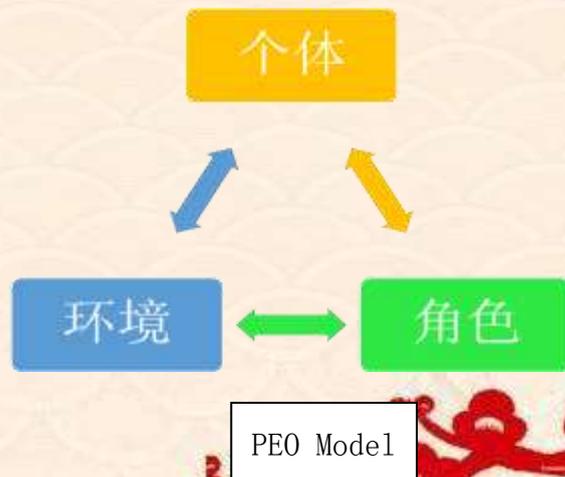
居家作业治疗 - 香港长者服务的经验

注册作业治疗师 刘志豪

作业治疗于美国刚刚渡过 100 岁的生日。100 多年前，大部份作业治疗都是发生于医疗机构内，社区及居家层面接触较少。随着时间及环境的改变，作业治疗师在不同范畴都发挥不同角色，促进伤病者复原及重投生活。其中一个非常重要的发展部份，是如何让病者在家中，在社区，在工作单位以及消闲时都能发挥自己的能力，享受生活，以及感受生活的意义。这个版块中，就是社区及居家作业治疗的角色所在。

世界人口急速老化，中国大陆，香港及台湾亦不例外。根据联合国资料显示，于 2017 年，全球 60 岁或以上人士大约 9 亿人，并估计于 2050 年会倍增至 21 亿人。中国大陆于 2017 年有 2 亿 60 岁或以上的人口(占总人口的 16%)；香港为 160 万位(占总人口的 23%)；台湾为 460 万位(占总人口的 20%)。同时供养比例愈来愈大，表示年青人在供养长辈方面会更吃力，因此如何让长者积极生活，安享晚年及减少残疾，是每个国家都需要面对及努力的事情。

作业治疗强调人的生活价值及独立性，并于自理、日常生活、工作以及消闲四方面得到充份的发挥。作业治疗师透过不同活动，让长者了解、认识、训练、学习各种不同的生活技能，并适当地配合环境的设置以及角色上的转变，从而掌握自己的生活，减低对照顾人员的依赖，成为社会上有能力的一分子。根据『个体、环境以及角色模式』(Person-Environment-Occupation Model)，只要长者的其中一个部份出现缺陷时，其生活表现就会受到影响。这个模式除了适用于患病的长者(如脑卒中、认知障碍症、跌倒等)个案外，作业治疗会用这个思考方向来评估一般长者的能力，并制定相关及个人化的治疗训练方案，提升及改善生活。



长者除在医疗机构接受职业治疗外，更重要的是他们能否在回到家中及社区时，都能发挥应有的能力及角色。如上文所说，长者不一定要进医院或医疗机构才能接受治疗与训练，强化他们现有的能力亦是作业治疗师发展的范畴，配合现时世界崇尚的积极活跃晚年潮流，亦是解决人口老化危机的治本良方。

作业治疗师在居家及社区工作，拥有相关的医学知识外，亦要对社区环境、住屋环境，不同种类的辅具有认识。大部份时间，作业治疗师都是在外工作，更考验独立思考能力及应变能力。另一个与医疗机构不同的情况是，每位长者的家中及社区环境各有不同，对一名长者有效的介入方法，可能对另一长者没有用，治疗器材上亦没有太多，作业治疗师需要灵活地因应实际情况作出介入，活动分析 (Activity Analysis) 就能让作业治疗师因应个别长者的需要，设计不同的治疗方案。

作业治疗师于长者家中提供服务前，应先了解长者的情况。这个可透过医疗记录，电话查询，预约长者到机构初步面谈获取。作业治疗师在这阶段可初步了解长者的能力与期望，并在到访时更有效工作。到达后，作业治疗师应根据实际情况，评估长者的身体机能，包括身体、认知、自理、生活等能力，并需为家中环境进行有关的量度工作，了解长者的日常生活与环境是怎样。作出治疗及建议前，亦需向家人或照顾人员查问照顾状况，因为他们是面对长者最长时间的人，意见非常重要。常见的治疗介入方案包括肢体训练、认知训练、自理训练、辅助配置及教育、环境改造、照顾者教育等等。其中环境改造是一个较大的版块，根据 PEO 模式，良好的环境有利长者；恶劣的环境对长者有害。香港职业治疗学会出版了一本环境改造的指引，可供参考，作业治疗师亦会根据实际情况为长者作改善建议。



教授辅助工具的使用



安装安全扶手及建议清洁用品安全放好

居家作业治疗能提升长者的自理、生活、活动能力，但对有健康危机的长者来说，说服他们及让他们明白当中的意义是较有挑战性，需要作业治疗师的详细分析及说教才可成事。随着人口不断老化，作业治疗的介入让长者活得更有价值，成为社区中的重要一员，各作业治疗师应努力推广，并与医疗机构的人员作紧密沟通，使整个过程更全面及以长者为本。

参考文献:

联合国网站：“World Population Statistics”，Page 23-25，取自：
https://esa.un.org/unpd/wpp/Publications/Files/WPP2017_KeyFindings.pdf

Graff, M. J. L., Vernooij-Dassen, M. J., Thijssen, M., Olderikkert, M. G. M.: “Effects of Community Occupational Therapy on Quality of Life, Mood, and Health Status in Dementia Patients and Their Caregivers: A Randomized Controlled Trial”, The Journals of Gerontology Series A Biological Sciences and Medical Sciences 62(9):1002-9 • October 2007

帕金森症的作业治疗

黄洁汶 香港沙田威尔斯亲王医院 一级作业治疗师

作业治疗

在我们专职医疗上，「作业」是指我们日常生活上所有要做的事。自理、读书、工作、消闲等等都是作业。由婴孩到成年到老年；由做儿女到工作到做父母；由有能力工作赚钱到退休；我们都有不同的角色配着不同的作业须要。就算是健康或有病，我们每天都要实践在生活上不同的有意义作业。帕金森病患者及其家人也不例外，每天都要在生活上做不同的作业。

作业治疗糅合艺术及科学，为各病患者设计针对性治疗活动及训练，让病患者从活动中学习适应技巧，改善他们的生理和心理，克服病患引致的残障，激发病患者的潜能，从而达致最大的独立能力，以生命影响生命。