

灾后重建康复情系汶川

董安琴 郑州大学第五附属医院

十年前，突如其来的汶川特大地震夺走了数万同胞的生命。十年间，我们从伤痛中起身，擦干泪水，坚定信念，砥砺前行。而今，十年光阴已如白驹过隙，在网络上，人们再次集体缅怀，追溯亲历者的故事，歌颂动人的英雄事迹，但却鲜有人提及康复工作者这十年对受难者们的默默地守护与付出。

地震后，国家投入了大量资源进行灾后民生、教育、医疗、工业、农业的重建工作，与此同时，卫生部领导对灾区伤员的康复医疗也给予了高度重视，在四川建立了3个省级地震伤员的康复中心、6个地州级康复医疗服务区，以及多个小区卫生机构，构建了三级康复医疗网络。十年过去，虽然新汶川已然面貌一新，再次焕发勃勃生机，许多人已经淡忘了十年前的满目疮痍，但是对于那些身心均遭受巨大创伤的灾民来说，他们最为期盼的是得到持续的康复服务。灾后的康复服务内容主要包括家庭康复训练指导、心理支持康复、环境评估与改造、辅助器具配置与使用训练，以及职业能力评估与就业指导等。灾后康复的目标是确保残疾人群能够充分发挥其身心能力，获得正常的服务与平等的机会，重返小区和工作岗位，过上有尊严、有意义的生活。灾后重建康复团队由社会工作者、作业治疗师、物理治疗师、义肢矫形师、心理咨询师组成。本人作为一名香港注册的作业治疗师，于2010年10月至2011年8月，由香港红十字会派遣至香港红十字会四川德阳残联康复中心工作，主要的工作任务是对地震后遗留身心残疾的人群进行家居探访，探访服务的内容包括家庭康复锻炼指导、日常生活自理能力（ADL）训练指导、辅助器具配置与使用训练、家居与小区环境评估、物理环境改造、职业能力评估、就业指导、心理咨询，以及照顾者心理支持康复。作业治疗师（OT）的服务目的是说明身心残疾者最大限度的发挥残存功能，利用辅具等代偿已丧失的功能，通过调整作业活动、改造物理环境、配置辅助器具等方法，提高其自我照顾水平和家庭

独居生活能力，提高其生活质量，帮助其与功能残疾和谐共存，过上有尊严的幸福生活。

在德阳工作期间，本人与其他 OT 同事们对 600 余名地震后身体残疾者进行了家访，共完成家访 1000 多人次，为 100 余名受难者配置轮椅、手杖、洗澡椅、坐便器、矫形器等辅助器具，为 80 余名受难者提供了家居环境改造服务。康复团队家居探访的对象主要包括骨折、截肢和脊髓损伤受难者。

5.12 地震中骨折伤员所占比例最大，其中以下肢胫腓骨骨折最为常见。对下肢骨折伤员，由于早期的长时间制动，导致肌肉萎缩、关节活动受限，大部分骨折者仍需要使用轮椅或拐杖辅助步行，并且因关节活动受限导致下蹲如厕困难，需要配置辅助具和卫生间的改造。上肢骨折者因关节活动受限而不能独立穿衣、修饰、洗头 and 洗澡，需要 OT 指导调整日常作业活动，并配置特制的梳子、长柄沐浴球等自助具。

除骨折外，地震后截肢者占绝大部分，许多截肢者因残端护理不当导致皮肤溃烂、压疮、肌肉萎缩、骨刺等并发症，已配备假肢的患者因生长发育等因素造成假肢接受腔不适合、假肢不匹配，导致这类人群无法穿戴假肢参与日常生活活动，不能完成简单的自我照

顾。义肢矫形师和 OT 一起对此类人群进行家访，帮助其安装适合的假肢，并指导其正确地使用穿戴和假肢、残肢和残端护理的正确方法，以及穿戴假肢后自我照顾的训练指导。

灾后重建作业治疗的主要服务项目是家居环境改造，其所要遵循的原则是，不能因为解决一个群体的障碍而对其他群体造成不便。家居环境改造的内容主要包括：(1)将门前台阶换成斜坡；(2)清除室内台阶与门坎，清理妨碍房间通道的杂物；(3)卧室、客厅、浴室、厕所地面平整，进行防滑处理；(4)改造推拉门窗，设关门把手；(5)将蹲厕改成坐厕，并调整坐便器高度 45 厘米，坐厕两侧安装扶手；(6)调整厨房灶台高度与深度；(7)调整毛巾架、置物架高度，安装防跌安全扶

手；(8)淋浴间配淋浴座椅并安装扶手。

下面以一位双下肢截肢者为例，介绍 OT 实施环境改造的内容。

首先，在进行家居环境改造前需要考虑环境的安全性，例如房间光线、电线和插座的摆放是否安全等

图 1：房间光线较暗，地面湿滑，电线与插板置于入口处



其次，考虑家中常用物品的摆放位置和可获得性，例如物品的摆放位置是否容易拿取、是否存在跌落危险等

图 2：物品摆放过高或过低



再次，考虑家中与户外环境的可进出性，例如家具摆放是否阻塞信道、信道是否足够轮椅通过、是否有斜坡装置、厕所是否适合轮椅使用者等

图 3: 房间入口阻塞、台阶、蹲厕



最后，根据患者及照顾者的需求进行家居环境的改造

图 4: 门口台阶改成斜坡、卫生间安装带扶手的坐厕



风雨十载，守望相助，灾后重建康复服务情系汶川，康复医务工作者一直默默地守护和关怀着每一位身心残疾者受难者，帮助他们走出苦难，克服障碍，重新拥有便利、舒适、健康的生活。

(董安琴)