

災後重建康復情系汶川

董安琴 鄭州大學第五附屬醫院

十年前，突如其來的汶川特大地震奪走了數萬同胞的生命。十年間，我們從傷痛中起身，擦乾淚水，堅定信念，砥礪前行。而今，十年光陰已如白駒過隙，在網路上，人們再次集體緬懷，追溯親歷者的故事，歌頌動人的英雄事蹟，但卻鮮有人提及康復工作者這十年對受難者們的默默地守護與付出。

地震後，國家投入了大量資源進行災後民生、教育、醫療、工業、農業的重建工作，與此同時，衛生部領導對災區傷患的康復醫療也給予了高度重視，在四川建立了 3 個省級地震傷患的康復中心、6 個地州級康復醫療服務區，以及多個社區衛生機構，構建了三級康復醫療網路。十年過去，雖然新汶川已然面貌一新，再次煥發勃勃生機，許多人已經淡忘了十年前的滿目瘡痍，但是對於那些身心均遭受巨大創傷的災民來說，他們最為期盼的是得到持續的康復服務。災後的康復服務內容主要包括家庭康復訓練指導、心理支持康復、環境評估與改造、輔助器具配置與使用訓練，以及職業能力評估與就業指導等。災後康復的目標是確保殘疾人群能夠充分發揮其身心能力，獲得正常的服務與平等的機會，重返社區和工作崗位，過上有尊嚴、有意義的生活。災後重建康復團隊由社會工作者、作業治療師、物理治療師、義肢矯形師、心理諮詢師組成。本人作為一名香港註冊的作業治療師，於 2010 年 10 月至 2011 年 8 月，由香港紅十字會派遣至香港紅十字會四川德陽殘聯康復中心工作，主要的工作任務是對地震後遺留身心殘疾的人群進行家居探訪，探訪服務的內容包括家庭康復鍛煉指導、日常生活自理能力（ADL）訓練指導、輔助器具配置與使用訓練、家居與社區環境評估、物理環境改造、職業能力評估、就業指導、心理諮詢，以及照顧者心理支持康復。作業治療師（OT）的服務目的是說明身心殘疾者最大限度的發揮殘存功能，利用輔具等代償已喪失的功能，通過調整作業活動、改造物理環境、配置輔助器具等方法，提高其自我照顧水準和家庭

獨居生活能力，提高其生活品質，幫助其與功能殘疾和諧共存，過上有尊嚴的幸福生活。

在德陽工作期間，本人與其他 OT 同事們對 600 餘名地震後身體殘疾者進行了家訪，共完成家訪 1000 多人次，為 100 餘名受難者配置輪椅、手杖、洗澡椅、坐便器、矯形器等輔助器具，為 80 餘名受難者提供了家居環境改造服務。康復團隊家居探訪的對象主要包括骨折、截肢和脊髓損傷受難者。

5.12 地震中骨折傷患所占比例最大，其中以下肢脛腓骨骨折最為常見。對下肢骨折傷患，由於早期的長時間制動，導致肌肉萎縮、關節活動受限，大部分骨折者仍需要使用輪椅或拐杖輔助步行，並且因關節活動受限導致下蹲如廁困難，需要配置輔助具和衛生間的改造。上肢骨折者因關節活動受限而不能獨立穿衣、修飾、洗頭和洗澡，需要 OT 指導調整日常作業活動，並配置特製的梳子、長柄沐浴球等自助具。

除骨折外，地震後截肢者占絕大部分，許多截肢者因殘端護理不當導致皮膚潰爛、壓瘡、肌肉萎縮、骨刺等併發症，已配備假肢的患者因生長發育等因素造成假肢接受腔不適合、假肢不匹配，導致這類人群無法穿戴假肢參與日常生活活動，不能完成簡單的自我照

顧。義肢矯形師和 OT 一起對此類人群進行家訪，幫助其安裝適合的假肢，並指導其正確地使用穿戴和假肢、殘肢和殘端護理的正確方法，以及穿戴假肢後自我照顧的訓練指導。

災後重建作業治療的主要服務專案是家居環境改造，其所要遵循的原則是，不能因為解決一個群體的障礙而對其他群體造成不便。家居環境改造的內容主要包括：(1)將門前臺階換成斜坡；(2)清除室內臺階與門檻，清理妨礙房間通道的雜物；(3)臥室、客廳、浴室、廁所地面平整，進行防滑處理；(4)改造推拉門窗，設關門把手；(5)將蹲廁改成坐廁，並調整坐便器高度 45 釐米，坐廁兩側安裝扶手；(6)調整廚房灶台高度與深度；(7)調整毛巾架、置物架高度，安裝防跌安全扶

手；(8)淋浴間配淋浴座椅並安裝扶手。

下面以一位雙下肢截肢者為例，介紹 OT 實施環境改造的內容。

首先，在進行家居環境改造前需要考慮環境的安全性，例如房間光線、電線和插座的擺放是否安全等

圖 1：房間光線較暗，地面濕滑，電線與插板置於入口處



其次，考慮家中常用物品的擺放位置和可獲得性，例如物品的擺放位置是否容易拿取、是否存在跌落危險等

圖 2：物品擺放過高或過低



再次，考慮家中與戶外環境的可進出性，例如傢俱擺放是否阻塞通道、通道是否足夠輪椅通過、是否有斜坡裝置、廁所是否適合輪椅使用者等

圖 3：房間入口阻塞、臺階、蹲廁



最後，根據患者及照顧者的需求進行家居環境的改造

圖 4：門口臺階改成斜坡、衛生間安裝帶扶手的坐廁



風雨十載，守望相助，災後重建康復服務情系汶川，康復醫務工作者一直默默地守護和關懷著每一位身心殘疾者受難者，幫助他們走出苦難，克服障礙，重新擁有便利、舒適、健康的生活。

(董安琴)