

重建生活为本理念实践：脊髓损伤个案分析

杨碧珊

美国克瑞顿大学康复科学硕士

刚刚从事作业治疗，非常荣幸的接触到了梁国辉老师的“重建生活为本作业治疗理念”，让我明白了真正的 OT，如何做到真正的 OT。在一年工作中实践着这套模

式，让我慢慢地体会到 OT 的角色和力量。

重建生活为本作业治疗核心概念在于“新 OT 三宝”，OT 的角色是引导者，OT 是干预者，OT 坚信可以协助“所有服务对象都能够重建成功、幸福、愉快、有意义的生活”。

下面就我经历的两例脊髓损伤患者个案与大家分享重建生活为本作业治疗理念的实践经验。

案例一

H 先生, 34 岁, 脊髓损伤(C4-C5 颈髓动静脉畸形破裂术后) C6 脊髓损伤 B 型。

他原本是一位 IT 行业部门负责人, 家中有父母和两个弟弟, 住院期间由母亲和三弟陪同。

术后半个月他来到我们部门接受作业治疗。每天躺在床上, 能动的只有双上肢的肘以及左侧微弱的腕部。透过宣教, 他慢慢了解了脊髓损伤的基本知识, 对于医生的“判刑”, 他无论如何也不能接受, 根本不能接受坐轮椅, 他相信自己能够站起来。

初次访谈: 了解到他的日常生活需求和愿望, 达成共识目标, 制定了短、中、长期目标和康复训练计划。

在治疗当中鼓励他做更多自理的活动, 协助他使用生活小辅具, 包括 C 型手柄牙杯、手机支架、轮椅配备、轮椅防滑手套, 同时给与上肢力量、手功能的诱发及灵活度训练、坐位平衡、还教会他协助下转移、轮椅技巧训练。

第二次访谈: 了解到他回家后发现还是有很多障碍, 但他自己认为练习之后是可以完成的。对于未来还是希望能够从事 IT 行业。

作业治疗计划制定：

我们共同制定了三条路线目标：

1. 肢体功能上
加强手指的控制能力和躯干控制

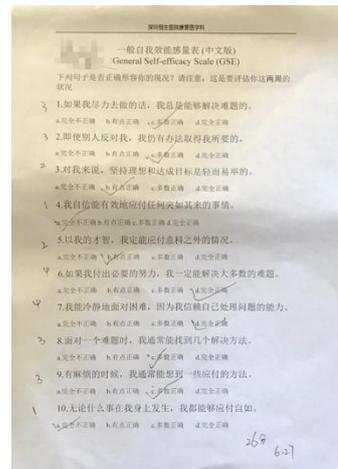
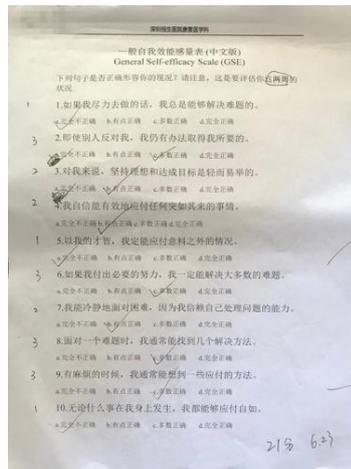
2. 生活能力上提高
穿衣裤速度，独立床-椅转移，掌握平地轮椅操作技巧

3. 社交娱乐上保持与朋友的联系，持续关注 IT 行业的动态，学习感兴趣的领域和保持有看电影、漫画、下棋的兴趣爱好。

除此之外对照顾者也达成了照顾目标，包括辅助减压、辅助转移、体位摆放、饮水量控制等。在治疗时间内我们将重点放在前两部分，而最后一部分则通过建议和聊天追踪。

经过一个月作业治疗后，重新做了评估：手功能的灵活度、肌力有进步，FIM 评定进食、洗漱、穿衣及转移项分数提高，结论由中度依赖进步至轻度依赖。而在此期间他在照顾者的陪同下坐地铁外出都没有问题，每周至少一次餐厅就餐，平地驱动轮椅以及上下缓坡都能够独立完成。此外，在一次园艺小组活动中我们运用“自我效能感自评量表”，用于评估该作业活动的疗效，结果乐观。





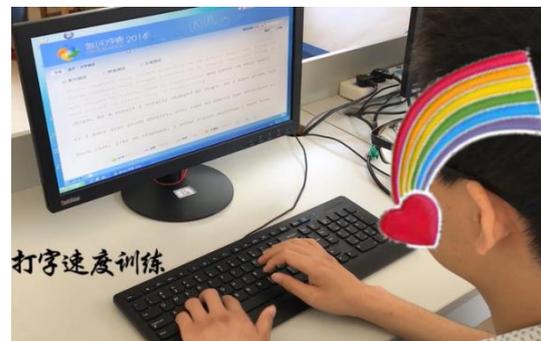
(自我效能感自评量表)

阶段治疗后的访谈：我们回顾了治疗的过程和内容，一个月前定的目标已基本完成，提及到对未来的生活规划，他希望加强生活能力，自己能开发一个小程序。“生活还是很美好的”他发出的感慨，证明他重燃希望和对未来的追求。

环境调适：



手功能训练



打字速度训练

对于 H 先生，处于住院中期治疗阶段，在治疗过程中不断挖掘其需求，再给与及时的干预，包括辅具自助具使用、家属的宣教。家属在整个作业治疗过程也是非常重要的角色，配合到计划的实施。



椅-床独立转移练习



独立操作轮椅上下坡训练



长坐位穿衣速度练习



轮椅平地驱动技巧
(加速、急刹、后退、转弯)



穿裤子速度练习



独立操作轮椅外出

案例二

S 女士，35 岁，脊髓 T9-11 骨巨细胞瘤切除术后 3 年，T11 脊髓损伤 A 型。

她原本是一位热爱生活、热爱舞台、不甘于向不幸低头的酒店经理，事业有成，生活多姿。却因命运的安排，失去了独自行走的能力，暂别了她热爱的舞台。住院期间由护工照顾。

在病后的前两年，在其他医院接受综合康复治疗，作业治疗部分负责她的躯干力量练习以及基本的日常生活能力训练，自己可再轮椅上穿脱衣服、裤子、洗漱，床-轮椅、轮椅-椅之间转移，借助电动轮椅能在平地和平缓的坡移动自如，穿戴长支具使用助行架能进行短距离的治疗性步行。基本的日常生活活动是轻度依赖，（洗澡、导尿、穿鞋袜需要帮助），复杂的

日常生活活动比如做家务、外出购物、搭乘公共交通工具是没有尝试过。

访谈评估：

在第一天我对她进行了访谈以及一系列的作业治疗评估，然后给她看了一个真实记录的视频，视频里的女主角是香港的一位车祸导致的脊髓损伤患者，受伤后 20 年，病情比她严重，但她凭着对生活的热爱，现在自己能够一个人生活，去旅游、跳伞、参加各种慈善机构，为大众分享经历，激励身边的病友。她未来计划是想做点自己喜欢的事情，渴望能从以往站立的角度完成一些作业活动，但目前她还不确定自己可不可以做得到。

在轮椅上穿鞋袜的技巧、模拟家务练习、手动轮椅的技巧练习（摔倒后如何保护自己、如何重新回到轮椅上、跨越路面障碍、上下坡）、她接受了我的建议开始尝试自己洗澡，向护士学习控制饮水量，学习自主导尿。加强躯干控制能力。

作业活动的设计、实施与调

在出院前一个月她购买了邦邦机器人（专为截瘫患者站立设计，重圆他们站着看世界的梦想），我们又进行了从起床穿戴机器人到洗漱和烹饪的训练，我对床、灶台、洗手池、橱柜等的高度尺寸进行测量，最后给到她一份新居装修设计建议。



基本日常生活技巧巩固练习



在轮椅上进行物品清洗活动



治疗室与病房使用辅具进行家务活



轮椅摔倒保护及坐起训练

环境调适：

对于此个案，她上肢和手功能没有受损，根据她的需求，给她建议配备了一个可以随身携带的拾物夹，能够取到高处和地上的物品。另外最重要的是新居设计的建议，由于房子还没有开始装修，我们可以根据在治疗室模拟了作业活动之后测量适合的数据以及记下一些注意事项，以更适合她将来的生活。

在出院前，她在病房可以完全独立一个人生活，包括清洁卫生、洗衣服，可以驱动电动轮椅外出购物用餐，有自己的微店。

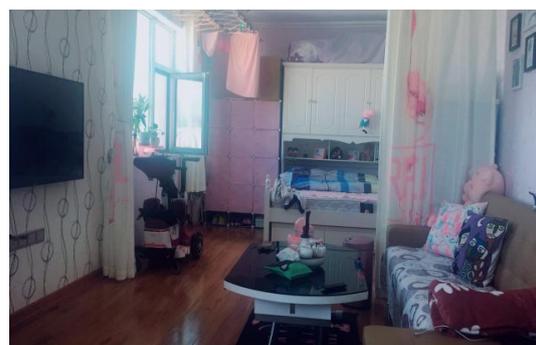
离开医院已经有 5 个多月，跟踪随访，她生活的很惬意。大部分时间她都是一个人在家，经常邀请朋友们来家做客，在邦邦机器人上做饭给他们吃，可以在朋友陪同下去逛公园。她还做起了直播，在个人账号上上传了许多她平日锻炼、做家务的日常视频，给遭受着不幸的患者传递正能量。直播和微店也能为她提供一些经济来源。最近她加入了青海西宁脊髓损伤患者组织，病友教会她一些运动轮椅比较复杂的技巧。目前参与青海地区组建基金会，帮助更多的病友。尝试报名参加北京独立生活训练营。我们一直保持联系，我告诉她这篇文章的存在，她非常开心，十分支持。我期待她带来更多的好消息！



轮椅跨越障碍训练



模拟烹饪



在青海西宁一个人生活的新家



在家做饭

患者如此感言，“作业治疗总是在我需要我做，想做一些事情的时候为我提供方法。我说做出院准备，治疗师就教我各种自己在家需要完成的技能；我说有次轮椅后倾吓到我，她就教我练习轮椅摔倒后自我保护及如何起来；我说回家需要家庭改造，她就暖心地将每一个能想到需要环境改造的地方写下来。那么我一直以为自己是不幸的，可是我又是那么幸运，总是遇到这样那样让我心里倍感温暖的人。”生病以前，在朋友眼中，她是有着稳定工作、爱旅游、爱舞台的才女，生病之后，作业治疗陪伴她渡过最艰难最没有信心的日子，重新带她看到生活的美好，教会她以新的方式投入到生活的怀抱。



与组织里的朋友一起出行



参加青海脊髓损伤协会户外活动

重建生活为本作业治疗理念指引更多新的作业治疗师认识 OT 本位，遵循真正 OT 之道。在实践重建生活为本作业治疗理念以来，我越发体会到 OT 的意义，当看到相处许久的患者共同努力后有新的成果，由一蹶不振到他们主动告诉你生活当中的一丝成就；当他们由一直抱怨自己什么都做不了到有一天他们出院回家后给你发一些他们正在做一些事情的小视频，你深感欣慰，这也便是作为 OT 的成就。

特别感谢“重建生活为本作业治疗”理念的创始人梁国辉老师，正是受益于这套理念，我能得以在工作中不再迷茫，感受 OT 的乐趣，并继续深爱 OT。

在以上的案例中，OT 的角色是观察者、引导者、也是生活教练，和脊髓损伤的患者共同面对障碍，用专业的干预手段做许多评估、观察、访谈，找到他们的需求，再一同用许多代偿或代替的适应性方式来跨越障碍，脊髓损伤的患者重新看到未来生活的希望。但不仅仅是脊髓损伤的患者，OT 在面对任何在生活上遇到困难的人都可以发挥这

蒋先生，48 岁，病前担任一建筑公司项目经理，右利手，一年前因言语不利伴右侧肢体活动障碍入当地三甲医院治疗。影像学诊断左侧基底节区、放射冠区、半卵圆中心，颞叶脑梗死。经 15 天保守治疗后转社区一家医院康复两月余，情况好转不明朗，于 2017 年 10 月 16 号来我院进一步介入康复治疗。

初期，我们 OT 小组对患者进行了评估：

邮箱 (Email): hkiot@hkiot.org

网页 (website): www.hkiot.org

脑中风个案分析：重塑未来

王振华

济南白云医院康复科作业治疗师长

1. Brunnstrom 分期上肢三期，手三期；2. 肌张力采用 Ashworth 量表评定肘屈肌、腕屈肌、指间屈肌肌张力均为 2 级；3. 坐位平衡三级，站立位平衡 2 级；4. 生活自理能力采用 Barthel 量表评分 60 分；5. 偏瘫手功能评分为辅助手 C；6. 深浅感觉均减退；7. 并发症：肩手综合征 2 期，肩疼指数 9/10 分（影响夜间睡眠）、肩胛骨下沉后撤；8. 心理健康指数采用沃里克爱丁堡心理健康量表（中文简编版）评分为 8 分；9. 身心健康采用世界卫生组织身心健康指数评定为 0 分。10. 通过访谈，患者情绪悲观、有自杀倾向，了解到患者日常生活习惯。