

方面更為有效。本研究報導 SPS 肘關節矯形器使肘關節屈伸主動活動度平均增加 42.69°，活動範圍達 110.28°，已經能滿足日常生活所需要 100° 屈伸的功能活動範圍。SPS 肘關節矯形器是一種合理、有效改善患者手上肢功能、日常生活能力及其生活品質的康復訓練方法，臨床工作中值得推廣使用。

Simon's Ring 在偏癱手功能康復中的應用

蔡素芳

福建中醫藥大學附屬康復醫院作業治療部

在臨床工作中，您可能會遇到這些手功能障礙的問題。腦卒中後，由於異常的運動模式導致的上肢痙攣模式：肘屈曲，前臂旋前，腕屈伴一定的尺側偏，指屈曲內收，拇指屈曲內收。



大部分醫院和康復中心把治療重點放在訓練患者重新步行及在日常生活活動中獨立上，結果常常忽略了手部的關注，只是對手指進行簡單的屈伸，或是用一個分指板將手指置於伸直位，沒有進行對恢復其功能活動的特殊治療。在給患者做治療的過程中，我們常常會看到許多患者肩肘的功能挺好，然而手部的功能卻很差，腕手常常處於屈曲，拇指屈曲內收狀態，

尤其是拇指不能完成對指對掌動作，從而導致患者越來越依賴用健手進行所有的活動，患手的潛力也不能得到充分的發展，干擾到其日常生活活動的能力。

在早期，我們除了對手指做簡單的關節被動活動、使用矯形器使腕手處於伸直位、向心性纏繞或按摩手部緩解手部腫脹等以外，我們還可以怎麼做呢？

早期的介入

從發病時起，就必須充分保持患者手部的靈活性，並抑制屈曲痙攣模式；充分的利用各種治療措施，預防肌肉萎縮，保持手指的活動度，尤其是拇指的對掌功能，手指的屈伸活動；增加患者主動性。這是康復治療階段的重要組成部分。

來看看作業治療師的創新能力，靈活地使用矯形器，同樣可以將腦損傷後手功能訓練推進得很早期！



基礎版 Simon's Ring



腕背伸版 Simon's Ring

Simon's Ring（中文稱為“錦環”）是以黃錦文先生的英文來命名的，是一種創新性的用於手功能訓練的矯形器，可以有多种形式。

郵箱（Email）：hkiot@hkiot.org

網頁（website）：www.hkiot.org

理論基礎

對患者進行早期介入，使手指處於手掌對指的位置，儘早給予手指更多的良性刺激，同時給大腦更多的資訊回饋，希望在大腦重置的過程中提高重置的品質。

製作方法

腕背伸位 Simon's Ring，包括前臂、手腕以及手指三個部分。以下視頻演示了整個 Simon's Ring 製作的過程。

一、前臂部分製作

1. 取肢體紙樣



①手臂擺放：前臂旋前，腕中立位置於桌面上。筆垂直位沿著手臂的輪廓將其畫出，並標記出腕橫紋的位置。

②在上圖輪廓兩端各放寬約為手臂厚度的一半。

③在遠端多留出一部分，以便能包繞腕部附件。



2. 裁剪



- ① 將紙樣輪廓剪下②在 P 板上拓出一樣的圖③使用強力剪剪下板材

3. 塑型

- ①將板材放入大約 70°C 的恆溫水箱中加熱②待到透明即可取出擦乾



③治療師將板材放在自己的皮膚上試溫，待不燙傷皮膚的溫度時便可在患者皮膚上塑形。

- ④待冷卻後將多餘的部分用筆劃出並取下修剪



二、手腕部分製作

①取一長約 30cm，寬約 5cm 的條子②加熱



③取出立即卷成細長條④保持在圖四姿勢待冷卻，患者手處於背伸位元（角度根據需求）



三、手指部分

①剪出一長約 30cm，寬約 3cm 的長條②如圖包繞在患者手上



③調整拇指的位置至對掌位，拇指及手指整體塑形



四、大組合

①將前臂部分的遠端多留出的部分軟化



② 將前臂部分與手腕部分連結



③ 將手腕部分與手指部分連結



④貼上魔術貼，完工



訓練方法

第一步：

佩戴好 Simon's Ring，健手托著患手（如右下角圖示），在健手的輔助下拿取木釘。



第二步：

意念想像打開手指，將木釘鬆開放入盆中。

第三步：

若患者無法主動鬆開木釘，可以使用健手拇指將木釘推開。



第四步：

當患者肌張力有增高時，患者可以將患手置於桌面上牽伸；放鬆後再按照第一到第三步的方法拿取以及鬆開木釘

病房內訓練延伸

治療室內短短的半小時的訓練時間是遠遠不夠的，需要讓患者將治療室外的時間充分利用起來，增加手功能訓練的頻率（少食多餐的道理）。

1. 在病房內可以提供患者訓練的工具有很多，比如礦泉水瓶蓋、積木、小紙團等。可以早、中、晚各訓練20分鐘。
2. 囑患者在其餘沒有訓練的時間內佩戴 Simon's Ring，以保持手腕背伸位、拇指對掌位。

