

上海市

为庆祝 2018 年第 9 个“世界作业治疗日”，上海市五所医院响应“作业治疗，祝您回家”开展了系列活动，其中包括上海市瑞金医院、上海阳光康复中心、上海市养志康复医院、岳阳医院、华山医院。

上海市瑞金医院康复医学科作业治疗部在 2018 年 10 月 24 日举办“作业治疗，助您回家”病例分享活动。活动对象来自全国各大医学院校康复专业的医学生 30 余人。由作业治疗师肖梓豪为大家分享作业治疗在卒中患者全面康复中的实施及疗效。各位同学在听后都受益匪浅，他们更了解 OT 的丰富内涵，OT 在康复中的意义和重要性！



上海阳光康复中心举办了一次“病友心得分享”活动向大家普及作业治疗知识，分享回归家庭心得体验，同时推广人性化、现代化、国际化的作业治疗理念，帮助大家理解患病与回归家庭之间的关系。



“作业治疗，祝您回家”

——病友心得分享



治疗师 B：曾经她也低落迷惘过，自己一句话都不会说只能用手势简单的需求，半边手脚不会动转到轮椅上都没有办法，需要母亲寸步不离的照顾……现在的她是一个自立自强、乐观向上的姑娘。每天自己背着小包，打车往返于家与医院之间，治疗之余和病友或治疗师谈笑风生。周末不做治疗的日子，自己买菜、做饭，花费小半天的时间为妈妈和老公做一顿丰盛的晚餐，为老公的生日做刺绣礼物，用左手和辅助的右手把不可能变成可能。目前还在筹划回去工作的事情。现在的她带给我们的总是满满的正能量。



- 今天 今日菜谱：排骨萝卜汤 红烧大头虾 白煮芋茼蒿角
- 21:00 今日菜谱：黄鱼炒蛋 清炒豌豆苗 咸蛋黄珍珠丸
- 20:00 今日菜谱：馄饨 蒸角
- 19:00 今日菜谱：红烧排骨 炒洋葱 紫菜蛋花汤



治疗师 C：老高讲的内容真的是脊髓损伤患者一路走来最真实的心路历程，从对于其他病友的质疑到如今的融入他们当中去，他付出的艰辛都是我们所有治疗师有目共睹的。从当初对于自己的能力不停的质疑，到如今能看到他不怯于这么多病友面前“高谈阔论”，作为他的作业治疗师我甚是欣慰。他所收获这份自信，也是他努力的汗水浇灌的最佳果实。



治疗师 D：身残志坚，归途咫尺。“盖文王拘而演《周易》，仲尼厄而作《春秋》”，我们经历着人生中一个又一个坎坷的道路，可能这正是其中一个。但是一个人伟大之处正在于再次升起，身体功能的提升固然重要，内心的强大亦不可抛。从我们第一次评估到建立深深的信任，从软瘫到肢体逐渐恢复，从依赖家人到逐渐生活独立，从漠然到对生活充满激情。我正在见证着他不仅仅是功能恢复，还有内心的乐观与坚强；我正在见证着他对自己的宽容，对家人的感恩；我正在见证了他的人生慢慢升起。这也是我选择他的原因，内心强大的人也是最可爱的人，希望你早日回归家庭和社会，重新开始精彩的人生。



治疗师 E：初次见她，胆怯、恐惧是她的代名词，坐站转移皆是问题，对于回归社会不报任何希望，在首次康复达到日常生活基本自理过后，时隔数月，她再一次来寻找我们。这一次的她，乐观、向上，主动和我们分享她生活中的点点滴滴。除了洗澡中母亲的安全监护以外，所有的自理问题都不再是难题。这一次她同样听取了我们的建议，鼓起勇气联系各路亲朋好友，学习网络营销知识，从曾经的必胜客副店长摇身一变，成为一名淘宝自营店店主。我依稀记得她总是挂在嘴边的一句话，逆境的阳光也是阳光。当初的目标对于她来说已易如反掌，如今我希望，她可以在社会上再次打拼出属于自己的一片天空。



活动结束后每位交流的病友都获得了来自自己责任治疗师精心准备的小礼品一份



通过此次活动，大家对于作业治疗，对于回归家庭都有了不一样的理解，在接下来的时间里大家都能够以回归家庭，回归社会作为目标而不懈的努力，相信大家都能够彻底离开医院！希望病友和我们余生很长，江湖不再见！

2018 年世界作业治疗师日

“作业治疗，助您回家”主题活动——购物出行社会适应训练

活动简介

沐浴阳光，秋风正爽。在 2018.10.26 作业治疗师日这一天，上海市养志康复医院作业治疗科带上了医院整个 OT 病区的 20 余名患者，14 名工作人员，1 名护士，1 名病区主任，完成了将平日训练与回归社会相融合这一目标。我们在去麦德龙超市购物的整个过程中锻炼了患者肢体功能的实用性，步行的稳定性以及社交能力等。



活动主旨

作业治疗，助您回家

活动结束后，每个人都有一些想说的话：

治疗师小王说：今天的外出活动让人心里不觉一阵惊喜，因为我看到的不是那个每天盯着自己的手或者脚心乱如麻的你。今天我看到的听到的更多的是：超市在哪里？有多远？我计划买什么东西？今天的你为了回归生活已经不知不觉迈出了一小步，今天的你正在学习计划着如何去超市买东西来满足你的生活，今天的你意识到回归生活还存在的阻碍。我看到了你们对于生活的热爱和热情，我看到了你们在阳光下是那么的精神抖擞，自信飞扬。相信有今天的经历，会让你记起生活的美好，会激励你回归生活的勇气和自信，加油！



治疗师小徐说：平时经常带着病区里的一位患者练计算练记忆力，感觉他就像是一个很懂礼貌的小朋友一样。但这次出门，很意外地，在生活中能感受到他是一个大哥哥的一面。路上他好几次在台阶啊快碰到树的时候提醒我和老师要小心；买东西的时候，很认真地看标价，不会随便购买；从超市出来以后，把自己想吃的一袋小橘子很大方地分给好多甚至不认识的老师和同学，分着分着就自己都没几个了；走在路上的时候，虽然他不太会主动跟你说话，但你问他问题，即使有些话他总结起来有些困难，但他还是会好好思考回答你，甚至还会回问一句“你呢？”，虽然不太会沟通，但他同样也会去试着了解你的想法这一点，挺触动的。这次外出看到了他不一样的一面。疾病也许会改变人的身体结构和认知心理，但他为人的本质不会改变，若是善良温润之人，在这种情况下，也许会显得更加耀眼。



治疗师小裴说：同事跟我半开玩笑说你的患者真的分不清是患者还是家属，我也说是，脱去病号服的你们其实与常人无异，无论之前你们的身体遭受了什么样的创伤，只要你们肯努力，保持良好的心态努力康复，就能褪去伤疤，向更美好的生活走去。



治疗师小顾说：入职以来的第一次外出活动，感谢这次活动让大家都有所收获。在这次活动中和一位患者聊了很多，他叫吴**，是一位 34 岁的大哥。我们一路聊了很多，聊了病情，聊了工作，聊了家庭，在我给予他鼓励的同时，他也给我讲了他对于丁克的理解，让我对丁克有了新的理解：道德直觉具有惯性，做不到灵敏地随行就市。我们不断的在讨论就是因为宗族社会的俗约还滞后在我们的思维里。



岳阳医院康复科组织了一次包饺子的小组活动。此活动包括了食物的准备，进食，清洁整理等患者会在回归家庭生活中遇到的日常生活活动。在活动过程中，观察患者上肢及手部运动的控制与协调能力，患者在团体中的交际能力等等，与此同时给予患者引导和帮助。





华山医院东院作业治疗室询问了住院病友们的兴趣，发出邀请函，准备了一场精心策划的活动：沙拉沙龙。

经过讨论和分工，采购食材的任务交给了陈先生。他是一位脑外伤术后患者，受伤后记忆力和定向力下降。在治疗师的指导和带领下，他拿着地图和购物清单出发了。寻找超市是第一个难题，陈先生根据地图上街道的名字，顺利穿过马路找到了超市。走进超市，第二个难题是在眼前琳琅满目的商品里找出做沙拉需要的食材。借助清单，陈先生不仅找齐了所有的东西，还挑选了自己喜欢的水果并用手机结账，露出满足的微笑。



（曹先生和孙女士清洁蔬菜水果）

为了能让大家享受亲手制作的乐趣，根据参与者的年龄、兴趣、能力，治疗师为他们选择了合适的厨房用具，并陪伴他们掌握用法。



次活动，由华山医院康复医学科朱玉连主任治疗师主持，闫老师向患者们介绍什么是作业治疗，告诉患者回归家庭，提高自理能力，提升自我效能感的重要性。老师们向参与者们了解入院后的情况，交流生活中的方方面面，鼓励大家积极参与，勇敢挑战自己。欢声笑语中，沙拉沙龙宣告开始。

闫老师指导患者如何用更方便的方法使用工具



我院朱老师指导患者如何利用患侧辅助固定工具





一次忙碌起来，每位参与者都跃跃欲试，用餐夹或手套选择心仪的水果和沙拉酱。各具特色、色香俱全的摆盘完成后，参与者们迫不及待地邀请家人好友品尝，分享成就感和满足感。陪伴在他们身边的治疗师们，也收获了一盘盘亲手制作的温馨礼物。（图）

