

震撼患者内心，重拾回家信心 ---ADL 查房服务

蔡素芳 福建中医药大学附属康复医院 作业治疗部副主任



关键词：ADL/activities of daily living；查房；满意度；参与

为了让患者更多参与 ADL，将治疗室的训练延伸到病房，以此进一步提高患者的 ADL 表现，改善治疗效果，提升患者及其家属对治疗的依从度以及满意度，福建中医药大学附属康复医院 OT 团队利用每周一上午 11:00-12:00 开展 ADL 查房服务。日常生活活动的英文翻译成 activities of daily living，简称 ADL。ADL 查房是 OT 团队走进病房对患者的 ADL 能力进行观察、指导和监督的过程。这个过程是以患者为中心，以 ADL 能力为核心，OT 团队进行主导的“多对一”查房方式，侧重于患者 ADL 训练成果的评估和监督的过程。



一、不忘初心，我们在努力

提高患者 ADL 能力是 OT 的核心工作之一。OT 的职责是训练和教会患者在现有的身体条件下完成各种 ADL，引导患者思考完成 ADL 可能遇到的问题，及寻找可能的解决方法。以往 OT 通常局限在治疗室内开展 ADL 训练，我们常常听到患者及其家属回馈：患者在治疗室学会了翻身、床椅转移、穿衣等 ADL，但由于病房环境的限制、家属或陪护的“关心照顾”、患者及其家属对 ADL 训练的不理解和不重视等因素，患者回到病房后又重新回归到需要家属说明甚至完全依赖家属的局面，导致 ADL 训练成为了形式化的东西，毫无实际意义可言。这是促发我们开展 ADL 查房服务的原因之一。

患者住院期间，接触的环境大部分是病房，这是患者每天要进行 ADL 的主要环境。OT 若能好好利用病房这个环境，将其作为“治疗室-病房-家庭”之间的一个过渡环节，帮助患者顺利回归家庭。这是促发我们开展 ADL 查房服务的原因之二。

在平时的工作中，我们从部分患者的训练效果中体会到：当患者主动完成 ADL 的时候，自控感、自信心、自我成就感会发生巨大的改变，患者从“病人”的角色逐渐改变成为自己生活的“主导者”。这是促发我们开展 ADL 查房服务的原因之三。

二、创新服务，我们在尝试

为了解决以上这些存在已久的问题，我院的 OT 团队从 2016 年开始着手开展一套解决方案（入院宣教+床旁 ADL 训练+ADL 查房+家访），并逐渐开展实践。

(1) 2016 年至今开展“脑卒中患者入院宣教小组”，从一开始就灌输给患者及其家属正确的康复理念，明白 ADL 训练的重要性。

(2) 2016 年至今开展“床旁 ADL 训练”，OT 每周 1-2 次走进患者的病房进行 ADL 的训练与指导，提高患者的实际 ADL 能力。

(3) 2019 年开展“ADL 查房”，OT 团队走进康复病房，检验患者及其家属是否真正掌握及执行我们教会他们的 ADL 方法。

(4) 2019 年开展家访服务，联合福建中医药大学의 师生资源，针对出院患者，我们会走进他们的家中，在他们真实的生活环境中指导他们的 ADL。

这一系列是我们的创新服务举措，它们之间是相辅相成的。



与普通的康复查房相比，ADL 查房的特点和优势有：

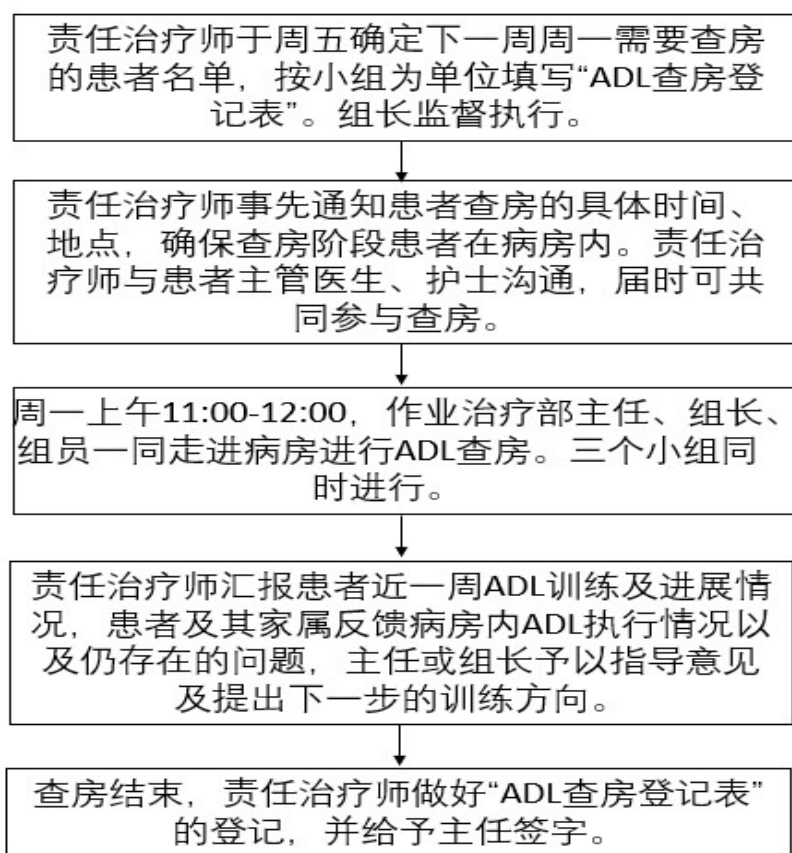
(1) 关注的核心是 ADL 能力：通过 ADL 查房，观察患者 ADL 实际表现，倾听患者及其家属回馈 ADL 中遇到的问题，优化患者个体化的 ADL 训练方案，进一步增加患者 ADL 的参与度，以及真正提高患者的 ADL 能力。

(2) 与日常康复训练紧密结合：通过 ADL 查房，患者在治疗室内所学习的技能能够应用在实际病房生活中，促进病房内康复服务的延伸。

三、规范流程，我们在路上

OT 是患者生活技能的教练，是其日常活动障碍的引导者与监督者。OT 应利用真实的环境来引导患者思考和体会 ADL 中可能会遇到的问题，及寻找可能的解决方法。利用运动再学习理论以及后设认知策略 (metacognitive strategy)，让患者在 ADL 训练中，在认知层面上，主动参与其中，最大限度地提高患者 ADL 表现以及迁移/泛化能力 (transfer/generalization)。

我们有明确的 ADL 查房制度及流程，ADL 查房已经成为每位 OT 每周的必要工作内容，也已纳入作业治疗部质量控制的指针之一。具体流程见



在每次查房前后，我们会使用“ADL 查房登记表”，记录每一次查房的患者名单以及查房记录。

在每次查房过程中，我们会使用“ADL 跟进表”，指导家属或陪护如何使用。利用活动分析的原理，将每项活动分为若干步骤，若患者能够完成某个步骤，就在相应步骤打“√”，便于康复团队其它成员（如医生、护士）对患者的 ADL 进行监督。



ADL 查房登记表



ADL 跟进表

四、患者满意，我们在追求

OT 以小组为单位，在主任的带领下走进患者的病房里，跟进患者的康复进展和 ADL 执行情况，患者及其家属十分欢迎这种形式，感觉到自己“被重视”，非常满意我们的服务。

活动/产品的创新点：

与普通的康复查房相比，ADL 查房的特点和优势有：

- (1)关注的核心是 ADL 能力：通过 ADL 查房，观察患者 ADL 实际表现，倾听患者及其家属回馈 ADL 中遇到的问题，优化患者个体化的 ADL 训练方案，进一步增加患者 ADL 的参与度，以及真正提高患者的 ADL 能力。
- (2)与日常康复训练紧密结合：通过 ADL 查房，患者在治疗室内所学习的技能能够应用在实际病房生活中，促进病房内康复服务的延伸。

重新组合：

入院宣教+床旁 ADL 训练 1-2 次/周+ADL 查房 1 次/周+家访 1 次/月。
利用运动再学习理论以及后设认知策略 (metacognitive strategy)，让患者在 ADL 训练中，在认知层面上，主动参与其中，最大限度地提高患者 ADL 表现以及迁移/泛化能力 (transfer/generalization)。

病患者参与的目标：

为了让患者更多参与 ADL，将治疗室的训练延伸到病房，以此进一步提高患者的 ADL 表现，改善治疗效果，提升患者及其家属对治疗的依从度以及满意度。

OT 的角色：

OT 是患者生活技能的教练，是其日常活动障碍的引导者与监督者。