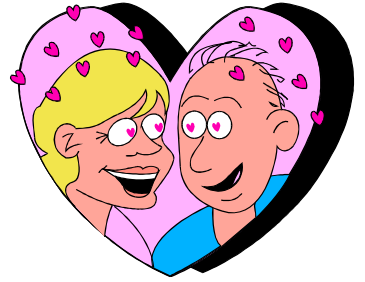


“唠叨”的爱 —— 脑卒中后患者 ADL 活动提醒 APP

李敏 中日友好医院 作业治疗师

关键词：脑卒中；ADL 活动；安全性及技巧性提醒；自我效能



脑卒中是一种常见的慢性病，日常工作中接触到的大部分脑卒中患者都遗留了不同程度的日常生活能力障碍，生活质量受到很大影响，同时也给照护者增加了不小的负担。自我效能水平是预测脑卒中后生活质量的有效指针⁽¹⁾。自我效能理论源于美国著名心理学家班杜拉的社会认知理论，自我效能感是人们对自身完成既定行为目标所需的行动过程的组织和执行能力的判断⁽²⁾。研究标明辅助器具在日常活动活动作业疗法中，能在一定程度上弥补个体能力障碍，提高生活质量⁽³⁾。

脑卒中后患者学习能力普遍有所下降，治疗师教授给患者的日常生活能力技巧需多次重复，学习效果也不尽相同。当这种需要多次重复的情况出现在家庭环境中时，往往以不良沟通为结尾。所以期望能够有一款 APP，针对脑卒中患者提供每日日常生活能力技巧性及安全性提醒，寻找了整个网络并没有针对脑卒中患者这一群体的提醒软件。所以将我的想法整理如下。

本产品名称叫做“唠叨”，是给患者和（或）照护者提供针对脑卒中后 ADL 具体的管理及实施建议。软件预先提供了多条针对起床、穿衣、上下楼梯等各项具体活动的建议，家人通过智慧手机下载该 APP，个性化自订病患需要被提醒的事项、信息、时间。提醒方式通过语音播报+文字显示呈现。语音预设是计算机生成音，也可以由家人录音，增加家人之间情感交流，录音内容可以是软件提供的活动建议，也可以是其它个性化的内容。因为是 APP，使用此软件的场景不局限于室内，覆盖了患者外出文体活动、购物活动等的活动需求。软件除提供血压监测提醒、血糖监测提醒、服药提醒等健康管理部分外，还增加了以积极心理学为基础的活动引导，例如“积极与家人沟通，说出您想吃的晚餐”，“给在准备晚餐活动中表现优异的家人和（或）自己点赞”“患手不能完成吃饭活动的时候，鼓励您用健手完成，给您的表现点赞”“鼓励您多多表达，表达方式可以是文字、语言、歌曲、肢体等”。

软件基本思路框架已构成，现正在进行了软件开发当中。



指导我完成这个想法的基础理论是 ICF，通过 ICF 理论我认识到限制患者的每日作业活动表现的不仅仅是身体功能和身体结构层面。有无良好的社会基础建设环境及人文环境，有无良好的作业活动技巧都将影响到患者的积极性及表现。所以我将作业表现、生活能力重建、活动管理及活动技巧这些成分进行重新组合，构思出了这款 APP。希望

患者能够有思路，有技巧，有兴趣的参与到每日日常活动中，增加自我效能感，同时减轻照料者的负担。创造出有奔头、有希望的生活。

参考数据:

(1) 郑舟军, 刘晓虹, 张丽平, 等 脑卒中患者自我效能水平与其肢体功能康复进程的相关研究〔J〕中华护理杂志, 2012:47 (5): 440-2

(2) 班杜拉着, 林颖, 王小明, 胡谊, 等, 译。思维和行动的社会基础——社会认知论〔M〕. 上海: 华东师范大学出版社, 2001.

(3) 翟 华 辅助器具在上海养志康复医院的临床应用〔J〕中国康复, 2012:27 (3): 237-8

活动/产品的创新点:

- (1) 专业针对脑卒中后病患提醒
- (2) 将提醒信息软件程序设计后自动播放减轻照料者的负担
- (3) 活动时间和活动项目相关联, 增加患者日常生活自我管理意识
- (4) 使用场景不局限于室内
- (5) 提醒信息内容可选择亦可自订 (例如家人录音, 增加情感交流等)

重新组合

- 组合: 作业表现 + 生活能力重建 + 活动管理和技巧 + 自我效能
- 理论基础: ICF

病患者参与的目标:

- (1) 有思路, 有技巧, 有兴趣的参与到日常活动活动中
- (2) 减轻照料者的负担

OT 的角色:

将 ICF 理论实际运用到患者日常生活中,
为患者提供有利于活动提高和个人参与的软件用品。