

震撼患者內心，重拾回家信心 ---ADL 查房服務

蔡素芳 福建中醫藥大學附屬康復醫院 作業治療部副主任



關鍵字：ADL/activities of daily living；查房；滿意度；參與

為了讓患者更多參與 ADL，將治療室的訓練延伸到病房，以此進一步提高患者的 ADL 表現，改善治療效果，提升患者及其家屬對治療的依從度以及滿意度，福建中醫藥大學附屬康復醫院 OT 團隊利用每週一上午 11:00-12:00 開展 ADL 查房服務。日常生活活動的英文翻譯成 activities of daily living，簡稱 ADL。ADL 查房是 OT 團隊走進病房對患者的 ADL 能力進行觀察、指導和監督的過程。這個過程是以患者為中心，以 ADL 能力為核心，OT 團隊進行主導的“多對一”查房方式，側重于患者 ADL 訓練成果的評估和監督的過程。



一、不忘初心，我們在努力

提高患者 ADL 能力是 OT 的核心工作之一。OT 的職責是訓練和教會患者在現有的身體條件下完成各種 ADL，引導患者思考完成 ADL 可能遇到的問題，及尋找可能的解決方法。以往 OT 通常局限在治療室內開展 ADL 訓練，我們常常聽到患者及其家屬回饋：患者在治療室學會了翻身、床椅轉移、穿衣等 ADL，但由於病房環境的限制、家屬或陪護的“關心照顧”、患者及其家屬對 ADL 訓練的不理解和不重視等因素，患者回到病房後又重新回歸到需要家屬說明甚至完全依賴家屬的局面，導致 ADL 訓練成為了形式化的東西，毫無實際意義可言。這是促發我們開展 ADL 查房服務的原因之一。

患者住院期間，接觸的環境大部分是病房，這是患者每天要進行 ADL 的主要環境。OT 若能好好利用病房這個環境，將其作為“治療室-病房-家庭”之間的一個過渡環節，幫助患者順利回歸家庭。這是促發我們開展 ADL 查房服務的原因之二。

在平時的工作中，我們從部分患者的訓練效果中體會到：當患者主動完成 ADL 的時候，自控感、自信心、自我成就感會發生巨大的改變，患者從“病人”的角色逐漸改變成為自己生活的“主導者”。這是促發我們開展 ADL 查房服務的原因之三。

二、創新服務，我們在嘗試

為了解決以上這些存在已久的問題，我院的 OT 團隊從 2016 年開始著手開展一套解決方案（入院宣教+床旁 ADL 訓練+ADL 查房+家訪），並逐漸開展實踐。

(1) 2016 年至今開展“腦卒中患者入院宣教小組”，從一開始就灌輸給患者及其家屬正確的康復理念，明白 ADL 訓練的重要性。

(2) 2016 年至今開展“床旁 ADL 訓練”，OT 每週 1-2 次走進患者的病房進行 ADL 的訓練與指導，提高患者的實際 ADL 能力。

(3) 2019 年開展“ADL 查房”，OT 團隊走進康復病房，檢驗患者及其家屬是否真正掌握及執行我們教會他們的 ADL 方法。

(4) 2019 年開展家訪服務，聯合福建中醫藥大學的師生資源，針對出院患者，我們會走進他們的家中，在他們真實的生活環境中指導他們的 ADL。

這一系列是我們的創新服務舉措，它們之間是相輔相成的。



與普通的康復查房相比，ADL 查房的特點和優勢有：

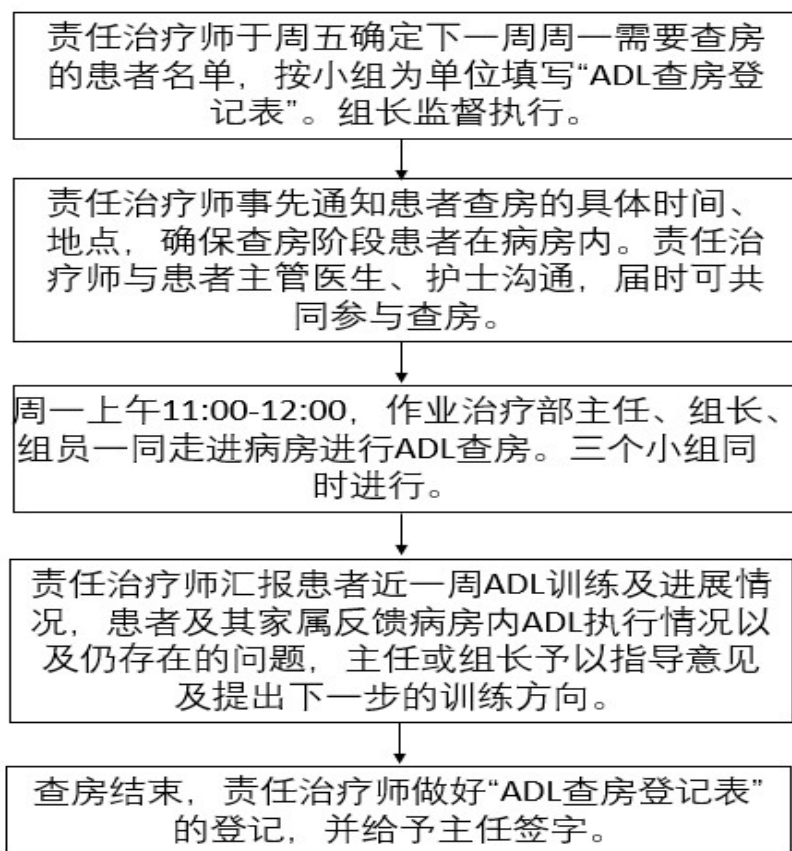
(1) 關注的核心是 ADL 能力：通過 ADL 查房，觀察患者 ADL 實際表現，傾聽患者及其家屬回饋 ADL 中遇到的問題，優化患者個體化的 ADL 訓練方案，進一步增加患者 ADL 的參與度，以及真正提高患者的 ADL 能力。

(2) 與日常康復訓練緊密結合：通過 ADL 查房，患者在治療室內所學習的技能能夠應用在實際病房生活中，促進病房內康復服務的延伸。

三、規範流程，我們在路上

OT 是患者生活技能的教練，是其日常活動障礙的引導者與監督者。OT 應利用真實的環境來引導患者思考和體會 ADL 中可能會遇到的問題，及尋找可能的解決方法。利用運動再學習理論以及後設認知策略 (metacognitive strategy)，讓患者在 ADL 訓練中，在認知層面上，主動參與其中，最大限度地提高患者 ADL 表現以及遷移/泛化能力 (transfer/generalization)。

我們有明確的 ADL 查房制度及流程，ADL 查房已經成為每位 OT 每週的必要工作內容，也已納入作業治療部品質控制的指標之一。具體流程見



在每次查房前後，我們會使用“ADL 查房登記表”，記錄每一次查房的患者名單以及查房記錄。

在每次查房過程中，我們會使用“ADL 跟進表”，指導家屬或陪護如何使用。利用活動分析的原理，將每項活動分為若干步驟，若患者能夠完成某個步驟，就在相應步驟打“√”，便於康復團隊其他成員（如醫生、護士）對患者的 ADL 進行監督。



ADL 查房登記表



ADL 跟進表

四、患者滿意，我們在追求

OT 以小組為單位，在主任的帶領下走進患者的病房裡，跟進患者的康復進展和 ADL 執行情況，患者及其家屬十分歡迎這種形式，感覺到自己“被重視”，非常滿意我們的服務。

活動/產品的創新點：

與普通的康復查房相比，ADL 查房的特點和優勢有：

- (1) 關注的核心是 ADL 能力：通過 ADL 查房，觀察患者 ADL 實際表現，傾聽患者及其家屬回饋 ADL 中遇到的問題，優化患者個體化的 ADL 訓練方案，進一步增加患者 ADL 的參與度，以及真正提高患者的 ADL 能力。
- (2) 與日常康復訓練緊密結合：通過 ADL 查房，患者在治療室內所學習的技能能夠應用在實際病房生活中，促進病房內康復服務的延伸。

重新組合：

入院宣教+床旁 ADL 訓練 1-2 次/周+ADL 查房 1 次/周+家訪 1 次/月。
利用運動再學習理論以及後設認知策略 (metacognitive strategy)，讓患者在 ADL 訓練中，在認知層面上，主動參與其中，最大限度地提高患者 ADL 表現以及遷移/泛化能力 (transfer/generalization)。

病患者參與的目標：

為了讓患者更多參與 ADL，將治療室的訓練延伸到病房，以此進一步提高患者的 ADL 表現，改善治療效果，提升患者及其家屬對治療的依從度以及滿意度。

OT 的角色：

OT 是患者生活技能的教練，是其日常活動障礙的引導者與監督者。