

重構作業，慎思篤行——
疫情下上海功能受限或殘損患者居家隔離下如何申
請並利用輔具提升個人生活自理能力

陳逸浩

復旦大學附屬華山醫院



2020 年，世界在 COVID-19 新冠病毒的衝擊之下迎來了巨大的挑戰，全球各地都因傳染危機而面臨著隔離和各種類型的活動受限。許多親朋好友之間可能已是半年或是數月未見，對於部分身體殘損或是功能受限而影響日常生活自理能力的患者更是難以生存。照護者若非與患者同住一屋簷下，很難如往日一樣照護患者的日常起居。因此，為廣大群眾科普如何通過利用和整合各類社會資源配置各種輔具和環境改造，從而提升和改善患者的自我照護能力，是作為作業治療師們與生俱來的責任和義務。

藉由第七屆世界“作業治療師日”的契機，結合“重構作業，慎思篤行”的主題，復旦大學附屬華山醫院康復醫學科的作業治療師們欲向上海廣大功能受限或是殘損的患者科普如何尋找和利用身邊的社會資源

申請助殘輔具。

上海市政府自 2017 年開始貫徹落實《殘疾預防和殘疾人康復條例》，大力扶持社區及殘聯對基層社區功能受限患者基本日常生活自理能力的提升，將康復服務、輔助工具、無障礙設施打入基層，真正意義上幫助患者更好得回歸社會和生活。

對於功能受限和殘損的患者，一個常見的概念基本日常生活自理能力 (Activities of Daily Livings, ADLs) 包括為洗澡(淋浴)、穿衣、吞咽(進食)、功能性移動、個人用品的維護及保養、個人清潔及清理、親密活動以及如廁及自我清理。有需要的患者可在作業治療師的指導下登陸上海殘聯人聯合會

<http://www.shdisabled.gov.cn/clwz/clwz/index.html>，按照自身的功能狀態選取相應的輔具。



在網頁左下角可找到輔具申請類別的入口：目前中國殘聯根據殘疾的分類，將輔具分為聽力類、視力類、生活類、肢體類、智力類和其他。

请输入您需要的辅具



听力类 视力类 生活类 肢体类 智力类 信息类 电子书

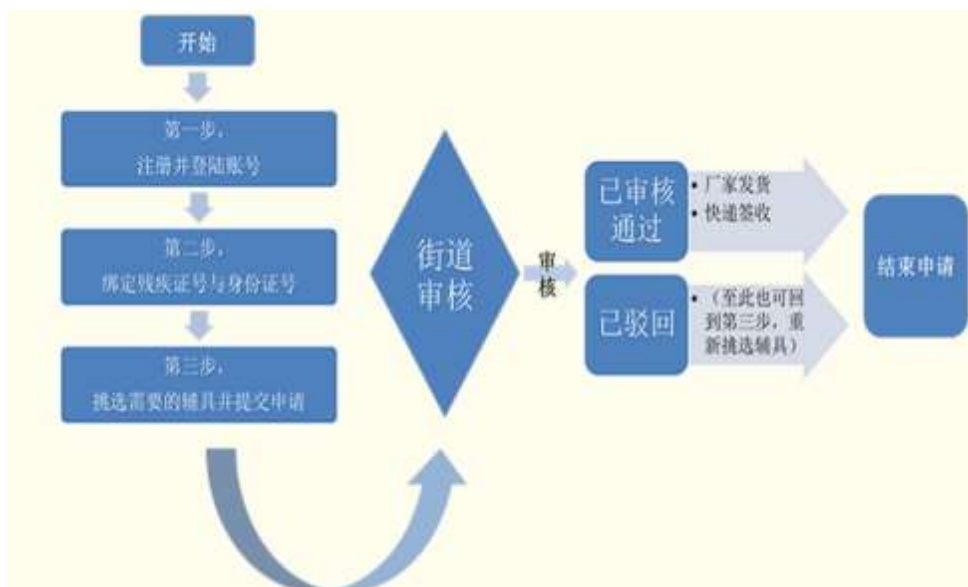
然後，患者可在作業治療師指導下根據自身需求選擇與基本自理生活能力息息相關的輔具，以下是通過上海殘聯可選擇申請的輔具列表：



當選擇完所需輔具後，在相關頁面會對所選輔具具備基本的功能及所適用的患者範圍作基本介紹。

703 11cm 小碗 重量110g 高40mm

手感舒適，重量恰到好處，擁有卓越的強度，使用優良特性和安全性的美耐皿樹脂製成，餐具內壁垂直，食物不“溜走”。適合手、手指運動障礙的殘疾人。



以上是已申辦《中華人民共和國殘疾人證》的患者可通過上海市殘聯免費申請的輔具，還有部分輔具亦可較大程度提升患者的生活自理能力，但還未納入殘聯的申請管道。功能受限和殘損的患者可通過諸如淘寶、微店以及海外版亞馬遜等其他管道進行購買。

這些基本日常生活類型的輔具還包括：

個人洗滌類：

1. 各种大小及类型的棉签



2. 加粗及加重把手的剃须刀和牙刷



- 手指精细功能受限
- 肌张力较高
- 上肢运动功能受限
- 上肢稳定性较差

3. 吸盘底座的牙刷支架



4. 带有缺口的洗漱杯



5. 手压式牙膏支架



6. 绑带固定式牙刷



- 手指精细功能受限
- 肌张力较高
- 上肢运动功能受限
- 上肢稳定性较差

個人護理類：



吹风机支架



长把手梳子

- 坐位平衡受限
- 偏瘫患者
- 脊髓损伤患者 (截瘫患者)



长把手指甲钳



长把手海绵

洗澡類輔具：



- 加长型海绵
- 用于上肢肌肉力量不足及
- 常见于脊髓损伤或运动功能及移动能力受限的患者
- 术后早期卧床患者

穿衣類輔具：



- 单手内衣穿脱辅具
- 偏瘫、上肢骨折、上肢关节活动度受限、上肢肌肉力量不足。
- 常见于神经系统损伤和肌肉骨关节系统损伤。



- 下肢穿衣辅具
- 脊髓损伤、下肢骨折、下肢肌力、关节活动度不足
- 常见于神经系统损伤和肌肉骨关节系统损伤。



- 免系鞋带/拉链辅具
- 手指精细功能不足，手部关节活动度受限，手部肌力不足
- 常见于偏瘫、手外伤及其他上肢周围神经损伤患者

轉移類輔具：



- 无负重
- 下肢关节活动度受限，下肌肉力量不足
- 常见于脊髓损伤或运动功能及移动能力受限的患者
- 术后体能较差患者



這些輔具可在很大程度上幫助那些功能受限或是殘損的患者在疫情

隔離這一特殊時期緩解生活自理的難題和壓力。作為作業治療師，若能充分發揮自己的想像，結合患者的需求為患者量身訂制專屬的輔具或是教會患者如何充分利用這些輔具，提升自身的生活獨立性，也是作業治療師們不斷努力和奮鬥的方向。正如 2020 年世界作業治療師日的主題“重構作業，慎思篤行”，再大的困難和挑戰已經過去，只要我們並肩，終能為患者尋找一條最適合他們的出路！