

# 盲人摸象中的发展

## ----关于循证作业治疗的思考

朱毅, 藏雅宁 郑州大学第五附属医院

这些年确实让人经历难忘, 在结束海南康复治疗科的建设之后, 为了实现中国物理治疗、作业治疗本科专业建设躬身而入了郑州。在这里的工作陡然增加, 需要做到本科教育、临床建设和学科建设的多重任务, 其实这里读“重”(zhong)也是合理的。新的科室建设, 陌生的生活环境对于一个原本就不善于适应新环境的我来说, 生命似乎又恰恰给了我这个“璞石”这么多次磨砺的机会。有的时候就会感慨自己幸好学习过作业治疗, 才能够明白人与环境在目标作业中的关系。

我的人生好像一个旅行, 南京、武汉、海口、西安、郑州这些我工作学习的地方都曾给予我不同的体验和经历。有的时候我们把这些称之为“经验”, 如果这样说起我应该是个流浪经历和经验丰富的人了。可是这些经验真的对于我来说真的有用吗? 上一段的经验可以为下一段的生活工作导航吗? 成功的经验可以延续吗? 我的回答是否定的。因为做过作业治疗的同事会明白, 除了人-环境-作业三要素, 这之间还隐藏了一个变量就是时间。时间的变化让人无法同样, 环境不可能守一, 作业活动内容目标意义也都会发生变化。所以以“不变应万变”在这里是很困难的。这些变我们也可以称之为发展。

那么我们所做的作业治疗是如何的呢? 插件、滚筒、磨砂板的 OT 三宝时代是否已经在中国完全成为过去式, 作为一个工作三十年的 OT 治疗师,

你的每一天是否又是新的一天，还是每天吟唱这“yesterday once more”的悠扬曲调。千篇一律的工作方式是否已经把你变成治疗室里的“经典”。是什么阻挡了我们没有成为治疗室里，作业治疗行业里面的“顽童”。那份好奇心去了哪里？那么一份不甘守旧，勇于创新的“叛逆的灵魂”去了哪里？那么一份永远不安于现状，不满足已有治疗效果的你去了哪里？如果你茫然，是不是你热爱的工作已经 die.

或许你可以抱怨生活的窘境让你的热情已经 die，可是患者 live，他盼望着 life，你可以剥夺他的梦想吗？不要忘记你曾经自诩为生活的创造者，快乐的创意师。不要在活着的时候就 die，你只需要把“躺平”留在死亡之后。死亡不可怕，可怕的是活着的时候死亡的状态。我们要做的是 activation.

循证医学是什么？循证医学就是活力，就是变化。循证医学就是阶梯。一代代的作业治疗师的思考与创新造就了作业治疗的循证医学。以人为本，不断向形成的批驳思维，不断追求高效果高效率的治疗目标形成了作业治疗的。作业治疗师在探索新知阅读学习中感受夜晚的孤独，正如王国维所述“昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路”了解循证作业治疗的基本概念及发展状况，建立循证医学的基本理念，使每一个从业者都能坚定不移的相信 EBP（证据实践）是 OT 的灵魂。

为什么作业治疗师需要循证？因为它实现了对患者提供了最佳的评估方案，提供最有效的治疗手段，确保治疗手段是最新的，从治疗中最大程度减少伤害，增加益处。对治疗师，它实现了自我价值，职业认同感，保证不同治疗师工作的连贯性。同时也将科学成果这一社会稀缺资源充分的利用。

作业治疗循证对我们的专业起着什么样的作用？在阿片类药物滥用最严重的美国西弗吉尼亚州，为什么政府会在官方文件中，把作业治疗作为非药物干预疼痛的手段之一！约翰霍普金斯大学的独立研究人员为什么把作业治疗确定为唯一可以减少再入院率的支出类别？2015年那个只有8岁，全世界最小接受双手移植的男孩，他是如何在作业治疗师帮助下重新吃饭，穿衣，能写下自己的名字？美国糖尿病协会为什么要在他们的最重要的国家会议上特别提出作业治疗对青年糖尿病患者的重要影响？凭什么美国政府会将作业治疗纳入到儿童和成人的基本国民健康福利中。这一切，都是因为我们有了证据支撑！我们因为有了证据，所以我们特别重要。更多的证据在前方，等待我们去研究实践…….

理解循证和坚持循证，并把循证运用到日常临床中也并非易事。你需要做到 1. 保持终身自主学习的能力；2. critical thinking 批判性思维；3. 与当前医学的最新进展保持一致；4. 循证是一种临床实践方法；5. 使用最佳实践研究作为临床决策的基础。

循证不是研究生的专利，也不是搞研究才需要会的，这是一个普通 OT 每一天的执业过程中要切实执行的。因为循证，我们在别的医疗工作者的面前才可以掷地有声，为自己职业代言。

人生未知，犹如盲人摸象，我们多数人都非圣人般的高瞻远瞩，世事看透，保持对自己愚昧的认知，或许是要不断前行的原因。我还是那颗拙石，让我们共同上路，为生命前行。