

盲人摸象中的發展

----關於循證作業治療的思考

朱毅, 藏雅甯 鄭州大學第五附屬醫院

這些年確實讓人經歷難忘，在結束海南康復治療科的建設之後，為了實現中國物理治療、作業治療本科專業建設躬身而入了鄭州。在這裡的工作陡然增加，需要做到本科教育、臨床建設和學科建設的多重任務，其實這裡讀“重”（zhong）也是合理的。新的科室建設，陌生的生活環境對於一個原本就不善於適應新環境的我來說，生命似乎又恰恰給了我這個“璞石”這麼多次磨礪的機會。有的時候就會感慨自己幸好學習過作業治療，才能夠明白人與環境在目標作業中的關係。

我的人生好像一個旅行，南京、武漢、海口、西安、鄭州這些我工作學習的地方都曾給與我不同的體驗和經歷。有的時候我們把這些稱之為“經驗”，如果這樣說起我應該是個流浪經歷和經驗豐富的人了。可是這些經驗真的對於我來說真的有用嗎？上一段的經驗可以為下一段的生活工作導航嗎？成功的經驗可以延續嗎？我的回答是否定的。因為做過作業治療的同事會明白，除了人-環境-作業三要素，這之間還隱藏了一個變數就是時間。時間的變化讓人無法同樣，環境不可能守一，作業活動內容目標意義也都會發生變化。所以以“不變應萬變”在這裡是很困難的。這些變我們也可以稱之為發展。

那麼我們所做的作業治療是如何的呢？外掛程式、滾筒、磨砂板的 OT 三寶時代是否已經在中國完全成為過去式，作為一個工作三十年的 OT 治療

師，你的每一天是否又是新的一天，還是每天吟唱這 “yesterday once more” 的悠揚曲調。千篇一律的工作方式是否已經把你變成治療室裡的 “經典”。是什麼阻擋了我們沒有成為治療室裡，作業治療行業裡面的 “頑童”。那份好奇心去了哪裡？那麼一份不甘守舊，勇於創新的 “叛逆的靈魂” 去了哪裡？那麼一份永遠不安於現狀，不滿足已有治療效果的你去了哪裡？如果你茫然，是不是你熱愛的工作已經 die.

或許你可以抱怨生活的窘境讓你的熱情已經 die，可是患者 live，他盼望著 life，你可以剝奪他的夢想嗎？不要忘記你曾經自詡為生活的創造者，快樂的創意師。不要在活著的時候就 die，你只需要把 “躺平” 留在死亡之後。死亡不可怕，可怕的是活著的時候死亡的狀態。我們要做的是 activation.

循證醫學是什麼？循證醫學就是活力，就是變化。循證醫學就是階梯。一代代的作業治療師的思考與創新造就了作業治療的循證醫學。以人為本，不斷向形成的批駁思維，不斷追求高效果高效率的治療目標形成了作業治療的。作業治療師在探索新知閱讀學習中感受夜晚的孤獨，正如王國維所述 “昨夜西風凋碧樹，獨上高樓，望盡天涯路” 瞭解循證作業治療的基本概念及發展狀況，建立循證醫學的基本理念，使每一個從業者都能堅定不移的相信 EBP（證據實踐）是 OT 的靈魂。

為什麼作業治療師需要循證？因為它實現了對患者提供了最佳的評估方案，提供最有效的治療手段，確保治療手段是最新的，從治療中最大程度減少傷害，增加益處。對治療師，它實現了自我價值，職業認同感，保證不同治療師工作的連貫性。同時也將科學成果這一社會稀缺資源充分的利用。

作業治療循證對我們的專業有著什麼樣的作用？在阿片類藥物濫用最嚴重的美國西維吉尼亞州，為什麼政府會在官方檔中，把作業治療作為非藥物干預疼痛的手段之一！約翰霍普金斯大學的獨立研究人員為什麼把作業治療確定為唯一可以減少再入院率的支出類別？2015 年那個只有 8 歲，全世界最小接受雙手移植的男孩，他是如何在作業治療師幫助下重新吃飯，穿衣，能寫下自己的名字？美國糖尿病協會為什麼要在他們的最重要的國家會議上特別提出作業治療對青年糖尿病患者的重要影響？憑什麼美國政府會將作業治療納入到兒童和成人的基本國民健康福利中。這一切，都是因為我們有證據支撐！我們因為有證據，所以我們特別重要。更多的證據在前方，等待我們去研究實踐……。

理解循證和堅持循證，並把循證運用到日常臨床中也並非易事。你需要做到 1. 保持終身自主學習的能力；2. critical thinking 批判性思維；3. 與當前醫學的最新進展保持一致；4. 循證是一種臨床實踐方法；5. 使用最佳實踐研究作為臨床決策的基礎。

循證不是研究生的專利，也不是搞研究才需要會的，這是一個普通 OT 每一天的執業過程中要切實執行的。因為循證，我們在別的醫療工作者的面前才可以擲地有聲，為自己職業代言。

人生未知，猶如盲人摸象，我們多數人都非聖人般的高瞻遠矚，世事看透，保持對自己愚昧的認知，或許是要不斷前行的原因。我還是那顆拙石，讓我們共同上路，為生命前行。