

作业治疗——给时光以生命

刘雅宾

福建医科大学康复医学系

作业治疗是以患者为中心，通过有选择的作业活动和（或）适当的环境干预来改善躯体、心理和社会功能，促进活动和参与，提高生活质量的康复医学专业。香港的职业治疗师将作业治疗的愿景定为：所有接受作业治疗的人士都能过上自己选择的有意义的生活。

那何为“意义”？对于作业治疗来说作业活动的“意义”又是什么？我在字典里只能找到关于“意义”模糊的解答，在课本上也未有收获。我想，“意义”也许不存在于单薄的文字上，而应活在鲜活的生命里。在与接受作业治疗的患者接触中，透过他们脸上的笑容，我感受到了他们身体迸发的能量，那是一份对未来生活的希冀与勇气！百感交集之下，关于“意义”一词也有了更深刻的感悟。正如布莱士·帕斯卡所言：“给时光以生命，而不是给生命以时光。”对于功能障碍者，作业治疗的意义便是让疾病和意外的阴霾散去，让蓬勃的生命力贯穿所经历的时光，让往后的生活都充实精彩，而不是让生命随着时光流失而黯淡消沉。

ICU 里的音乐家——心灵的疗愈

在课堂上老师播放了一段关于 ICU 病房内的作业治疗视频，带给我的震撼难以忘却。ICU 对于患者来说就像一座生命孤岛，身上无数冰冷的导管是生命的延续，也像枷锁一样困住自由。而视频里的爷爷身上插满导管，仍在作业治疗师的指导和鼓励下，用尚能活动的手指弹奏着动人的乐章。这位 ICU 里的音乐家面带笑容，坚定地拨弄着琴弦，在吉他悠扬的旋律中重温着生命的快乐。

作业治疗的意义在这一刻明了，它能带给患者乃至医护人员心灵上的疗愈！数不清的盘旋的导管、滴答作响的冰冷的机器、不断走动查看的医护人员都竭力挽救患者的生命，但同时孤独感、无价值感和对死亡的恐惧感也不断向患者袭来。作业治疗在此时发挥的作用就是鼓励患者用残留的功能做最想做的事，重新体验生命的快乐，减少患者的无价值感和焦虑抑郁情绪，填补心灵的缺口。同时，长期躺在病床上易发生压疮、坠积性肺炎、肌肉挛缩等并发症，作业治疗也能在改善患者情绪的同时促进患者早期的功能锻炼，减少并发症发生。悠扬的旋律在 ICU 病房内响起，音乐里对生活的信心、勇气和追求感染了屏幕前的我们，亦让 ICU 里的医护人员充满希望和成就感，也燃起病房内其他患者生的希望！



（患者在 ICU 病房里弹奏吉他 图源网络）

“水泥叔叔”的回家路——自我实现需求

“加油呀，用你最大的力量拿起沙袋放到桌面上，你不是说还要回家继续干活呢，我们再来一次”，在福州市第二医院作业治疗部里，一位做水泥活时不慎摔倒导致 C4/5、C5/6 脊髓损伤伴不完全截瘫的叔叔正在接受治疗。“水泥叔叔”受伤后最大的愿望就是能尽快恢复手部功能和步行功能，重建生活和工作能力。作为家庭的顶梁柱，“水泥叔叔”渴望重返工作岗位赚钱补贴家用，作业治疗师便模拟他的工作环境，通过搬运沙袋的活动模拟水泥工的工作，以此锻炼水泥叔叔的手部功能。从被动参与到积极主动，从零到一，从一再到十，水泥叔叔在作业治疗中渐渐恢复信心。

有别于临床治疗治愈后便可出院的治疗体系，作业治疗是患者与家庭社会连接起来的桥梁。根据马斯洛需求层次理论模型，人的需求分成生理需求、安全需求、爱与归属、尊重需求和自我实现五个层次。对于脊髓损伤患者来说，可能最简单的生理需求都需要他人的帮助才能满足，这对他们的尊严和人格独立都是致命的打击。而作业治疗的意义就在于从患者的意愿出发，从洗漱穿衣到饮食娱乐，从家庭社区到工作岗位，个性化的治疗方案帮助患者全面改善生活质量，减少对家人的依赖，重新找到归属感，发现世界中的蕴含的爱与美好，重新确立自己的价值，最终达到自我实现的需求。



(马斯洛需求层次理论模型 图源网络)

星星的孩子——重新认识世界

这是一群“星星的孩子”——犹如天上的星辰，在自己的世界里独自闪烁。我第一次与孤独症孩子们接触，是在福州市仁育儿童康复学校里。这群孩子目光澄澈却无法与人产生眼神交流，情感充沛却不知如何表达，沉默寡言生活自己的小小世界，像星星一样纯净，也像星星一样孤独。其中有的孩子需要练习成百上千遍才能熟练地穿好衣服，有的孩子啄木鸟捉虫项目一遍遍进行也记不住操作顺序……他们在感觉统合、注意力、手功能、执行能力等方面都存在或多或少的干扰，需要作业治疗的介入。

缺乏社会性的人际沟通和反应能力被认为是孤独症的主要特征和显著标志。作业治疗师通过孤独症儿童喜欢的方式与他们进行互动，这种互动能让他们慢慢培养与人沟通交流的能力。同时，作业治疗提供生活场景中的游戏和活动项目，帮助孤独症儿童集中注意力，提高动作控制能力，袋鼠跳，滑梯，积木，音乐，缤纷的色彩……作业治疗用独特的方法点亮这群星星的孩子们的世界。如果说成年患者的作业治疗能帮助他们重返家庭社会，那对于孤独症儿童，作业治疗便是带领他们接受外部的感觉信息，与外部世界产生互动，真正走进世界，使星星的孩子不。



（啄木鸟捉虫游戏 图源网络）



（感觉统合滑梯 图源网络）

寻寻觅觅，作业治疗的意义在每个人身上找到答案。ICU病房里的作业治疗能带来心灵的疗愈，音乐的力量能战胜死亡的恐惧；水泥叔叔在作业治疗的帮助下实现自我价值的输出，畅想着未来生活的精彩；星星的孩子在作业治疗中重新认识世界，与世界互动……作业治疗有未知的无限的可能，从脊髓损伤卧床不起到赋予双腿生命独立行走，从双手不能对指到拇指食指一点点靠近，从不作反应到能够独立穿好衣服，作业治疗给功能障碍者黯淡无光的时光带来了曙光——患者能独立完成自己想做的事，过上自己选择的有意义的生活！作业治疗不仅带给患者功能和自我价值的提升，也带给现在以及未来从事作业治疗的我们莫大的鼓励和慰藉！

