

## 作业治疗，帮助患者更好的生活

河北省人民医院 实习生 任方圆

指导老师：葛新京

作业治疗是康复医学的重要组成部分，是一个相对独立的康复治疗专业。其目的是协助残疾者和患者选择、参与、应用有目的性和有意义的活动，预防、恢复或减少与生活有关的功能障碍及促进最大程度的功能，达到最大限度地恢复躯体、心理和社会方面的适应及功能，增进健康。在轮转到作业治疗室之前我对于作业治疗的认识还只是停留在课本上给出的作业治疗的定义，对于如何给患者制定最佳的作业治疗活动以及如何应用作业治疗室的器具还是毫无头绪的。我是怀着一种忐忑的心情来到作业治疗室，在葛老师的指导下，我逐渐熟悉了相关的治疗工作，很快就接到了我的第一个患者：闫叔。



他虽然才 40 岁，却已经是第三次脑梗了。前两次脑梗都较轻，没有什么明显的功能障碍。而这一次脑梗出现了较明显的功能障碍，表现为右侧偏瘫，Brunnstrom 分期右上肢 3 期、右手 2 期。闫叔是第一次来进行作业治疗，在进行评定和指导作业活动的时候他一直问我“我这样做对不对呀？”“我做这些有用吗？”“你说我这还能练好吗？”。在跟闫叔的交谈中能够感受到他想要恢复的迫切心情。之后闫叔每天都会约定的时间来 OT 训练，第一周，每天先在桌子上做 5 min 的滚筒，再做 5 min 的滑车，然后在低位下

做插木钉活动，使用模拟水果来练习用患侧手吃东西，以及抛接球训练。在进行这些活动中，闫叔大部分时候都需要使用健手帮患手完成。第二周，在进行插木钉以及使用模拟水果练习吃东西的动作时，大部分时间木钉和水果都不会从手里掉下来。我又给闫叔增加了擦桌子训练、两指和三指捏泡沫的任务、腕屈伸训练器、负重肩抬举训练以及肩和前臂的内旋与外旋训练。同时指导他在病房中进行洗脸、刷牙、进食穿衣等活动中尽量使用患者或者双手完成。通过两周的训练，闫叔跟我说他现在完成这些任务越来越容易了。现在闫叔已经进行了三周的作业治疗，他的右手的抓握能力得到了改善，在生活中的实用性也有了一定的进步，自理能力进一步提高，闫叔对这段时间的训练效果是很满意的，对未来也充满了信心。



通过对闫叔的作业治疗，我深切的体会到作业活动的趣味性对于患者的参与程度以及训练效果是十分重要的，一个充满趣味性的活动可以更好的调动患者的积极性，提高



患者的参与程度，从而提高训练效果。当然在训练的过程中还需要及时的鼓励患者，时刻关注患者的训练状态，及时的调整训练强度，避免患者因为疲劳不能完成任务而产生挫败感。在训练的过程中要多与患者沟通，及时询问患者每天的训练效果以及平时日常生活项目的改善情况，针对性的做出适当的训练和调整。

在作业治疗室实习的这段时间真正的帮助我把理论转化为了实践，学会了如何根据患者的情况和意愿选择最恰当的作业活动和生活技能训练。在指导患者进行作业活动的同时，我也真正的领悟了作业治疗对于患者的意义，作业治疗不仅仅是帮助患者重建身体功能，更重要的是帮助患者重拾对生活和工作的信心，养成乐观和坚毅的心态，培养良好的生活习惯，从而让患者能够更好的回归家庭、回归社会。

