

实践出新知—我对作业治疗的认识

河北省人民医院康复医学科 实习生 孙康明

指导老师 葛新京

作业治疗是对由于身体上、精神上、发育上等有功能障碍或残疾所致不同程度地丧失生活自理能力和劳动能力的患者进行评价、治疗和训练的过程；其目的是使患者最大限度的恢复或者提高生活和劳动能力。在实施作业治疗中提倡“全人”观念，不单纯考虑疾病，而着重疾病所造成患者在日常生活中的困难和障碍及适应性生活环境的整体表现；其关注的是生物-心理-社会范畴；采取重建生活为本的作业治疗模式.....这些都是对作业治疗的理论介绍，也是一个康复新人对作业治疗的基本认识，但这些并不足以支撑一名治疗师“大展拳脚”。在临床实践过程中，各种突发状况会让你发现你对其认识过于表面，作业指导刻板单一。OT实习期间，在与患者的接触中，我意识到作业不是简简单单的肢体活动，它是生活的缩影，也让我明白如何更有针对性的为患者开展训练。

李阿姨，2月前因脑梗死致右侧偏瘫来我院就诊，右侧上肢 brunnstrom 均是 1 期，无耸肩活动，经初次评定过后我为他开展了滚筒、平面滑车、挂圈、击球等一系列的训练项目，希望通过作业的趣味性能汇聚患者的注意力，丰富的活动增加体验感但效果差强人意，训练时阿姨基本是健手带患手匆匆完成动作，耐心度逐渐下降，经常询问“多久能恢复如初？”、“有没有其他好玩的？”，“这些活动能帮助我恢复功能吗？”.....。我开始反思我的治疗方式是否过于枯燥，是否没有实际的疗效。经与阿姨交谈后了解到，她病前习惯干活、收拾家务，自发病活动受限后时常陷入生活不能自理的焦



急中，在进行上述训练中认为训练活动太“简单”了，没有意义。带着疑问我与带教老师进行了沟通，渐渐明白问题出处——训练像是活动的堆砌，没有具体的训练目标，忽略了阿姨的诉求。于是在之后的训练中我对阿姨的活动进行了调整，增加了擦桌子、吃饭、喝水等基础活动的任务训练，她的训练积极性明显提升。经过 3 周训练后其右侧上肢 brunnstrom 分期增加到 3 期，可以完成上肢抬至桌面，手摸嘴等活动，每次见面阿姨都会问我“你看看我有没有进步？”。阿姨的转变让我意识到患者的兴趣不同于游戏的沉浸感，往往那些与患者生活中常用技能相关的训练任务，更能吸引他们的注意力，通过这种将生活作为作业治疗目标的方式，更能够帮助患者重建生活方式，重拾生活的信心。

更能吸引他们的注意力，通过这种将生活作为作业治疗目标的方式，更能够帮助患者重建生活方式，重拾生活的信心。

实践出新知，除上述以外，我对以往的知识有了一些新的体会：

1、擅于发现“生活”的眼睛。作业即生活，我们每天重复着无数的基础活动，发现这些活动的潜在价值，丰富作业任务，增加活动的多样性，帮助患者走向生活。

2、沟通是生活的桥梁。良好的沟通可使治疗事半功倍。自信的谈吐、专业性的建议，可以使患者在对治疗师的信任的同时积极主动参与训练，加速康复的进程。通过风趣幽默的说话方式、共同的话题，增进与患者的关系；通过了解患者的意愿，打破训练期间的枯燥……。

3、绸缪未雨，对患者的功能恢复状况有精确的预估，实时调整训练计划。患者往往对自己恢复状况的了解比较滞后，这种可观的进步会极大的提升患者的自信心，增加治疗师对自己工作的认同和幸福感。

4、打破传统模式的固化，一味的功能性活动训练或显枯燥，适度的开展小组活动。人是群居生物，小组活动更贴近生活环境，打麻将、下象棋、聊天、做手工艺品……活动中相互鼓励，相互倾诉，分享自己的感受，一方面可提高患者参加训练的积极性，又可提供比任务形式训练更复杂的动作要求。更好学习健患手协调运用，增加回归社会的信心，在娱乐中获得进步应该是最好的作业方式。



苟日新，日日新，又日新。学习是重复重复再重复的过程，病人通过重复训练获取回归社会的能力；治疗师通过重复训练熟练掌握作业治疗技能，共同进步，相辅相成。

