

“作业即生活”——我的 OT 实习有感

河北省人民医院 实习生 王雨晨

指导老师：葛新京

在 OT 进行实习之前，我对于作业治疗学的认识简单的归结为“作业=运用辅助器具进行上肢的功能训练”。第一天到作业治疗室实习时，老师提到 OT 不是传统意义上的只是活动上肢，而是“作业即生活”。老师的这句话对我们认识作业治疗提供了新的思考。

随着在 OT 实习时间的推移，我逐渐接触到了脑损伤后 brunnstrom 各个分期的患者。其中一名 73 岁的阿姨令我印象深刻：她是一位脑瘤术后的患者，上肢功能和手的功能都为 brunnstrom5 期，协调性和速度方面较差。经作业评定后，我们为其制定了手部协调性训练计划。但在训练过程中明显感觉阿姨训练积极性不高，在与她进行交谈后，我向老师请教，意识到问题真正所在——我再次陷入“OT=上肢训练”的狭隘认知中，训练过程忽略了内容形式的多样化和生活化。于是我调整了训练计划。根据阿姨的兴趣爱好开展了种花等作业活动，结果不仅她参与活动的积极性提高，上肢和手的协调性和速度方面也得到了很大的改善。



生活并不单是上肢活动，日常所需都与 OT 挂钩。单一的训练模式会很快让患者感到疲惫和枯燥。一个合格的作业治疗师不单单需要过硬的治疗技术，良好的医患沟通能力是治疗成功的基础。康复治疗过程是治疗师与患者相互配合的过程，只有在训练时要注意患者的想法和需要，有针对性、目的性、趣味性地进行治疗活动，充分调动患者的积极参与性，尽可能营造娱乐轻松的氛围，才能让患者主动参与治疗活动，提高生活自理能力。

OT 将每一个患者看成一个 occupational being，需要治疗师去了解他们的故事，分析 P、E、O 之间的关系。作业治疗着重于个人的整体功能康复，通过一系列生活化技能训练和发展，来满足患者的日常生活、工作生产、休闲娱乐等需求。

对于患者来说，作业治疗的过程是自己重新获得新生活能力的过程。OT 就是生活技能的训练，在生活中挖掘患者潜力，使其在个人自理能力、心理、社交甚至工作方面得到最大限度的恢复。在合理计划下帮助患者重拾生活信心，在作业任务中获得参与感、自我认同感和自豪感，建立成功、愉快、幸福及有意义的生活方式，让患者重返家庭和社会，过“正常人”的生活。我越来越爱作业治疗！