

寻找作业意义的故事

卢玉婷
福建医科大学

作业治疗（occupational therapy OT）是康复医学一个重要的组成部分，是指有选择性和目的性地应用与日常生活、工作、学习和休闲等有关的各种活动来治疗患者躯体、心理等方面的功能障碍。其目的是使患者最大限度地恢复或提高独立生活和劳动的能力，使其作为家庭和社会一员过着有意义的生活。但是对于不同的人来说，作业治疗的意义也不相同，有的人是为了独立完成日常生活活动，有的人是为了重新返回工作岗位，有的人是为了娱乐自己的生活。

如一位老年患者赵先生，65岁，因“右侧肢体活动不利半月余”入院，头部MRI检查提示脑桥左侧急性脑梗死。认知正常，肢体无疼痛。作业治疗师给赵先生详细评估了右侧上肢的各项功能，发现患者仅能做一些简单的活动，手指精细活动无法完成，比如拿筷子，扣纽扣等。这大大影响了赵某的生活质量。赵先生的最大诉求是恢复右上肢的功能，完成日常生活活动。于是治疗师制订了相关的计划：

- ①指导在各种体位下正确摆放肢体以及体位变换的方法；
- ②指导保护肩关节防止肩关节脱位、被动活动上肢防止关节挛缩及延缓肌肉萎缩；
- ③指导患者进行早期自理活动，比如进食、穿衣、简单的床边端坐等。
- ④改善肩臂功能的作业活动，如双手套圈、单手模拟擦桌子、滚筒作业等；
- ⑤改善腕关节功能的作业活动，如抓握木钉板，水杯等；
- ⑥改善手指功能的作业活动，如捏橡皮泥、画画、写字等。

在经过两个月作业治疗后，赵先生右上肢功能明显改善，生活质量大大提高。这对于赵先生来说，能够最大程度上恢复右上肢的功能，独立完成日常生活活动，就是作业治疗的意义。

再如一位36岁程女士，她是某实验室研究员，入院急诊诊断：为右内外踝骨折并踝关节半脱位（内固定术后）。入院时右踝关节肿痛，活动后明显，关节活动受限，右下肢乏力。作业治疗评定结果为患者日常生活活动中梳洗、洗澡、穿裤、入厕均需在坐位下进行，步行需双拐辅助，不能独立完成上下楼梯活动；家务活动中，不能完成备餐及清洁房间，不能购物，不能完成上下公交车。这些不仅困扰着日常生活，也影响了工作。因此作业治疗师为她制订了合理的治疗方案：

①日常生活导向的肢体功能训练：持双拐上下2阶台阶训练、立位平衡游戏系统训练、立位平衡写毛笔字、下肢地上画字训练、慢速作业功能音乐体操训练（在训练中治疗师发现，利用游戏或文娱活动将注意力转移后，该患者肢体功能发挥更好）。

②实地日常生活功能训练：持双拐上下1层楼梯训练（保护下进行，去除心理障碍），持双拐上下斜坡，持双拐走不平路面，立位刷牙、洗脸训练，实践扫地活动，外出买菜活动。

③改善情绪，缓解压力类功能训练：立位手工艺制作训练，园艺活动，集体游戏，医疗瑜伽。

④消肿缓痛措施：配戴压力袜、植物种子热敷踝部。

经过2个月系统训练，出院时程女士可成功重返家庭生活，独立承担大部分家务活动，如备餐、清洁房间、外出购物等、并能独立坐地铁及公交车，成功重返原来的社区生活，重新融入朋友及同事的群体中。此外，她对自己的躯体功能充满信心，有了实地的训练和治疗师的专业指导，她可以了解自己的功能情况，不再害怕和焦虑，紧张的精神压力随之缓解。3个月后期女士返回了工作岗位，回到原来的工作岗位继续工作，真正实现了全面的重返社会。

