

## 作業治療——給時光以生命

劉雅賓

福建醫科大學康復醫學系

作業治療是以患者為中心，通過有選擇的作業活動和（或）適當的環境干預來改善軀體、心理和社會功能，促進活動和參與，提高生活品質的康復醫學專業。香港的職業治療師將作業治療的願景定為：所有接受作業治療的人士都能過上自己選擇的有意義的生活。

那何為“意義”？對於作業治療來說作業活動的“意義”又是什麼？我在字典裏只能找到關於“意義”模糊的解答，在課本上也未有收穫。我想，“意義”也許不存在於單薄的文字上，而應活在鮮活的生命裏。在與接受作業治療的患者接觸中，透過他們臉上的笑容，我感受到了他們身體迸發的能量，那是一份對未來生活的希冀與勇氣！百感交集之下，關於“意義”一詞也有了更深刻的感悟。正如布萊士·帕斯卡所言：“給時光以生命，而不是給生命以時光。”對於功能障礙者，作業治療的意義便是讓疾病和意外的陰霾散去，讓蓬勃的生命力貫穿所經歷的時光，讓往後的生活都充實精彩，而不是讓生命隨著時光流失而黯淡消沉。

### ICU 裏的音樂家——心靈的療愈

在課堂上老師播放了一段關於 ICU 病房內的作業治療視頻，帶給我的震撼難以忘卻。ICU 對於患者來說就像一座生命孤島，身上無數冰冷的導管是生命的延續，也像枷鎖一樣困住自由。而視頻裏的爺爺身上插滿導管，仍在作業治療師的指導和鼓勵下，用尚能活動的手指彈奏著動人的樂章。這位 ICU 裏的音樂家面帶笑容，堅定地撥弄著琴弦，在吉他悠揚的旋律中重溫著生命的快樂。

作業治療的意義在這一刻明瞭，它能帶給患者乃至醫護人員心靈上的療愈！數不清的盤旋的導管、滴答作響的冰冷的機器、不斷走動查看的醫護人員都竭力挽救患者的生命，但同時孤獨感、無價值感和對死亡的恐懼感也不斷向患者襲來。作業治療在此時發揮的作用就是鼓勵患者用殘留的功能做最想做的事，重新體驗生命的快樂，減少患者的無價值感和焦慮抑鬱情緒，填補心靈的缺口。同時，長期躺在病床上易發生壓瘡、墜積性肺炎、肌肉攣縮等併發症，作業治療也能在改善患者情緒的同時促進患者早期的功能鍛煉，減少併發症發生。悠揚的旋律在 ICU 病房內響起，音樂裏對生活的信心、勇氣和追求感染了螢幕前的我們，亦讓 ICU 裏的醫護人員充滿希望和成就感，也燃起病房內其他患者生的希望！



（患者在 ICU 病房裏彈奏吉他 圖源網路）

## “水泥叔叔”的回家路——自我實現需求

“加油呀，用你最大的力量拿起沙袋放到桌面上，你不是說還要回家繼續幹活呢，我們再來一次”，在福州市第二醫院作業治療部裏，一位做水泥活時不慎摔倒導致 C4/5、C5/6 脊髓損傷伴不完全截癱的叔叔正在接受治療。“水泥叔叔”受傷後最大的願望就是能儘快恢復手部功能和步行功能，重建生活和工作能力。作為家庭的頂樑柱，“水泥叔叔”渴望重返工作崗位賺錢補貼家用，作業治療師便模擬他的工作環境，通過搬運沙袋的活動模擬水泥工的工作，以此鍛煉水泥叔叔的手部功能。從被動參與到積極主動，從零到一，從一再到十，水泥叔叔在作業治療中漸漸恢復信心。

有別於臨床治療治癒後便可出院的治療體系，作業治療是患者與家庭社會連接起來的橋樑。根據馬斯洛需求層次理論模型，人的需求分成生理需求、安全需求、歸屬與愛、尊重需求和自我實現五個層次。對於脊髓損傷患者來說，可能最簡單的生理需求都需要他人的幫助才能滿足，這對他們的尊嚴和人格獨立都是致命的打擊。而作業治療的意義就在於從患者的意願出發，從洗漱穿衣到飲食娛樂，從家庭社區到工作崗位，個性化的治療方案幫助患者全面改善生活品質，減少對家人的依賴，重新找到歸屬感，發現世界中的蘊含的愛與美好，重新確立自己的價值，最終達到自我實現的需求。



(馬斯洛需求層次理論模型 圖源網路)

## 星星的孩子——重新認識世界

這是一群“星星的孩子”——猶如天上的星辰，在自己的世界裏獨自閃爍。我第一次與孤獨症孩子們接觸，是在福州市仁育兒童康復學校裏。這群孩子目光澄澈卻無法與人產生眼神交流，情感充沛卻不知如何表達，沉默寡言生活在自己的小小世界，像星星一樣純淨，也像星星一樣孤獨。其中有的孩子需要練習成百上千遍才能熟練地穿好衣服，有的孩子啄木鳥捉蟲專案一遍遍進行也記不住操作順序……他們在感覺統合、注意力、手功能、執行能力等方面都存在或多或少的干擾，需要作業治療的介入。

缺乏社會性的人際溝通和反應能力被認為是孤獨症的主要特徵和顯著標誌。作業治療師通過孤獨症兒童喜歡的方式與他們進行互動，這種互動能讓他們慢慢培養與人溝通交流的能力。同時，作業治療提供生活場景中的遊戲和活動專案，幫助孤獨症兒童集中注意力，提高動作控制能力，袋鼠跳，滑梯，積木，音樂，繽紛的色彩……作業治療用獨特的方法點亮這群星星的孩子們的世界。如果說成年患者的作業治療能幫助他們重返家庭社會，那對於孤獨症兒童，作業治療便是帶領他們接受外部的感覺資訊，與外部世界產生互動，真正走進世界，使星星的孩子們不。



（啄木鳥捉蟲遊戲 圖源網路）



（感覺統合滑梯 圖源網路）

尋尋覓覓，作業治療的意義在每個人身上找到答案。ICU病房裏的作業治療能帶來心靈的療愈，音樂的力量能戰勝死亡的恐懼；水泥叔叔在作業治療的幫助下實現自我價值的輸出，暢想著未來生活的精彩；星星的孩子在作業治療中重新認識世界，與世界互動……作業治療有未知的無限的可能，從脊髓損傷臥床不起到賦予雙腿生命獨立行走，從雙手不能對指到拇指食指一點點靠近，從不作反應到能夠獨立穿好衣服，作業治療給功能障礙者黯淡無光的時光帶來了曙光——患者能獨立完成自己想做的事，過上自己選擇的有意義的生活！作業治療不僅帶給患者功能和自我價值的提升，也帶給現在以及未來從事作業治療的我們莫大的鼓勵和慰藉！

