

## 作業治療，幫助患者更好的生活

河北省人民醫院 實習生 任方圓

指導老師：葛新京

作業治療是康復醫學的重要組成部分，是一個相對獨立的康復治療專業。其目的是協助殘疾者和患者選擇、參與、應用有目的性和有意義的活動，預防、恢復或減少與生活有關的功能障礙及促進最大程度的功能，達到最大限度地恢復軀體、心理和社會方面的適應及功能，增進健康。在輪轉到作業治療室之前我對於作業治療的認識還只是停留在課本上給出的作業治療的定義，對於如何給患者制定最佳的作業治療活動以及如何應用作業治療室的器具還是毫無頭緒的。我是懷著一種忐忑的心情來到作業治療室，在葛老師的指導下，我逐漸熟悉了相關的治療工作，很快就接到了我的第一個患者：閆叔。



他雖然才 40 歲，卻已經是第三次腦梗了。前兩次腦梗都較輕，沒有什麼明顯的功能障礙。而這一次腦梗出現了較明顯的功能障礙，表現為右側偏癱，Brunnstrom 分期右上肢 3 期、右手 2 期。閆叔是第一次來進行作業治療，在進行評定和指導作業活動的時候他一直問我“我這樣做對不對呀？”“我做這些有用嗎？”“你說我這還能練好嗎？”。在跟閆叔的交談中能夠感受到他想要恢復的迫切心情。之後閆叔每天都會在約定的時間來 OT 訓練，第一周，每天先在桌子上做 5 min 的滾筒，再做 5 min 的滑車，然後在低位下

做插木釘活動，使用模擬水果來練習用患側手吃東西，以及拋接球訓練。在進行這些活動中，閆叔大部分時候都需要使用健手幫患手完成。第二周，在進行插木釘以及使用模擬水果練習吃東西的動作時，大部分時間木釘和水果都不會從手裏掉下來。我又給閆叔增加增加了擦桌子訓練、兩指和三指捏泡沫的任務、腕屈伸訓練器、負重肩抬舉訓練以及肩和前臂的內旋與外旋訓練。同時指導他在病房中進行洗臉、刷牙、進食穿衣等活動中儘量使用患者或者雙手完成。通過兩周的訓練，閆叔跟我說他現在完成這些任務越來越容易了。現在閆叔已經進行了三周的作業治療，他的右手的抓握能力得到了改善，在生活中的實用性也有了一定的進步，自理能力進一步提高，閆叔對這段時間的訓練效果是很滿意的，對未來也充滿了信心。



通過對閩叔的作業治療，我深切的體會到作業活動的趣味性對於患者的參與程度以及訓練效果是十分重要的，一個充滿趣味性的活動可以更好的調動患者的積極性，提高



患者的參與程度，從而提高訓練效果。當然在訓練的過程中還需要及時的鼓勵患者，時刻關注患者的訓練狀態，及時的調整訓練強度，避免患者因為疲勞不能完成任務而產生挫敗感。在訓練的過程中要多與患者溝通，及時詢問患者每天的訓練效果以及平時日常生活專案的改善情況，針對性的做出適當的訓練和調整。

在作業治療室實習的這段時間真正的幫助我把理論轉化為了實踐，學會了如何根據患者的情況和意願選擇最恰當的作業活動和生活技能訓練。在指導患者進行作業活動的同時，我也真正的領悟了作業治療對於患者的意義，作業治療不僅僅是幫助患者重建身體功能，更重要的是幫助患者重拾對生活和工作的信心，養成樂觀和堅毅的心態，培養良好的生活習慣，從而讓患者能夠更好的回歸家庭、回歸社會。

