

七级上肢训练运作模式

深圳市第二人民医院
李雅薇

2015.3.20 深圳

偏瘫上肢功能测试（香港版）

• FTHUE

— Functional Test for the Hemiplegic Upper Extremity

• 目的：

评估患者使用患侧做**有目的有意义的**的作业活动能力

• 概念基础：

Brunnstrom 运动恢复分期

• 理论：

神经发育原理

运动再学习理论

评估量表

偏瘫上肢功能检查表

阶段	项目	左侧				右侧			
		SP	MA	SA	MA	SP	MA	SA	MA
I	1. 伸屈肘								
	2. 旋前旋后								
	3. 内收外展								
	4. 对掌								
II	5. 抓握								
	6. 持物								
	7. 释放								
III	8. 穿脱衣服								
	9. 扣纽扣								
	10. 系鞋带								
IV	11. 端碗吃饭								
	12. 倒水								
	13. 用筷子吃饭								
V	14. 用勺子吃饭								
	15. 用筷子吃饭								
	16. 用筷子剥核桃								

偏瘫上肢的功能测试（香港版）

- 注重功能以及自发的使用患手
- 7个功能阶段，13个项目
- 每一个功能阶段↑，必须通过2个项目

评估工具



设备：

- 手提袋、广口瓶
- 湿毛巾
- 小木块、一个盒子
- 碗、勺子和10个弹珠
- 谷物盒
- 四分之三饮用水
- 钥匙和锁头
- 一副筷子、一个盘子、一个碗，5个泡沫
- 5个普通衣服夹子
- 秒表

第一级

• 患侧上肢未有任何活动能力

• 测试项目：没有

第二级

患侧肩膀或手肘有少许活动能力

• 测试项目一：
联合反应



• 测试项目二：
把手放在大腿上



第三级

患侧肩膀或手肘可以大约提至腹部，手指能开始轻微弯曲

• 项目一：
健手将衬衫塞进裤子
时，患手轻提离开



• 项目二：
手握小袋15S



第四级

患侧肩膀或手肘可以大约提至胸前，手指能进行基本抓放活动

❁ 项目一：

开瓶时稳握瓶子

❁ 项目二：

扭毛巾模拟



第五级

患侧肩膀或手肘可以高举过头，手指可进行较细微的抓放活动

❁ 项目一：

木箱与木筷

❁ 项目二：

用匙进食（模拟）



第六级

患侧肩膀、手肘及手腕都能独立并协调的活动，但手指仍欠灵活

❁ 项目一：

将盒子放柜上



❁ 项目二：

提杯使用 (3/4使用水)



第七级

上肢各肌肉都能活动自如，但于复杂或粗重工作时仍有不足

❁ 项目一：

用钥匙开锁



❁ 项目二：

左:用衣夹 右:用筷子



偏瘫上肢功能测试（执行）



注意事项

- 1. 每级都有其治疗活动和重点，患者可能介于两级之间故须同时进行两级训练
- 2. 尽量多的参与能完成的日常活动，可加强训练该动作
- 3. 患者接受的学习方法可能不同，治疗师应弹性应对，以不同的方法另患者易于学习及掌握

第一级 患侧上肢尚未有任何活动



Level 1

1.改善姿势及预防患手并发症： 肩痛，肩关节半脱位，肌腱挛缩等
2.加强患手的意识

治疗活动：

- 1、教导正确的姿势
- 2、教导正确的抱扶方法
- 3、纠正半脱位的肩膀的方法
- 4、替患者活动关节
- 5、前臂支撑训练
- 6、日常活动的训练配合

1.患手放桌上支持、健手功能活动
2.患手尽量参与日常活动

第二级 患侧肩或手肘开始有少许活动能力


Level 1 Level 2

1、患手支撑配合平衡训练
2、双手活动（健手辅助）

治疗活动：

- 1、上身带动活动加直手支撑训练
- 2、下身带动活动加直手支持训练
- 3、双手进行治疗活动
- 4、日常活动的训练配合

1.在活动中加入直手支撑训练
2.双手进行简单的活动：推毛巾等




第三级

肩膀或手肘可以大约提起至腹部，
手指能开始轻微弯曲

Level 1 Level 2 Level 3

1.训练独立肌肉的分离活动：
肩、手肘、手指的抓握和放松

2.防止及纠正不正常的肌肉运动：
肌肉不对称、共同运动、上肢屈曲



治疗活动：

- 1、进一步的上肢支撑训练
- 2、独立肌肉训练
- 3、辅助治疗活动（减少健手辅助）
- 4、日常活动的训练配合

1.穿衣时患侧可自行移动配合

2.利用患侧上肢支撑对象


第四级

患侧肩膀或手肘可以提起至胸前，
手指能进行基本抓放活动

Level 1 Level 2 Level 3 Level 4

**1.利用各日常对象，
加强抓放活动**

**2.进行肩、肘、腕活动训练，
提升患手能力及活动范围**



治疗活动：

- 1、拇指及手指伸直训练
- 2、进级抓放训练
- 3、上臂活动范围训练
- 4、手腕训练
- 5、双手配合简单活动
- 6、日常活动的训练配合


**1.患手帮助稳定
饭碗、毛巾、牙刷**

2.双手互涂润肤油

3.患手自行穿进衣袖

4.患手提轻购物袋

**5.练习抓放不同大小
重量、材质的物品**



第五级

肩膀及手肘可举高过头，
手指可进行较细微的抓放活动

1. 拇指与其他手指的协调

2. 肩、肘、腕协调配合手指细微抓放活动

1. 进食患手握杯、勺子

2. 梳洗患手握杯、梳子

3. 穿衣扣纽扣

4. 阅读时翻书

治疗活动：

- 1、训练拇指对指及手指对拇指
- 2、细微的抓握活动
- 3、协调上臂，手腕的抓握活动
- 4、双手活动（加大幅度或阻力）
- 5、日常活动的训练配合

第六级

肩膀、手肘及手腕都能独立并协调地活动，
但手指活动仍欠灵活

学习及控制手掌的小肌肉

1. 利用辅助筷进食

2. 梳洗时用患手打开牙膏盖

3. 穿衣时双手扣纽扣

4. 患手开开关

5. 利用硬胶带学习打结（模仿系鞋带）

治疗活动：

- 1、手掌小肌肉训练
- 2、手指分离活动
- 3、细微抓握训练
- 4、双手细微活动
- 5、耐力训练
- 6、日常活动的训练配合

第七级

上肢各肌肉都能活动自如，
但复杂或粗重工作时仍有不足

针对日常生活、工作的需要进行灵敏性和力量的训练

Level 1 Level 2 Level 3 Level 4 Level 5 Level 6 Level 7

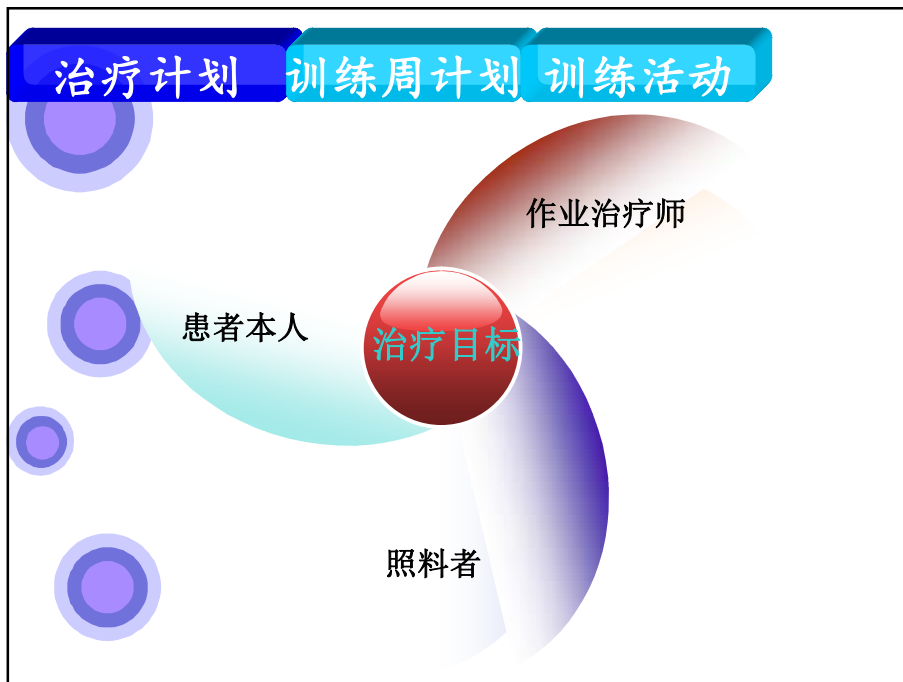
治疗活动:

- 1、复杂手部活动
- 2、工具训练
- 3、耐力、速度及准确性训练
- 4、日常活动的训练配合

1.利手（患手）拿筷子进食
 2.穿衣时使用患手独立扣纽扣
 3.患手使用菜刀切实物
 4.休闲活动：羽毛球、乒乓球、乐器

作业治疗信息采集表

身份证		移动电话	
家庭住址		家庭成员	
婚姻状况	<input type="checkbox"/> 单身 <input type="checkbox"/> 已婚 <input type="checkbox"/> 离婚 <input type="checkbox"/> 丧偶	学 历	
爱 好		宗教信仰	
生育情况	<input type="checkbox"/> 无小孩 <input type="checkbox"/> 有小孩： <input type="checkbox"/> 18岁以下 男 女 <input type="checkbox"/> 18岁以上 男 女		
家庭月收入	<input type="checkbox"/> 3000以下 <input type="checkbox"/> 3001-7500 <input type="checkbox"/> 7501-10000 <input type="checkbox"/> 10000以上		
工作背景及任务		职业	
住宅建筑面积	<input type="checkbox"/> m ² <input type="checkbox"/> 复式（室内有楼梯）：如果有， <input type="checkbox"/> 无扶手 <input type="checkbox"/> 单边扶手 <input type="checkbox"/> 双边扶手		
居住楼环境	<input type="checkbox"/> 电梯 <input type="checkbox"/> 楼梯：如果有，__楼		
小区环境	<input type="checkbox"/> 无障碍（没有，可忽略） <input type="checkbox"/> 轻障碍（一点点，低） <input type="checkbox"/> 中障碍（中度，一般） <input type="checkbox"/> 重障碍（高，很高） <input type="checkbox"/> 完全障碍（全部……） 如果有，主要障碍：_____		
家居环境记录	卫生间： <input type="checkbox"/> 坐厕 <input type="checkbox"/> 蹲厕		
在院照料者	<input type="checkbox"/> 自我照料 <input type="checkbox"/> 1名照料：如果有 <input type="checkbox"/> 陪护 <input type="checkbox"/> 家属__（关系） <input type="checkbox"/> 1名以上_____		
出院后照料者	<input type="checkbox"/> 自我照料 <input type="checkbox"/> 1名照料：如果有 <input type="checkbox"/> 陪护 <input type="checkbox"/> 家属__（关系） <input type="checkbox"/> 1名以上_____		
入院目标		入院时长	
长期打算及目标	<input type="checkbox"/> 回归工作岗位 <input type="checkbox"/> 回归家庭，照料家人 <input type="checkbox"/> 回归家庭，自我照料		



治疗计划 训练周计划 训练活动

深圳市南澳人民医院 作业治疗训练计划

姓名: 性别: 年龄: 床位: 住院号:

日期: 20__年__月__日 发病起第__周 入院第__周

训练内容	分钟	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	周末
生活自理							
梳洗训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
进食训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
洗澡训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
穿衣训练	15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
药物管理训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
病房整理及自理训练	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
上肢功能训练							
坐位平衡训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
肩肘屈伸活动训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
下肢屈伸活动训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
上肢伸展功能训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
手部伸展治疗	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
手部力量训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
手部感觉训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
上肢握力控制训练	10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
上肢支撑	24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
插笔再学习训练	15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
专项脱靶化训练(电脑)	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
执行力训练(电脑)	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
解决困难训练(电脑)	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
综合认知功能训练	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
理解与表达训练	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

训练内容		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	周末
1-3岁	姿势						
	上肢						
	活动						
	功能						
	训练						
4-5岁	姿势						
	上肢						
	活动						
	功能						
	训练						
6-7岁	姿势						
	上肢						
	活动						
	功能						
	训练						

训练计划的优势

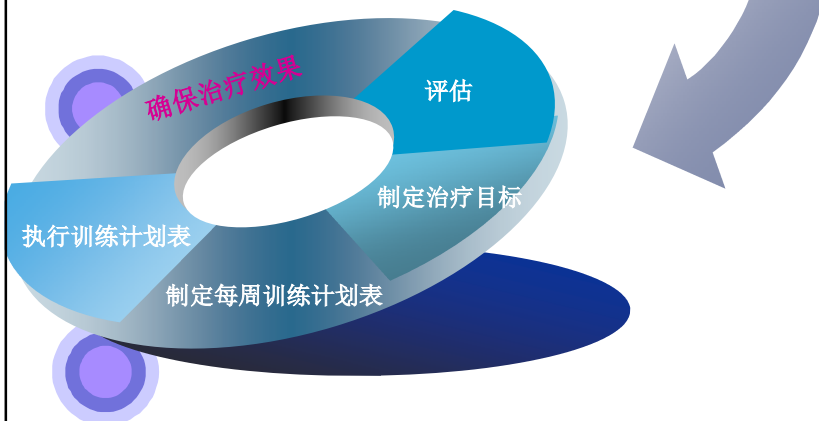
- ✦ 治疗项目**标准化**
- ✦ 提供服务**规范化**
- ✦ 治疗目标**个体针对性强**

训练计划的劣势

• 治疗周计划不断**循环**?

• 针对**关节活动度、肌力等**的上肢训练活动? VS 结合**日常生活活动**的上肢训练活动?

责任作业治疗师



实践中自我总结

- * 训练提供的治疗活动是**针对患者问题的**但同时也要**对患者有意义的作业活动——结合日常活动训练**
- * 在运用的时候，治疗师需要**利用自己的创造力灵活的**对提供的治疗活动在**七级分法的指导下及时合理的提升或降低难度——及时再评估**
- * **切记不可过度训练患者，否则非但达不到训练效果还会造成肌肉损伤影响恢复**

Thank you!!!