



脊髓损伤职业社会康复 -- ‘中途之家’ 经验分享



上海市养志康复医院
(上海市阳光康复中心)
作业治疗科
李传平



‘中途之家’ 简介

h 2009年由中国残联和中国肢残人协会主持发起、中国残疾人福利基金会资助的脊髓损伤‘中途之家’试点工作，借鉴日本等国外和台湾地区的康复经验，为脊髓损伤者提供适宜的康复服务场所和系统的康复服务，提高生活独立性及生活质量。

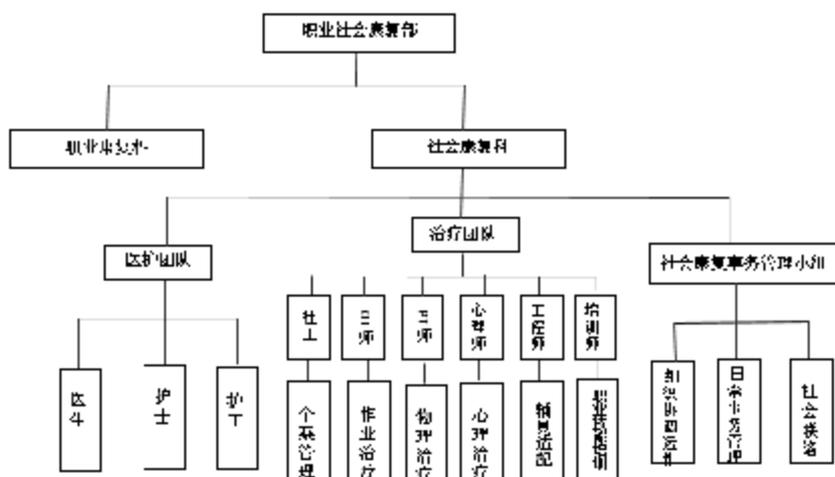


‘中途之家’工作概况



- h 上海市阳光康复中心作为全国脊髓损伤“中途之家”资源中心，自2010年首次开班到2014年年底，已举办了29期“中途之家”培训班，培训康复指导员221人；培训伤友326人。

社会康复工作团队架构



招收条件



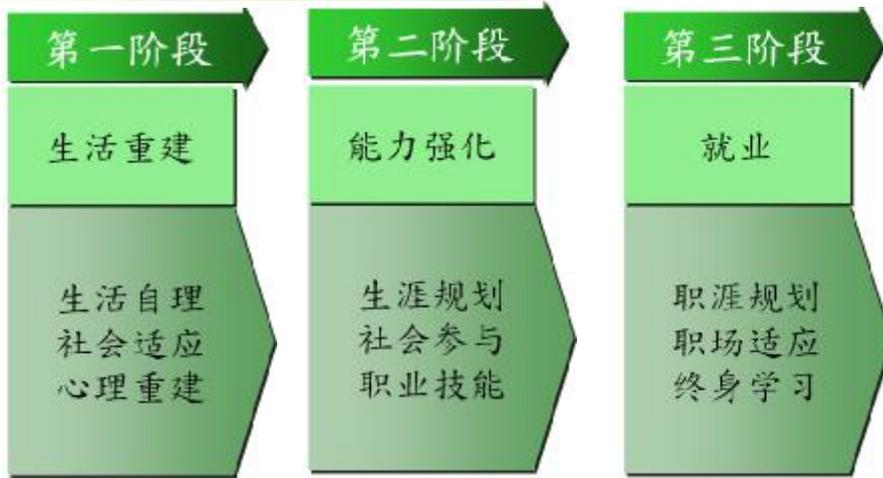
- h 报名资格：凡需生活自理、心理重建、社会适应及职业辅导等训练的脊髓损伤患者
- h 培训时间：1—1.5个月
- h 人数：20人
- h 费用：全免

OT服务项目



- h 康复知识宣教、生活目标重整、自理能力训练、手功能训练、
上肢功能训练、平衡功能训练、轮椅技能训练、外出适应训练、
文体娱乐训练、照顾者照顾能力训练、职业能力训练、家居探访及改造建议

脊髓损伤患者的重建流程



		脊髓损伤患者重建流程表(一个月)			
		第一月	第二月	第三月	第四月
第一周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第二周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第三周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第四周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第五周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第六周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第七周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第八周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第九周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
第十周	上午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +
	下午	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +	■ 生活重建小组 (OT) +



上海市养老康复医院（上海市阳光康复中心）

姓名：_____ 性别：_____ 年龄：_____ 身份证号：_____

家庭环境调查问卷（试行）

以下问题是针对您的家庭环境情况的调查，请根据实际情况填写。

您家楼层是几楼： 一层 其他： 有 无。

您家总的面积是： 很大 中等 其他_____。

有无扶手： 有 无。

您家里的浴室是： 淋浴 浴缸 坐浴 其他_____。

有无扶手： 有 无。

您的居室和卫生间是否是老人房： 是 否

厕所 浴室 厨房 卧室 客厅 其他_____。

您认为您家环境是否适合居住呢？ 是 否

如有，请写理由：

如没有，那您觉得您的居室哪些方面需要改进？以便能更好的照顾您呢？

感谢您对我们的信任与配合，感谢您的参与，我们将竭诚为您服务，期待您的再次光临，谢谢！



上海市养老康复医院（上海市阳光康复中心）

姓名：_____ 性别：_____ 年龄：_____ 身份证号：_____

轮椅使用需求调查表（试行）

您的轮椅类型： 普通轮椅 运动轮椅 电动轮椅 其他_____

以下问题是了解您使用轮椅的情况，请根据您的实际情况进行勾选，请在对应问题后画“√”。

项目	需要帮助	自己能做	需要陪同
自己推动轮椅。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
自己推动轮椅转弯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
自己推动轮椅前进。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅进出升降电梯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅上下手的电梯（普通式）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅上下手的电梯（分阶式）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅到汽车后备箱。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅上斜坡。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅下斜坡。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅上坡道。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅上开门、关门。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
地面到轮椅转弯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅到地面转弯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
大坡平路（ <u>平坦小坡</u> ）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
大坡平路较急、转弯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

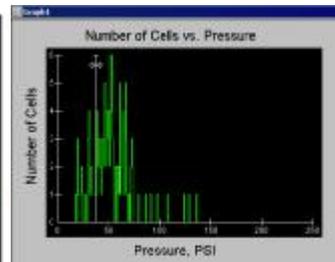
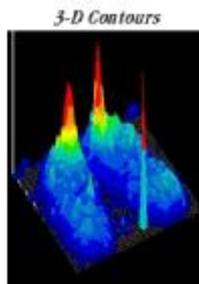
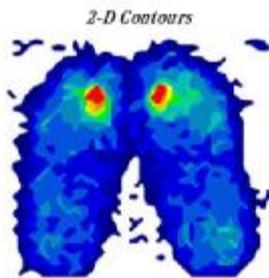
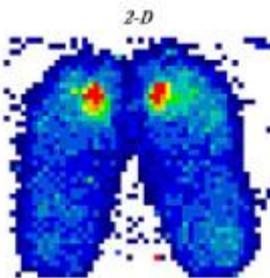
大坡上坡平路。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
大坡下坡平路。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
大坡上坡过石头路或草地。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
平地过路。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅跨台阶 3cm 小台阶（上、下）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅跨台阶 3cm 台阶（上、下）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅跨台阶 10cm 台阶（上、下）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅下 3-4 个台阶（有扶手）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅下 2-3 个台阶（无扶手）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅下 1-6 个台阶（有扶手）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅、3-6 个台阶（无扶手）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅下 10 级台阶（有扶手）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅下 10 级台阶（无扶手）。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
轮椅上楼梯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

以上为提及的项目，但您觉得需要调查的其他情况是：

感谢您对我们的信任与配合，感谢您的参与，我们将竭诚为您服务，期待您的再次光临，谢谢！



坐压测试



现场评估



生活教练Life coach



④ 脊髓损伤作业治疗计划表		病人姓名						
日期		第一周	第二周	第三周	第四周	第五周	第六周	总次数
治疗活动		三	三	五	五	三	五	
基础生活	脊髓损伤平面识别	<input type="checkbox"/>	✓					
	脊髓损伤生活重整	<input type="checkbox"/>						
	肌张力处理及缓解	<input type="checkbox"/>						
	轮椅保护宣教	<input type="checkbox"/>						
日常生活	三年目标重新制定	<input type="checkbox"/>	✓					
	复工准备小组	<input type="checkbox"/>						
自理能力训练	转移训练(手)	<input type="checkbox"/>	✓					
	坐位生活(手)	<input type="checkbox"/>						
	INUL训练	<input type="checkbox"/>						
	自我评估训练	<input type="checkbox"/>						
	照顾者照顾前宣教	<input type="checkbox"/>						
轮椅外	轮椅基本操作训练	<input type="checkbox"/>	✓					
	轮椅外出准备训练	<input type="checkbox"/>						
	轮椅体位训练	<input type="checkbox"/>						
		<input type="checkbox"/>						
行走外	行走准备训练	<input type="checkbox"/>	✓					



益处

- h 患者知晓OT服务内容
- h 体现‘以患者为中心’的思想
- h 提高患者积极性
- h 监测患者治疗进展

OT时间安排表

星期	时间	周一	周二	周三	周四	周五
下午	14:00-14:30				脑瘫的 临床实践	
	14:30-15:00		会诊	ADL训练	ADL训练	ADL训练
	15:00-15:30			康复训练	康复训练	康复训练
下午	15:30-17:00		康复	OT、手功 训练	OT、手功 训练	OT、手功 训练
	17:00-18:00			康复训练	康复训练	康复训练
第一周						
上午	8:00-8:30	康复治疗 理论学习	康复治疗 理论学习	康复治疗 理论学习	特色 康复治疗	康复治疗 理论学习
	8:30-10:00	OT训练	OT训练	OT训练		OT训练
	10:00-11:00	“理论课”	“理论课”	“理论课”		“理论课”
上午	11:00-11:30	物理训练	物理训练	物理训练/康复	OT	OT、手功训练 康复训练/OT
第二周						
	14:00-15:00	康复治疗 理论学习			特色 康复治疗	康复治疗 理论学习
	15:00-16:00	物理训练				康复治疗

康复知识宣教



阳光康复

- h 脊髓损伤的作业治疗
- h 轮椅选择及养护
- h 压疮预防及减压技巧
- h 等等...



每日早操



阳光康复

轮椅广播操



轮椅太极



生活自理能力训练



进餐训练



不同把持叉的方法

进餐用具



生活自理能力训练



阳光康复

穿衣训练



穿鞋训练



刷牙训练



洗脸训练

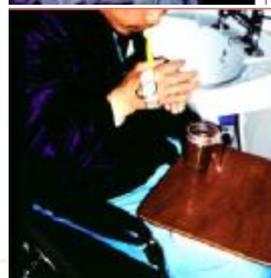


生活自理能力训练



阳光康复

穿衣及梳洗辅具



转移训练



轮椅 ↔ 马桶



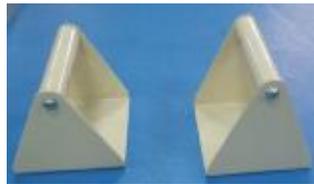
轮椅 ↔ 床



轮椅 ↔ 座椅



转移辅具



车辆转移



阳光康复



手功能训练



阳光康复

柱状抓握



侧捏



指尖捏



手功能训练



抓握训练



捏力训练



灵活性训练

上肢功能训练



肩抬举训练



轮椅情景模拟训练



上肢推举训练

平衡功能训练



阳光康复



端坐位平衡训练



辅助平衡训练



小组平衡训练

轮椅技能训练（初级）

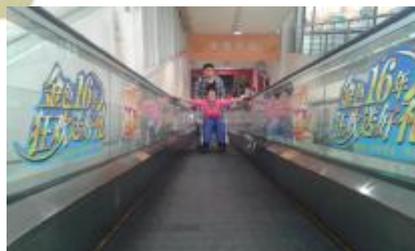


阳光康复

轮椅推动



轮椅上下扶梯



轮椅上下坡



轮椅进出地铁



轮椅技能训练（高级）



大轮平衡



正面轮椅下台阶



轮椅上台阶



背面轮椅下台阶



地面 ↔ 轮椅



外出适应训练



阳光康复



交通工具使用



阳光康复



文体娱乐训练



阳光康复

乒乓球



冰球



轮椅球



羽毛球



照顾者照顾能力训练



阳光康复



职业能力训练



电脑操作



眼控鼠标

键盘辅具



轨迹球鼠标



摇杆鼠标



机械设计与维修



手机维修



辅具适配与销售



家居探访及改造建议



上海市志愿者联盟 (上海市阳光康复中心)

姓名: _____ 电话: _____ 地址: _____ 身份证号: _____

作业治疗家庭探访

姓名: _____

工作单位: _____ 职业: _____ 居住地址: _____

联系电话: _____ 电子邮箱: _____ 身份证号: _____ 职业: _____

家庭情况:

居住人数: _____ 居住面积: _____ 居住楼层: _____ 居住类型: _____

家庭成员: _____ 职业: _____ 职业: _____ 职业: _____

家庭成员: _____ 职业: _____ 职业: _____ 职业: _____

家庭成员: _____ 职业: _____ 职业: _____ 职业: _____

备注:

日期: _____

1. 姓名:

姓名: _____ 性别: _____ 年龄: _____ 职业: _____

住址: _____ 电话: _____

工作单位: _____ 职业: _____ 职业: _____ 职业: _____

家庭成员: _____ 职业: _____ 职业: _____ 职业: _____

备注: _____

2. 地址:

地址: _____ 电话: _____ 职业: _____ 职业: _____

家庭成员: _____ 职业: _____ 职业: _____ 职业: _____

备注:

家居探访及改造建议



1. 客厅:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

11. _____

12. _____

13. _____

14. _____

15. _____

16. _____

17. _____

18. _____

19. _____

20. _____

合计: _____

日期: _____

门口改造



改造前



改造后



改造后情况



浴室



厕所



厨



躺坐起



改造后情况



未来展望



- h 职业培训及就业
- h 建立外出活动策划指南
- h 二期工程规划，建立中途之家训练场地，
预计每期招收60人。
- h 深入社区和家庭--‘蒲公英’志愿者





谢谢聆听~