



## 作业治疗，助您回家

顾华丽 张晓俊 中国人民解放军总医院

作业治疗，以生活为导向，始于生活，忠于生活，最终归于生活。每位患者来到作业治疗室的那一刻，他们心里始终盼望着有一天自己能够恢复到正常人的生活，呼吸着新鲜的空气，仰望着蓝天与白云，有家人的陪伴，一起过着幸福快乐的生活。这是他们内心最深刻的独白，也是他们能够一步步坚持在康复的道路上，永不放弃，执着前进的信念。作为作业治疗师，更加明白他们这一路的努力与艰辛。在康复医学中心主任贾子善教授的高度重视下，在技师长肖红雨主任的带领下，我们开展了一系列以生活为导向的活动，不仅让患者感受到生活的气息，重拾生活的信心。也充分体现了重建生活为本与三元合一的理念。

2018年10月24日，全体治疗师和患者在作业治疗室里共同参与了一场以球类作业为主题的游戏活动。旨在将作业训练与日常娱乐活动有机融合在一起，在改善患者上肢功能以及ADL能力的基础上，激发患者上下肢一体化模式，为今后治疗师进行作业训练提供指导性的经验。并将三元合一理念合理运用在日常作业训练中。

本次活动分为三个环节，第一个环

节是“拍球接力”，在此游戏中，我们选择的是上肢有一定主动运动能力，手功能能





够达Brunnstrom二三期及以上的患者。患者可以选择健手拍球或患手拍球。

此活动可以达到训练患者上肢肩关节、肘关节和腕关节的协调运动，增强患者日常生活活动能力的目的。同时，出于游戏要求，患者需要有一定的站立和走路的能力，这就充分训练了患者上下肢的共同协调运动，优化上下肢一体化模式，与此同时，促进四肢平衡，有效恢复与生活有关的功能障碍，使他们能够正常参与社会活动，回归家庭。在过程中我们深刻感受到了他们对生活的渴望与期盼。



第二个环节是“你抛我接”，此游戏在于训练患者之间的配合，能够有效促进患者在社会交往活动中的能力以及与他人配合活动的的能力。同时，还可以促进患者之间的团结合作，对于后续的治疗起到非常良好的补充促进作用。以及对于在作业治疗中构建三元合一理念提供了有效的实践经验。



第三个环节是“众围传球”，在此游戏中，针对上肢的肩肘腕关节以及手指的抓握能力进行训练。能够在传递排球的过程中观察到互相恢复情况，有助于患者之间进行病情的交流，激发恢复较差的患者对自身的康复欲望，起到有效的带动作用。在活动过程中，孟叔说：“我的才艺表演是想讲三句话，感谢中国人民解放军总医院，感谢医院的领导，感谢医院的治疗师。”这段话深深印在每一个人心中，我们永远记得这样一位军人的康复感言。感动永远没有间歇，一位患者在自己康复之路摸索出了适合自己的方法，为我们表演了轮椅绝技，现场顿时掌声四起。我相信，只要永远保持一颗火热的心，那我们就可以重燃生活之火。



每次精心的准备，都是从患者的功能障碍程度出发，激发他们的生活热情。为了更好地响应“以重建生活为本”以及“三元合一”理念，我们作业治疗室还举行过



其他活动，比如，以“生活能力重建”为中心的包粽子、包饺子、水果拼盘以及种植多肉活动。



根据每个患者功能障碍的不同，在游戏中，有的患者可以单独完成所有步骤，有的患者就帮忙托着盘子，挑水果，择菜叶等等。





有的患者可以在治疗师和家属的帮助下完成更加高难度的任务。

以“生活方式的重建”为中心的娱乐共聚活动。我们举办了中秋茶话会。在月圆的金秋时节，让一些还未及时与家人团聚的患者提前感受到暖暖的中秋之意。



灿烂光辉的 2018 年即将向我们告别，充满希望与挑战的 2019 年正微笑着向我们迈进。在圣诞节和新年双节之际，2018 年 12 月 25 日下午四点，康复医学中心全体康复治疗师在主任贾子善教授和技师长肖红雨主任的带领下举办的“医患同庆，康复同行”联欢会在运动治疗室顺利举行。



活动开始由主任贾子善教授回顾过去一年康复科的收获与成果，展望新的一年康复科的美好蓝图，并借此双节将至之际，为大家送上暖暖的祝福。



圣诞快乐



自此活动正式开始，绚丽多彩的开场舞、温馨深情的诗朗诵、欢笑阵阵的双簧小品、柔情舞动的手语舞蹈等活动将联欢会的气氛发挥到了极致，大家在热热闹闹、开开心心的欢笑声中度过了一个美好的新年。技师长肖红雨主任的深情祝福，也给我们留下了暖暖的记忆。





在活动中，我们看到了患者的进步与自信，看到了他们久违的笑脸。患者们的表现也带给我们不断的惊喜与感动，同时进一步加深了患者与患者之间、患者与家属之间、患者与治疗师之间的情感，也更加坚定了我们在康复路上前进的决心与动力。医患团结一家亲，携手共进战病魔。新年伊始，方兴未艾，让我们继续发扬绿叶精神，齐心协力，与康复同行！



我们都知道，不同病人的病变部位与程度不同，恢复程度以及配合程度都各异，这每一步的问题，都深深影响着治疗师能够给予患者多少程度的帮助。我们希望举办的活动在内容上能够起到帮助病人恢复功能障碍的作用，主题上能够使病人觉得有趣生动，积极参与，宗旨上能够符合我们作业治疗以生活为导向，注重重建生活能



力的功能性训练，意义上能够给予治疗师以启示，启发未来的治疗师更好地借鉴先前的经验为患者服务，行动上能够促进患者与治疗师之间的医患关系良好发展，有利于患者配合治疗师，共同进步。

活动并不是真正的目的，我们的最终目的，是希望每一位患者能够恢复日常生活能力，用正确而积极的心态面对生活，完成我们对生活意志的重建。



301康复医学中心

有这样一个人，她的康复意志一直感动着我们。一位 30 岁的脑瘫患者。刚到作业治疗室的前几天，她一直都是郁郁寡欢、闷闷不乐的状态，除了自己的治疗师以外，她不理任何人，治疗了一段时间之后，她慢慢地开始学着说话，渐渐开朗起来。因为自小发病，她几乎是不识字的状态，却为我们完整地唱出了一首原本很复杂的歌曲。当时在场的每一个人都感动地落下





了眼泪，肖主任当时热泪盈眶，久久未能释怀。她的意志令我们每一个人敬佩，直到现在，不管刮风下雨，她都一如既往地来到作业治疗室，她说过：因为在这里过得很快乐。

我深切感受到作业治疗不仅仅是针对患者功能做出康复训练，更要学会与患者沟通交流，达到重建生活意志，重建生活方式，重建生活能力的三元合一。

虽然我们的活动形式相对简单，但带给我们的惊喜与感动却接连不断。平时身体情况处于稳定期的患者，都可以去病房附近散步。在他们脸上，我们看到的是幸福与自信，他们敞开了因疾病而紧闭的心灵之窗，与我们一起重新沐浴温暖的阳光。这是患者与家属的积极配合与支持的结果，鼓励着我们有更多的动力和信心，在康复的道路上与患者一起并肩作战、携手前行，永不言弃。作业治疗，助您回家。

