

作业治疗—我对康复认识的新起点

宋钰佳、葛新京

河北省人民医院

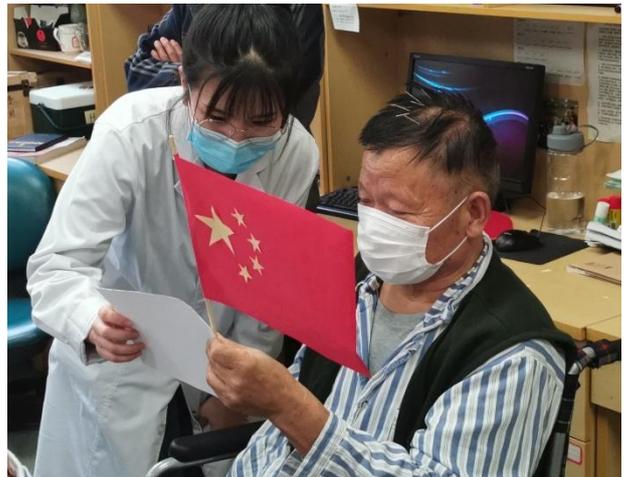
以前在学校学习时，我对作业治疗并没有系统的认知，只是把人、环境和作业孤立地进行理解。今年 7 月，我们来到河北省人民医院实习，这也是我的第一个实习部门，经过两个月的学习和实践，我慢慢了解到，在作业治疗中，病人不仅可以依靠锻炼来提高功能水平，还可以通过对环境的改造、辅助支具的使用、作业方式的改变等途径达到作业治疗目标。

经过这段时间的学习，我最深刻的体会就是：

1. “主动参与在作业治疗中是首要且重要的”：训练积极性高的患者训练效果也会大大提升。随着脑梗死、脑出血等疾病发病年轻化，此类患者对于康复的需求也越来越大、越来越迫切，针对患者需求进行作业治疗，有助于其恢复对生活的信心尽快重返社会。

2. “那里都是作业治疗的舞台”：作业治疗不仅仅局限于在治疗室，还需要患者勇敢地使用功能尚未恢复的肢体投入到日常生活活动中，将在治疗室学会的技能应用到吃饭、洗澡、穿衣等活动中，才能取得更大的进步。

3. “勇于交流能够建立信心”：作业治疗室经常会开展小组活动，也是最受患者欢迎的活动之一。通常为一周 1 次或两周 1 次，许多病友坐在一起讨论病情并分享自己的康复经验。大家一起做手工活动，有的患者在生病后不愿意表达，容易产生抑郁、焦虑的情绪，变得沉默寡言，自然也无法取得



良好的进步。此时小组活动就非常有必要，他们从病友口中得知的康复道路和心路历程会更容易应用到他们自己身上，也能更好地建立信心。



4. “漫漫康复之路，坚持才能走向成功”：康复是一个漫长的过程，进度的快慢、总时程的长短患者的病情起大部分决定作用。我经常听老师们说起几个月甚至几年都在医院做康复的患者。在如此冗长的康复道路中，患者应该如何调节自己的心态呢？作业治疗起到很重要的作用。让患者通过

利用残存的功能，学习新的技能，参与各种活动提升自信心，看到生活的希望；治疗师要让患者明白康复之事急不得，在锻炼的过程中要及时调整心态，勇于走向生活、拥抱生活。

通过这段时间的实习，让我把理论应用到了实践当中，也真切的体会到了患者对于康复的需求之大；也让我意识到学习是一段重复、重复、再重复的过程，需要患者与治疗师共同努力。对作业治疗的认识的升华也使我对于康复的含义有了更加深入的了解，成为我对康复认识的新起点，对我的职业生涯必将产生积极的影响。

