

与过往认知说 Bye Bye——我的作业新解

王子悦、葛新京

河北省人民医院

2024 年的夏天，告别大学校园的酷热，来到了心心念念的河北省人民医院，开启了我为期一年的康复治疗实习历程。

与过往认知不同，在实习期间，我认识到作业的全面性与重要性。不同于运动疗法应用各种手段康复患者，作业是一项综合科目，用我们老师的原话就是——“作业等于生活”，懂生活才会懂作业，作业与人类日常生活息息相关。原本的我只是简单的认为作业治疗无非就是一种运动治疗的补充方法和延伸，一切应以肢体锻炼为本，而后循序渐进，发展生活技能，从而回归家庭，回归社会。然而，经过两个月的学习，我发现作业治疗不仅关注患者的身体功能恢复，同时也更加重视其心理、社会及职业功能的改善，还兼顾患者社会角色，做到统筹规划，综合康复。在作业治疗室实习期间，我们应用综合手段，如，以肢体主动运动指导、小组活动、集体游戏和病友交流等方式，鼓励患者自发主动运用肢体活动，帮助恢复患者日常生活活动能力、学习和工作技能活动以及社交能力以利于其回归社会。



王阿姨是一位令我印象深刻的患者。她上肢与手功能极好却多愁善感，第一次见面，她沉默不

语，只是无声哭泣。看着她哭红的眼，努力安慰与开导会是每一位医生的本能做法，但同时一个想法也在我心中悄然而生——治疗师不是只会康复的机器，时刻关注患者情绪变化并正确引导也是康复治疗的一部分。在护工与各位治疗师的安慰与开导下，阿姨情绪逐渐平复。面对功能如此好的患者，似乎桌面上的工具都显得如此“小儿科”，拧螺丝，挑豆子，阿姨说这些活动都是小菜一碟。结合生活，



我在得知阿姨平日喜欢打牌过后，和阿姨做起了游戏，那就是打迷你扑克牌，既可以锻炼手指精细活动，还为患者所喜爱。同时，我会设置“奖惩制度”，如将举水瓶作为一项“惩罚”，保证训练具有趣味性的同时锻炼患者耐力。阿姨出院当天，很郑重的与我说了一句谢谢，在我心中，没有任

何事物会重过患者的一句肯定。

同样，环境改造也是作业治疗重要内容之一。人类生存于各类环境之中，良好的环境有助于患者生活独立自主。协助患者改造生活环境，也是作业治疗师的工作任务之一。实习期间，我也见到了有治疗师与患者交谈，了解其家居的环境，协商后到患者家中指导进行环境改造。排除功能障碍者在家庭环境中的风险。

一段实习经历，让我完美的实现了从理论到实践的蜕变，对于书本知识不只停留于书面意思，更重要的是与患者实际情况相结合，在尊重患者意愿的基础上，充分调动其积极性，为患者制定适宜的训练方案，以帮助他们康复。总之，作业治疗是一种全面、综合、动态的康复治疗方法，它通过有目的的作业活动帮助患者恢复或提高独立生活能力和劳动能力，使其能够作为家庭和社会的一员过着有意义的生活。

艰难困苦，玉汝于成。愿每位患者在不懈努力过后都能凤凰涅槃，浴火重生！

