

## 作業治療—我對康復認識的新起點

宋钰佳、葛新京

河北省人民醫院

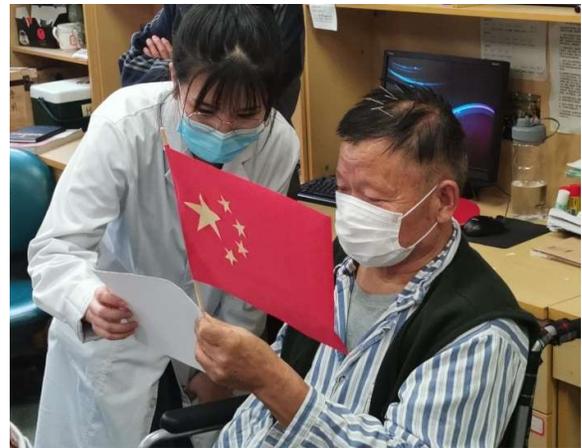
以前在學校學習時，我對作業治療並沒有系統的認知，只是把人、環境和作業孤立地進行理解。今年 7 月，我們來到河北省人民醫院實習，這也是我的第一個實習部門，經過兩個月的學習和實踐，我慢慢瞭解到，在作業治療中，病人不僅可以依靠鍛煉來提高功能水準，還可以通過對環境的改造、輔助支具的使用、作業方式的改變等途徑達到作業治療目標。

經過這段時間的學習，我最深刻的體會就是：

1. “主動參與在作業治療中是首要且重要的”：訓練積極性高的患者訓練效果也會大大提升。隨著腦梗死、腦出血等疾病發病年輕化，此類患者對於康復的需求也越來越大、越來越迫切，針對患者需求進行作業治療，有助於其恢復對生活的信心，儘快重返社會。

2. “那裡都是作業治療的舞臺”：作業治療不僅僅局限於在治療室，還需要患者勇敢地使用功能尚未恢復的肢體投入到日常生活活動中，將在治療室學會的技能應用到吃飯、洗澡、穿衣等活動中，才能取得更大的進步。

3. “勇於交流能夠建立信心”：作業治療室經常會開展小組活動，也是最受患者歡迎的活動之一。通常為一周 1 次或兩周 1 次，許多病友坐在一起討論病情並分享自己的康復經驗。大家一起做手工活動，有的患者在生病後不願意表達，容易產生抑鬱、焦慮的情緒，變得沉默寡言，自然也無法取得良好的進步。此時小組活動就非常有必要，他們從病友口中得知的康復道路和心路歷程會更容易應用到他們自己身上，也能更好地建立信心。



4. “漫漫康復之路，堅持才能走向成功”：康復是一個漫長的過程，進度的快慢、總時程的長短患者的病情起大部分決定作用。我經常聽老師們說起幾個月甚至幾年都在醫院做康復的患者。在如此冗長的康復道路中，患者應該如何調節自己的心態呢？作業治療起到很重要的作用。讓患者通過利用殘存的功能，學習新的技能，參與各種活動提升自信心，

看到生活的希望；治療師要讓患者明白康復之事急不得，在鍛煉的過程中要及時調整心態，勇於走向生活、擁抱生活。

通過這段時間的實習，讓我把理論應用到了實踐當中，也真切的體會到了患者對於康復的需求之大；也讓我意識到學習是一段重複、重複、再重複的過程，需要患者與治療師共同努力。對作業治療的認識的昇華也使我對於康復的含義有了更加深入的瞭解，成為我對康復認識的新起點，對我的職業生涯必將產生積極的影響。

