

與過往認知說 Bye Bye——我的作業新解

王子悅、葛新京

河北省人民醫院

2024 年的夏天，告別大學校園的酷熱，來到了心心念念的河北省人民醫院，開啟了我為期一年的康復治療實習歷程。

與過往認知不同，在實習期間，我認識到作業的全面性與重要性。不同於運動療法應用各種手段康復患者，作業是一項綜合科目，用我們老師的原話就是——“作業等於生活”，懂生活才會懂作業，作業與人類日常生活息息相關。原本的我只是簡單的認為作業治療無非就是一種運動治療的補充方法和延伸，一切應以肢體鍛煉為本，而後循序漸進，發展生活技能，從而回歸家庭，回歸社會。然而，經過兩個月的學習，我發現作業治療不僅關注患者的身體功能恢復，同時也更加重視其心理、社會及職業功能的改善，還兼顧患者社會角色，做到統籌規劃，綜合康復。在作業治療室實習期間，我們應用綜合手段，如，以肢體主動運動指導、小組活動、集體遊戲和病友交流等方式，鼓勵患者自發主動運用肢體活動，幫助恢復患者日常生活活動能力、學習和工作技能活動以及社交能力以利於其回歸社會。



王阿姨是一位令我印象深刻的患者。她上肢與手功能極好卻多愁善感，第一次見面，她沉默

不語，只是無聲哭泣。看著她哭紅的眼，努力安慰與開導會是每一位醫生的本能做法，但同時一個想法也在我心中悄然而生——治療師不是只會康復的機器，時刻關注患者情緒變化並正確引導也是康復治療的一部分。在護工與各位治療師的安慰與開導下，阿姨情緒逐漸平復。面對功能如此好的患者，似乎桌面上的工具都顯得如此“小兒科”，擰螺絲，挑豆子，阿姨說這些活動都是小菜一碟。結合生活，我在得知阿姨平日喜歡打牌過後，和阿姨做



起了遊戲，那就是打迷你撲克牌，既可以鍛煉手指精細活動，還為患者所喜愛。同時，我會設置“獎懲制度”，如將舉水瓶作為一項“懲罰”，保證訓練具有趣味性的同時鍛煉患者耐力。阿姨出院當天，很鄭重的與我說了一句謝謝，在我心中，沒有任何事物會重過患者的一句肯定。

同樣，環境改造也是作業治療重要內容之一。人類生存於各類環境之中，良好的環境有助於患者生活獨立自理。協助患者改造生活環境，也是作業治療師的工作任務之一。實習期間，也我

見到了有治療師與患者交談，瞭解其家居的環境，協商後到患者家中指導進行環境改造。排除功能障礙者在家庭環境中的風險。

一段實習經歷，讓我完美的實現了從理論到實踐的蛻變，對於書本知識不只停留於書面意思，更重要的是與患者實際情況相結合，在尊重患者意願的基礎上，充分調動其積極性，為患者制定適宜的訓練方案，以幫助他們康復。總之，作業治療是一種全面、綜合、動態的康復治療方法，它通過有目的的作業活動說明患者恢復或提高獨立生活能力和勞動能力，使其能夠作為家庭和社會的一員過著有意義的生活。

艱難困苦，玉汝於成。願每位患者在不解努力過後都能鳳凰涅槃，浴火重生！

