

重啟人生之 ——腦卒中後，我在陽光熊爪做咖啡

許曉萌、俞珺屹、馮曉晴、王旻昊、婁小語
同濟大學附屬養志康復醫院



“醫生，得了腦卒中的人，是不是只能放棄人生，漫無目的的活著了？”

“當然不是了，調整心態，找到你現在能做的，努力讓明天活得比今天好，永遠不要低估放棄自己，不要阻止自己去嘗試新的生活方式。作業治療，不僅是為了幫助你解決目前的功能障礙，更是推動你向前邁出獨立生活的第一步。”

“可是我現在無法回到原來的工作崗位，也做不了自己感興趣的事情，我應該怎麼邁出獨立生活的第一步呢？”

“完全可以啊，之前你說過曾經的夢是開一家自己的咖啡館，但因為現實問題放棄了，現在我們醫院就有自己的公益咖啡店——熊爪，它可是全國首家輪椅咖啡師培訓基地，要不我們去試試看？”

“太好了，我以前最喜歡的就是喝咖啡，我想去試試看，雖然現在左手不是很靈活，但是如果自己做出一杯咖啡，我想我會非常高興。”

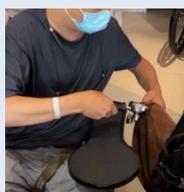


第一周：取粉教學中……



第二周：萃取教學中……

成果展示



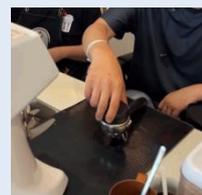
1. 清潔：
右手握住手柄，左手抓握毛巾，清潔容器



2. 倒粉：
右手握住手柄，左手將杯子底部倒扣



3. 取粉：
左手握住手柄，右手轉動杯子，將其取走



4. 布粉：右手將布粉器置於容器上方，轉動 3 圈，將咖啡粉壓平



5. 壓粉：
左手固定手柄，右手用壓粉器將粉壓實



6. 二次清潔：左手固定手柄，右手採“五點清潔法”抹淨邊緣粉末



7. 萃取咖啡液：
左手托住容器，右手調節位置，對準萃取
口旋轉固定，點按萃取開關



8. 打奶泡：
左手握杯，右手調節噴口與杯子間的角度



9. 調節奶泡濃度：左手固定杯子，右手轉旋鈕，調節打泡力度

“經過兩周的作業活動分解訓練和實際步驟操作，你使用左手的意識增強了不少，左手穩定裝有牛奶容器的力量和耐力改善了很多。另外，本來雙手配合時存在軀幹代償的情況也顯著減輕了。怎麼樣，還有信心繼續學習拉花嗎？”

“當然！我覺得這個學習的過程很有趣，我也在實際操作過程中發現了自己欠缺的地方，隨時改進調整，應對下一次實操訓練課，我甚至覺得，將來有一天我真的可以開一家咖啡店。謝謝你，帶我走出低谷，找到我想要嘗試的另一種生活。”



OT for All，為了自己，為了身邊所有支持鼓勵你的人，大膽跨出第一步吧！無論什麼，從現在開始就好！