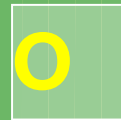


作业治疗技术 OT

第三章 日常生活活动能力训练 (一)



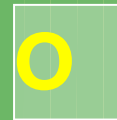
本章内容



- 第一节 概述
- 第二节 日常生活活动能力训练内容及步骤
- 第三节 日常生活活动能力训练方法
- 第四节 良姿位的摆放及原则
- 第五节 日常生活活动能力训练注意事项



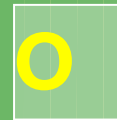
第一节 概述



- ADL 概念
- ADL 训练目的
- ADL 训练原则



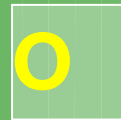
概念



日常生活活动能力（activities of daily living, ADL）是维持一个人的日常生活活动所必须的基本作业，即人们为了达到独立生活而每天必须反复进行的最基本的、最具共同性的活动，包括衣、食、住、行、个人卫生及与他人的交往等基本活动。



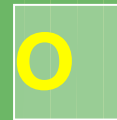
训练目的



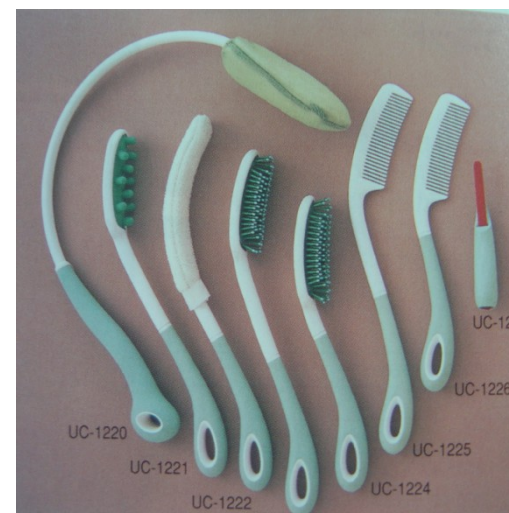
- 充分发挥其主观能动性，提高其自信心，重建独立生活的激情。
- 调动并挖掘潜力。
- 达到生活自理或把依赖他人降低到最低限度。
- 改善患者的躯体功能。
- 对特定动作的分析。
- 找出存在的主要问题及如何解决 。
- 利用辅助性装置和用具，达到最大限度的生活自理能力。



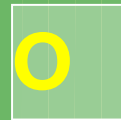
辅助具



T



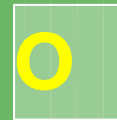
训练的原则



- 调动患者及家属参与训练的积极性
- 找出影响其独立生活的主要问题，提出训练目标
- 以目标为中心，满足社会角色与个人需求
- 由易到难，从简单到复杂，突出重点
- 尽量在真实的环境下进行训练
- 训练时间最好与作息時間相一致
- 配合其他治疗项目同时进行训练
- 提高活动的技巧性



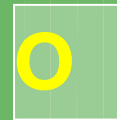
第二节 训练内容及步骤 - 训练内容



- 床上活动训练
- 转移活动训练
- 自我照顾训练
- 家务活动训练



床上活动

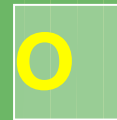


T

- 床上翻身
- 主动横向运动
- 桥式运动
- 床上坐起与躺下
- 床上移动



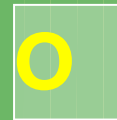
转移活动训练



- 坐位平衡
- 站立与坐下
- 床 - 椅之间的转移及轮椅活动
- 室内外行走
- 乘坐交通工具



自我照顾训练



- 更衣
- 个人卫生
- 饮食



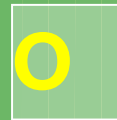
家务活动训练及社会活动能力训练



- 洗衣
 - 做饭
 - 购物
 - 清洁卫生
 - 经济管理
 - 照料小孩
- 上街购物、
 - 使用交通工具、
 - 进餐馆就餐、
 - 到公共场所娱乐



第二节 训练内容及步骤 - 训练步骤



T

训练步骤



收集资料



评价分析

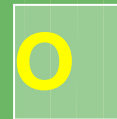


确定目标



实施训练





谢谢观赏！

