

项目一 作业治疗工作认知

任务一 作业治疗概述

作业治疗是康复医学的一个重要组成部分,是通过有目的性和选择性的作业活动,如日常生活活动、手工操作技巧、休闲娱乐活动等,来促进患者的功能恢复,提高患者的生存质量,从而早日回归家庭和社会的一种康复治疗技术。因此,本专业课程的学习,主要以临床“必需、实用、够用”为原则,突出作业治疗技术的特点和重点,针对作业治疗师的这一特定专业要求,强调临床实用性,树立学生在将来临床工作中的康复医学思维 and 理念,从而为培养实用性、技能型康复治疗专业人才,尤其是作业治疗技术人才奠定基础。

一、 作业治疗的基本概念

作业(occupation)是指人类的活动、劳作、事件或从事的工作。occupation一词源于动词 occupy,是指占领或占有时间、地点、物品或充满某人的头脑和忙于某项事物等意思,也即意为占有或填满其时间与空间,使之参与和忙碌。故在某种意义上可以认为作业。治疗是以活动或劳动和从事某项事情等作为一种治疗的手段,以对人类的健康或各方面的功能产生影响。所以,活动、劳作或从事的工作等构成了作业治疗的基础。

作业治疗(occupational therapy, OT)是指有选择性和目的性地应用与日常生活、工作、学习和休闲等有关的各种活动来治疗患者躯体、心理等方面的功能障碍,预防生活及工作能力的丧失或残疾,发挥患者身心的最大潜能,以最大限度地改善和恢复患者躯体、心理和社会等方面的功能,提高生存质量,促其早日回归家庭、重返社会的一种康复治疗技术或方法。

多年来,作业治疗的概念和定义随着社会和环境的变化有不断地修改。世界作业治疗师联盟(WFOT)把作业治疗定义为:“通过选择性的作业活动去治疗有身体及精神疾患或伤残人士”。1997年世界卫生组织(WHO)对作业治疗的定义为:“作业治疗是通过各种精心设计的活动,促进疾病、发育障碍及(或)身体和心理社会功能障碍者康复;帮助病残者最大限度地挖掘、使用其身体功能,以促进其使用适应工作、社会、个人及家庭的需要,过有意义的生活”。2002年世界卫生组织将作业治疗的定义修改为:“协助残疾者和患者选择、参与、应用有目的和意义的活动,以达到最大限度地恢复躯体、心理和社会方面的功能,增进健康,

预防能力的丧失及残疾的发生，以发展为目的，鼓励他们参与及贡献社会”。

在早期，作业治疗常利用工作、劳动等活动的方法来改善和治疗患者的功能障碍。然而，不是所有的活动都可称为作业治疗，只有有目的和选择性的、能促进患者功能恢复的活动才可称为作业治疗。作业治疗强调的是手的精细活动和手眼的协调性，以及对活动动作的控制能力的提高和耐力的加强，以进一步提高和改善患者的日常生活和工作能力，提高患者的生存质量，从而达到回归家庭、重返社会的目的。

作业活动在治疗的过程中，不仅能改善躯体的功能状况，还能增加患者的兴趣、改善心理状况。因为患者在做作业治疗活动时，思想精力主要集中在整个活动过程中，当完成某一任务或产生某一作业成果时，能使患者产生较大的兴趣，从而提高积极性。这样患者会在轻松的环境下完成作业治疗活动，达到治疗目的，而不会感到只是在枯燥乏味的重复，如某种关节的屈伸、肌肉的收缩等动作中，来完成治疗活动。在作业治疗中，常常要利用一些辅助工具及技术，减少患者功能障碍的影响，进一步有目的地掌握某一工作和生活技能。

从而提高患者的生活自理能力，故作业治疗是回归家庭和社会的一座桥梁，是一项重要及具有特色的康复治疗技术或方法。

作业治疗是以患者为核心，作业治疗师在制订作业治疗方案时，应根据患者个体情况，如年龄、性别、职业、文化程度、工作和生活环境等不同情况，选择和设计适合患者个体、符合患者意愿和需求的作业治疗方法。同时，作业治疗也是一种需要患者主动参与的创造性活动，因此，我们在有选择地进行作业治疗时，要充分发挥患者综合、协调和认知等各方面的能力或潜能，尽最大的可能，恢复其功能，最终达到患者能恢复独立的日常生活和工作能力，提高患者的生存质量，使其真正回归家庭、重返社会。

二、作业治疗的目的

作业治疗是应用与日常生活、工作及休闲娱乐等有关的一些活动使患者功能恢复的康复治疗技术。其主要目的是在于增强肢体尤其是手的灵活性及协调性，增加功能活动的控制能力和耐力，调节患者心理状态，改善和提高患者的日常生活和工作能力，提高生存质量，使其早日回归家庭、重返社会。

三、作业治疗与运动治疗的区别

作业治疗与运动治疗都是康复医学的重要组成部分，在临床上常同时应用，应用非常广泛。作业治疗与运动治疗同属于非常有特色的康复治疗技术，遵循相同的生物力学和神经生理学原理，但治疗目标、范围、手段、重点和患者参与情况等都有所区别（表 1-1）。作业治疗与运动治疗在其方法上虽有许多相似之处，但作业治疗和运动治疗中功能训练的目的不同。运动治疗的目的在于以恢复患者各关节的活动度和增强肌力为主；而作业治疗则是在上述功能的基础上，利用生活或生产性活动，恢复及改善关节的功能和各种精细协调动作。作业治疗强调的是某项功能活动或任务的完成，或是以生产、制作某一工艺或产品来改善患者的综合能力，并以上肢或手的精细、协调运动为主。而运动治疗则以下肢的运动、步态、平衡或肢体的粗大运动为主。同时，作业活动易于增加患者的兴趣，积极性较高，两者之间有一定的差别。然而，临床上在对患者进行康复治疗的时候，两者常常相互配合应用，并可结合其他康复治疗措施，如心理、言语、认知训练等康复治疗手段一起进行，以增强康复治疗的综合效果。

	作业治疗	运动疗法
治疗目标	改善和提高患者的日常生活和工作能力	使患者运动功能最大限度的发挥
治疗范围	躯体和心理功能障碍	躯体功能障碍
治疗手段	日常活动、工作、游戏、辅助器具 轮椅、假肢、矫形器等	肌力训练、神经肌肉促进技术、 牵引、手法治疗、器械训练、医 疗体操等
治疗重点	体现患者的综合能力，增加功能活动的控制能力和耐力，增强手的灵活性、手眼的协调性，以上肢或手的精细、协调运动为主	增加肌力及关节活动度，改善运动协调性、运动耐力及躯体平衡
患者参与 趣味性、 积极性	主动参与 强	主动为主，被动为辅 弱

四、作业治疗的选择及其原则

作业治疗需要根据患者功能障碍的情况及其身体基本状况，并结合患者的个体因素，包括其年龄、性别、职业、文化程度、个人兴趣、爱好以及患者的生活、工作环境等，选择一些有针对性的、患者能主动参与的、个体化的作业治疗方法，以制订较完善的作业治疗方案，

原则是通过作业治疗能改善或恢复功能，克服功能障碍的影响，达到康复目标。

所以, 作业治疗的选择, 具体应遵循如下原则:

1. 根据治疗的目的选择作业治疗的内容与方法 根据患者功能障碍的评定结果, 明确其治疗目的或设定其目标, 制订适合患者的作业治疗计划。即我们选择作业治疗内容和方法时, 要根据功能评定来发现患者功能障碍和了解现有的残存功能, 如患者有日常生活活动能力障碍, 则选择作业治疗的内容和方法时, 一定要选择能改善或恢复患者日常生活活动能力, 指导患者能生活基本自理, 渐至独立的作业治疗方法。对于某些患者功能障碍不能完全恢复, 或需要发挥代偿功能时, 作业治疗方法中, 应选择有针对性地利用患者的残存功能; 或借助辅助器具来训练患者完成功能活动的方法; 或对患者的生活、工作环境进行改造, 使患者能适应环境, 最大限度的达到生活自理, 回归家庭和社会的目的。

另外, 当患者某种功能障碍明确, 需改善某项功能时, 按作业治疗的具体目的进行选择。

如增强肩、肘关节伸屈功能, 可选择木工的刨削、拉锯及磨砂板的训练等; 增强腕、指关节的活动能力, 可选择油彩、绘画、乒乓球训练等; 增强手指精细活动功能时, 可选择编织、刺绣、泥塑、书法、打字及弹琴训练等。

2. 根据患者的功能状态选择适宜的作业活动 每个患者的功能障碍程度不同, 身体状况不一样, 存在着个体差异, 在选择作业治疗方法时, 应根据患者的个体情况, 选择患者能主动参与并能完成 70%~80%以上的作业活动。

3. 根据患者的个人爱好、兴趣, 因人而异选择作业活动 作业治疗活动是一种有目的、有意义的活动。为了更好地达到治疗目的, 我们选择活动时要考虑到患者的年龄、性别、文化背景的不同, 个人爱好、兴趣的差异等。而且选择的活活动要能够充分调动患者的积极性及参与意识, 调节患者的心理状态。如改善患者的注意力及调节情绪, 可选择下棋、玩牌、游戏、社交及寓于趣味性的活动; 如提高患者的自信心及自我价值观, 可选择书法、绘画、雕塑、制陶及手工艺等的作业活动。使患者在轻松、愉快的环境中完成治疗, 获得相对较好的康复效果。

4. 根据患者所处的环境、因地制宜的选择作业活动患者在住院治疗期间, 医院的康复条件较好, 可重点训练患者的日常生活自理能力及沟通能力, 学会掌握各种生活技能。患者回归家庭及社区后, 根据其生活或工作环境, 需要训练患者如何利用在医院所学到的技能, 去适应其所处的环境。让患者回到家中学会自理

及能独立生活。如患者应学会各种转移技术，在家能独立完成床椅转移和椅椅间的转移；对于需要辅助器具帮助的患者，要让其学会如何使用器具去完成日常生活的活动，如穿衣，进食等。如果患者在功能上不能完全恢复而适应其所处的环境时，我们要对其环境进行评估和改造，以使患者能适应所处的环境，方便患者进行日常生活活动，如在过道、卫生间安装扶手、去除门槛、增加门的宽度，降低床、椅的高度等。

另外，回到家庭和社区的患者，在选择作业活动时，要考虑患者当地自然环境和一些地利条件，如家居农村有土地、树木，可因地制宜地开展园艺治疗；在有制陶工艺的地区，可就地取材，开展制陶工艺的作业治疗活动等等。

5. 根据患者的身体状况选择作业活动的强度每一种作业活动的强度不一样，选择作业活动时，应根据患者当时的身体状态及个体不同情况，选择患者能够承受的作业活动强度和活动时间。如果作业治疗的强度过大，时间过长，患者难以忍受，不能完成作业活动；如果作业治疗量很小，即作业治疗的强度很小，时间过短，则达不到作业治疗的效果。所以选择的作业活动强度即治疗量要适宜。