

— 康复技能培训丛书 —

作业治疗 技能操作手册

主编 何成奇



人民卫生出版社

康复技能培训丛书

作业治疗技能 操作手册

主 编 何成奇

副主编 杨永红 罗 伦 刘沙鑫

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

作业治疗技能操作手册 / 何成奇主编. —北京: 人民卫生出版社, 2017

(康复技能培训丛书)

ISBN 978-7-117-24922-5

I. ①作… II. ①何… III. ①康复训练—手册
IV. ①R493-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第188383号

人卫智网	www.ipmph.com	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	www.pmph.com	人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

作业治疗技能操作手册

主 编: 何成奇

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里19号

邮 编: 100021

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 15.5

字 数: 388千字

版 次: 2017年8月第1版 2017年8月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-24922-5/R·24923

定 价: 45.00元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

编者

(以姓氏笔画为序)

- 于宏玲 (湖北省恩施土家族苗族自治州中心医院)
马锡超 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
王凤怡 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
邓 学 (香港大学)
左京京 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
皮治强 (四川大学华西第四医院)
朱 毅 (海南医学院第二附属医院)
刘沙鑫 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
闫彦宁 (河北省人民医院)
李 治 (深圳市宝安区人民医院)
李定艮 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
杨永红 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
何成奇 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
何爱群 (广东省工伤康复医院)
张仁刚 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
张玉婷 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
张倩影 (苏州工业园区星海医院)
林 洋 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)
罗 伦 (成都市第二人民医院)
钟 巍 (广东省工伤康复医院)
徐艳文 (宜兴九如城康复医院)

黄 茹 (广东省工伤康复医院)

黄秋月 (成都市第二人民医院)

董安琴 (郑州大学第五附属医院)

董怡悦 (四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)

秘 书

王凤怡 (兼 / 四川大学华西医院 / 四川大学华西临床医学院)

序

尽管“5·12”汶川大地震以后，中国的康复医学快速发展：截至 2009 年 8 月，全国共有 3288 所综合医院开设了康复医学科，各类康复医院 338 所，康复专业人员 39 832 人，其中医师 15 949 人、治疗师 13 747 人、护士 10 137 人。但是，康复服务能力整体不足，地区之间在人才、技术和水平上的差距不容忽视。由于康复专业人员的专业背景、学历知识及临床经历的巨大差异导致了康复诊疗水平不统一，康复评定与治疗技术不系统、不规范，特别是各亚专科康复技术规范缺失，使得临床技术规范步履维艰，成为康复质量、安全与学科发展的最大隐患。

卫生部《综合医院康复医学科建设与管理指南》第十八条明确提出“综合医院应当提供统一、规范的康复医疗服务”（卫医政发【2011】31 号）。所以，为康复治疗师提供一套系统、规范而实用的康复技能规范，帮助他们精准康复评定、精准康复治疗已经成为燃眉之急。

四川大学华西医院康复医学中心有着悠久的康复临床与教学历史。1989 年成立康复医学科，现年门诊量为 3 万余人次，年出院患者 3 千余人次。1997 年开始招收康复治疗学本科学生，2001 年获硕士学位授予权，2005 年开始专科治疗师培训，2006 年获博士学位授予权，2008 年建立博士后流动站；截至 2014 年底，物理治疗、作业治疗及假肢矫形三个专业均通过专业国际认证。2006 年开始启动《骨科康复物理治疗技术规范》《神经康复物理治疗技术规范》《心肺康复物理治疗

技术规范》《作业治疗技术规范》《语言治疗技术规范》《假肢矫形技术规范》和《康复评定技术规范》的编写工作,基于康复临床实践,结合国际相关指南、具体技术及卫生部康复治疗技术规范,2009年印刷了这7套操作规范。通过近10年的临床实践及2011年、2013年的两次修订,我们又邀请了全国知名康复医学科的相关专家和治疗师共同编写整理,重点突出科学性、规范性和可操作性,旨在为广大治疗师提供一套符合中国国情的康复评定与治疗技术的规范化操作手册。

由于时间仓促、水平所限,本套培训丛书瑕疵错漏之处难免,敬请各位专家、老师与同道批评指正。

何成奇

2016.6.18

前言

作业治疗是一门独立的学科，是康复科学的重要组成部分。它以有目的、有意义的作业活动为手段，综合协调服务对象的个体因素、环境因素，最大限度地促进良好的健康状态和生活质量。作业治疗以全人的观点，基于生物—心理—社会的医学模式，提供涵盖整个从婴儿到老年过程中的健康促进服务，是失能者回归家庭、回归社会的重要桥梁。

目前，在大部分国家作业治疗已成为医院服务的重要组成部分，此外，在部分发达国家，作业治疗还在除了医院以外的护理院、社区、学校等机构发挥重要的健康促进作用。我国康复医学起步较晚，作业治疗的普及和传播不足。近年来，随着康复医学的整体发展，作业治疗在中国的发展取得了长足的进步，一大批医院开设了独立的作业治疗部，一部分高等学校设置课程开始独立培养作业治疗专业人才，作业治疗对外交流日益频繁，国际作业治疗机构和组织对中国作业治疗的关注增加。

随着作业治疗的不断发展，从业人员对作业治疗专业知识的需求加大，现有的专业书籍有限，参考资源不足，大部分书籍多为英文原版，且以理论居多，作业治疗具有非常强的文化背景特点，因而其参考价值受到影响。与此同时，作业治疗领域有一大批领军专业人员在全国各地实践和推动作业治疗的发展，他们或具有丰富的临床作业治疗经验、或者具有专业的作业治疗教育背景、或深谙国际国内作业治疗的异同，他们智

慧的集合,将对广大的作业治疗从业人员具有重要的实践指导价值。

本书旨在总结综合现有的作业治疗领域成熟技术,以简洁实用图文并茂的形式给广大作业治疗从业人员、康复治疗专业学生、作业治疗专业学生、高校教师、康复医师等提供实践参考。

本书的编写得到了来自全国各地编委的大力支持,在此感谢付出大量辛苦工作的所有参编人员;感谢所有在此未提及但对于本书的编写和出版给予无私帮助的人们!由于时间仓促,错漏在所难免,请各位同仁不吝赐教!

编 者

2017年3月

目 录

第一章 作业治疗概论	1
第一节 作业治疗的定义和概念.....	1
第二节 作业治疗的发展概况.....	3
第三节 作业治疗师.....	5
第四节 作业治疗的常用模式.....	6
一、概述.....	6
二、作业表现模式.....	8
三、人—环境—作业模式.....	20
四、人类作业模式.....	28
五、河流模式.....	39
第五节 作业活动分析.....	43
一、概述.....	43
二、作业活动分析的内容.....	45
三、作业活动分析的方法.....	46
第二章 基于个人的作业治疗	49
第一节 改善运动功能的作业治疗技术.....	49
一、增加肌力的作业治疗技术.....	50
二、改善关节活动范围的作业治疗技术.....	64
三、增强耐力的作业治疗技术.....	74
四、强制性运动疗法.....	77
五、改善协调能力的作业治疗技术.....	83

六、改善平衡功能的作业治疗技术·····	87
七、缓解肌张力的作业治疗技术·····	91
八、渐进式肌肉放松技术·····	93
第二节 改善感觉功能的作业治疗技术·····	97
一、感觉脱敏技术·····	97
二、感觉再教育技术·····	105
三、疼痛缓解技术·····	111
四、镜像治疗技术·····	127
第三节 改善认知功能的作业治疗技术·····	139
一、注意力训练技术·····	139
二、计算力训练技术·····	145
三、定向力训练技术·····	151
四、记忆力训练技术·····	158
五、执行能力训练技术·····	167
第四节 改善知觉功能的作业治疗技术·····	174
一、失用症训练技术·····	174
二、失认症训练技术·····	177
三、单侧忽略训练技术·····	179
四、躯体构图训练技术·····	181
五、视觉辨别训练技术·····	184
第五节 改善社会心理功能的作业治疗技术·····	188
一、心理支持技术·····	188
二、压力管理技术·····	192
三、社交技巧训练·····	194
四、家庭治疗技术·····	196
五、小组治疗技术·····	199
六、认知行为技术·····	205
七、自我管理技术·····	214

第六节 发育障碍的作业治疗技术·····	219
一、感觉统合技术·····	219
二、引导式教育技术·····	230
第三章 基于活动的作业治疗·····	246
第一节 日常生活活动能力训练技术·····	246
一、进食训练·····	247
二、穿衣训练·····	255
三、如厕训练·····	268
四、个人卫生训练·····	273
五、洗澡训练·····	276
六、转移训练·····	282
七、步行能力及上下楼梯训练·····	289
八、大小便管理控制·····	302
九、家务活动训练·····	306
第二节 工作能力训练技术·····	317
一、职业功能训练·····	317
二、职前训练·····	318
三、工作强化训练·····	319
四、工作模拟训练·····	320
五、工作行为教育与训练·····	321
六、职业咨询与指导·····	322
七、职业技能再培训·····	323
八、工作职务调整及再设计·····	323
九、工作能力重塑·····	325
十、现场工作能力强化·····	326
十一、工具使用训练·····	327
十二、体力操作技巧训练·····	328
十三、基本工作姿势训练·····	330

第三节 休闲活动训练技术	331
一、概述	331
二、作用原理	332
三、娱乐休闲的评定	333
四、作业治疗干预	335
第四章 基于环境的作业治疗	344
第一节 环境改造技术	346
一、家居环境改造及社区环境改造	346
二、无障碍设计及环境改造策略	354
三、工作环境改造	359
第二节 环境控制技术	363
一、概述	363
二、作用原理	364
三、治疗技术	365
第三节 辅助技术	366
一、概述	366
二、作用原理	375
三、治疗技术	375
第四节 轮椅评定与训练技术	377
一、轮椅评定	377
二、轮椅训练	378
第五节 矫形器制作与应用技术	382
一、常用工具和材料	382
二、制作康复支具的准备及注意事项	384
三、支具制作原则	387
四、常用支具制作技术	389
第六节 压力治疗技术	427
一、增生瘢痕概述	428

二、增生瘢痕的压力治疗技术·····	435
三、压力衣制作技术·····	449
参考文献·····	465
附录1 小组活动策划书·····	471
附录2 偏瘫上肢功能分级·····	480

第一章

作业治疗概论

第一节 作业治疗的定义和概念

作业(occupation)又称为作业活动,是人们利用时间、空间及自身能力所完成的一切事情的总称,是构成个体每日活动的所有组成内容,包括日常生活活动、休闲娱乐活动、生产性活动及睡眠等。作业对个人具有独特的意义和目的,只要符合对人类“有意义”的活动便可以被称为作业。

作业治疗(occupational therapy, OT)是康复的重要组成部分,是一门独立的康复治疗学科,具有不可替代性。2012年世界作业治疗师联盟(World Federation of Occupational Therapists, WFOT)将作业治疗师定义为:以患者为中心,通过作业活动促进健康和福祉的医疗卫生职业。作业治疗的首要目标是促进人们参与日常生活活动的能力。作业治疗师通过提高患者的能力、通过改造环境或改良作业活动等方式提供更多支持,帮助患者完成想要、需要或被期望从事的作业活动。

作业治疗着重于利用有意义的作业活动为治疗媒介,提高服务对象在自我照顾、休闲娱乐及工作方面的独立能力。作业治疗也非常重视利用改良作业活动的方式及改造环境的方法来减轻活动和参与受限,以提高患者的生活质量。除此之外,作

业治疗重点强调以全人的观点看待个体,以生物-心理-社会的模式思考问题,即以最大限度地恢复躯体、心理和社会功能,增进健康,预防及改善活动及参与能力受限,回归家庭及社会为目标。

作业治疗内容根据不同的标准可进行不同的分类,目前国内通常根据作业活动的功能特点将作业治疗分为治疗性作业活动、功能性作业活动、作业咨询及宣教、环境干预及辅助技术等。

1. 治疗性作业活动 治疗性作业活动(remedial OT)主要指以改善服务对象躯体结构和完成活动所需技能为主的各种治疗活动,包括各种改善躯体运动感觉成分、认知技能以及心理情绪等活动,如插木插棍、磨磨砂板、推滚筒、感觉脱敏训练等。

2. 功能性作业活动 功能性作业活动(functional OT)主要指针对自我照顾、休闲娱乐、生产性活动等活动参与方面进行的治疗。自我照顾即日常生活活动(activities of daily living, ADL)训练,包括基本日常生活活动(basic activities of daily living, BADL)如进食、穿衣、个人卫生、洗澡、如厕、转移等,及工具性日常生活活动(instrumental activities of daily living, IADL)如家务劳动、购物、财务管理等。休闲娱乐(play and leisure)是指个人在闲暇时间的兴趣爱好及娱乐活动,如打牌、看电视、钓鱼等。生产性活动(productive activities)则包括工作、兼职、学习等,其中职业作业治疗(vocational OT)又包括职业前训练(pre-vocational training)和职业训练(vocational training)。

3. 作业宣教和咨询 作业宣教和咨询(OT education and consultation)指在作业治疗服务过程中针对服务对象及其家庭所作的宣教和提供的咨询服务。

4. 环境干预 环境干预(environmental intervention)是指通过环境与人的行为的相互影响来改变人的作业活动表现,包

括各种物理、社会环境的评估及改造工作。

5. 辅助技术 辅助技术(assistive technology, AT)包括辅助器、矫形器的配置和使用训练,假肢的穿戴及使用训练等。

作业治疗的终极目标是改善服务对象的作业表现,因此基于其作业表现的相关影响因素,上述作业治疗的内容又可根据作业治疗最常用的人-作业-环境模式(person-occupation-environment model, PEO)进行归类,为了便于作业治疗专业人士使用和实践,本书将基于 PEO 模型分别介绍不同领域的作业治疗内容和方法。

(杨永红)

第二节 作业治疗的发展概况

现代作业治疗起源于 20 世纪早期的美国,但作业治疗的雏形可以追溯数千年。作业治疗的起源过程也是科学的认识“作业”的过程。美国约翰霍普金斯大学医学院的主管 Adolf Meyer(1866—1950)主张利用有目的、有意义的活动治疗精神病患者是现代作业治疗的启蒙。其后,William Rush Dunton 提出了较完整的作业治疗原则,并于 1893 年在费城的一所医院利用作业治疗治疗精神病患者。1910 年,《伤兵的作业治疗》一书成为最早的作业治疗教科书。1914 年,美国建筑师 George Barton 提出作业治疗(occupational therapy)这一名称。在 Barton 的倡导下,美国于 1917 年 3 月 15 日成立了作业治疗促进会(1920 年更名为美国作业治疗协会)。该组织包括了精神科医生、建筑师、社工、工艺科教师以及护士。不同专业背景的人丰富了早期作业治疗概念的发展。作业治疗起源于精神科,两次世界大战使作业治疗的原理、技术和运用范围进一步发展,军队和地方医院相继开设作业治疗科,作业治疗的重点也从伤残人士发展到心脑血管病、骨关节疾病等导致的躯体功能