

高等医学院校康复治疗学专业教材

ADL Skills and
Environmental Adaptations

日常生活技能与环境改造

(第二版)

● 刘璇 主编



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

高等医学院校康复治疗学专业教材

ADL Skills and
Environmental Adaptations

日常生活技能与环境改造

(第二版)

● 刘璇 主编

图书在版编目(CIP)数据		
日常生活技能与环境改造 / 刘璇主编. — 2版. — 北京: 华夏出版社, 2015.10		
ISBN 978-7-308-13051-2	刘璇	主编
1. ①日	刘璇	主编
2. ①日	刘璇	主编
3. ①日	刘璇	主编
4. ①日	刘璇	主编
5. ①日	刘璇	主编
6. ①日	刘璇	主编
7. ①日	刘璇	主编
8. ①日	刘璇	主编
9. ①日	刘璇	主编
0. ①日	刘璇	主编

图书在版编目(CIP)数据

日常生活技能与环境改造/刘璇主编. —2 版. —北京:华夏出版社,2013.4
高等医学院校康复治疗学专业教材
ISBN 978 - 7 - 5080 - 7531 - 0

I. ①日… II. ①刘… III. ①康复医学 - 医学院校 - 教材 ②残疾人 - 基本设施 - 改造 - 医学院校 - 教材 IV. ①R49 ②F299.24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 059042 号

日常生活技能与环境改造

刘璇 主编

出版发行	华夏出版社 (北京市东直门外香河园北里4号 邮编:100028)
经 销	新华书店
印 刷	北京市人民文学印刷厂
装 订	三河市万龙印装有限公司
版 次	2013 年 4 月北京第 2 版 2013 年 4 月北京第 1 次印刷
开 本	787 × 1092 1/16 开
印 张	23.25
字 数	551 千字
定 价	48.00 元

本版图书凡有印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换。

高等医学院校康复治疗学专业教材(第二版)

组织委员会与编写委员会名单

组织委员会

顾 问	吕兆丰				
主任委员	李建军				
常务副主任	董 浩	线福华			
副主任委员	王晓民	高文柱	张 通	梁万年	励建安
委 员	李义庭	付 丽	张凤仁	杨祖福	陆学一
	马小蕊	刘 祯	李洪霞		

编写委员会

学术顾问	卓大宏	周士枋	南登昆	吴宗耀	
主 审	纪树荣	王宁华			
主 编	李建军				
副 主 编	董 浩	张 通	张凤仁		
编 委(以姓氏笔画为序)					
	江钟立	刘克敏	刘 璇	纪树荣	华桂茹
	朱 平	乔志恒	李建军	李胜利	陈立嘉
	陈小梅	陈之罡	张 琦	金 宁	赵辉三
	恽晓平	贺丹军	桑德春	敖丽娟	傅克礼

办公室主任	杨祖福	副主任	李洪霞
-------	-----	-----	-----

《日常生活技能与环境改造》(第二版)

编委会名单

主 编 刘 璇 首都医科大学康复医学院

副主编 刘根林 首都医科大学康复医学院

编 委(以姓氏笔画为序)

王丽华 中国康复研究中心

卫 波 北京博爱医院

刘 萍 中国康复研究中心

汪家琮 首都医科大学康复医学院

张 冬 北京博爱医院

张 缨 北京博爱医院

陈小梅 中国康复研究中心

邱卓英 首都医科大学康复医学院

陆晓曦 中国康复研究中心

周红俊 中国康复研究中心

恽晓平 首都医科大学康复医学院

郑 樱 北京博爱医院

郝春霞 北京博爱医院

戴 东 中国康复研究中心

高等医学院校康复治疗学专业教材

再版序言

高等医学院校康复治疗学专业教材第一版是由首都医科大学康复医学院和南京医科大学第一临床学院联合组织编写,一大批具有丰富临床和教学经验、有高度责任感、有开创精神的老教授和康复医学工作者参与了教材的创建工作。本套教材填补了我国这一领域的空白,满足了教与学的需要,为推动康复治疗学专业快速发展作出了巨大贡献。

经过自 2002 年以来的各届学生使用后,根据教学反馈信息、康复医学的发展趋势和教育教学改革的要求,首都医科大学康复医学院又组织在临床教学、科研、医疗第一线的中青年教授、学者,尤其以康复治疗学专业一线的专家为主,继承和发扬老一辈的优良传统,借鉴国内外康复医学教育教学的经验和成果,对本套教材进行修订和改编,力争使修订后的第二版教材瞄准未来康复医学发展方向,参照国际 PT 和 OT 教育标准,以培养高素质康复治疗专业人才为目标,以满足教与学的需求为基本点,在阐述康复治疗学理论知识和专业技能的同时,紧密结合临床实践,加强了教材建设改革和创新的力度,形成了具有中国特色的康复治疗学专业教材体系。

二版教材的修订和编写特点如下:

- 在对教师和学生广泛与深入调研的基础上,总结和汲取了第一版教材的编写经验和成果,尤其对一些不足之处进行了大量的修改和完善,充分体现了教材的科学性、权威性与创新性,并考虑其在全国范围的代表性与在本土的适用性。

- 第二版教材坚持了“三基(基本理论、基本知识、基本技能)、五性(思想性、科学性、启发性、先进性、适用性)和三特定(特定对象、特定要求、特定限制)”的原则,以“三基”为重心、以临床应用为重点、以创新能力为培养目标,在继承和发扬第一版教材优点的基础上,保留经典且注重知识的更新,删除了陈旧内容,增补了新理论、新知识和新技术。

- 第二版教材的内容抓住了关键,突出了重点,展示了学科发展和教育教学改革的最新成果,体现了培养高素质康复治疗专业人才的目的。因其层次分明,逻辑性强,结构严谨,图文并茂,并且做到了五个准确——论点准确、概念准确、名词术语和单位符号准确、语言文字准确、数据准确且材料来源可靠,所以属于现阶段的精品教材。

●第二版教材共计 19 种,根据康复治疗学专业要求,新增《职业关联活动学》1 种。

1.《康复医学导论》由李建军教授主编,主要介绍康复与康复医学的基本概念、基础知识、康复医学的基本方法、康复医疗服务体系、康复专业人员教育和培养,以及残疾人康复事业等相关问题,是学习康复医学的入门教材。

2.《人体发育学》由江钟立教授主编,是国内第一部以新的视角论述人体发育与康复治疗理论的专著。

3.《运动学》由刘克敏主任医师和敖丽娟教授主编,是康复治疗理论的基础教材,内容包括:生物力学、正常人体运动学、运动障碍学、运动生理学、运动生化学、运动心理学。

4.《物理疗法与作业疗法概论》由桑德春主任医师主编,主要介绍物理疗法和作业疗法的发生、发展过程,与之有关的基本概念、基本理论、基本特点及学习、运用的基本方法。

5.《康复疗法评定学》由恽晓平教授主编,全书系统介绍康复评定学概念及理论、相关基础知识、评定原理、评定所需仪器设备和方法,以及临床结果分析,理论与临床操作相结合,兼顾学科新进展,是国内外首部,也是唯一一部全面、详尽论述康复评定理论与实践的专业著作。

6.《运动疗法技术学》由纪树荣教授主编,是国内第一部运动疗法技术学专著,详细介绍运动疗法技术的基本理论、常用的各种治疗技术及其在实际工作中的应用方法。

7.《临床运动疗法学》由张琦副教授主编,根据国际上运动疗法发展的新理念,结合国内运动疗法及其临床应用编写而成,是国内目前内容最全面的临床运动疗法学教材。

8.《文体疗法学》由金宁主任技师主编,主要介绍利用体育、娱乐项目对患者进行治疗的方法,是 PT 和 OT 的补充和延伸,也是国内第一部文体康复治疗的专著。

9.《理疗学》由乔志恒教授和华桂茹教授主编,内容包括物理疗法概论、各种电疗法、光疗法(含激光)、超声疗法、磁场疗法、温热疗法、水疗法和生物反馈疗法等。

10.《基础作业学》由陈立嘉主任医师主编,主要介绍现代作业疗法的基本理论、基本技术和基本方法,也是第一部此领域的专著。

11.《临床作业疗法学》由陈小梅主编,国内和日本多位具有丰富作业疗法教学和临床治疗经验的专家共同撰写,涵盖了作业疗法的基本理论、评定和治疗方法等内容,并系统地介绍了脑卒中、脊髓损伤、周围神经损伤、骨科及精神障碍等不同疾患的康复特点和作业治疗方法,内容全面,具有很强的实用性。

12.《日常生活技能与环境改造》由刘璇副主任技师主编,是我国国内有关残疾人日常生活动作训练,以及患者住房和周围环境的无障碍改造的第一部专著。

13.《康复心理学》由贺丹军主任医师主编,从残疾人的角度入手,论述其心理特征及康复治疗手段对康复对象心理的影响,将心理治疗的理论和技术运用于心理康复,是国内第一部康复心理学方面的专著。

14.《假肢与矫形器学》由赵辉三主任医师主编,内容包括:与假肢装配有关的截肢,截肢者康复的新观念、新方法,常用假肢、矫形器及其他残疾人辅具的品种特点、临床应用和装配适合性检验方法。

15.《中国传统康复治疗学》由陈之罡主任医师主编,内容主要包括中国传统医学的基本理论、基本知识,以及在临床中常用且比较成熟的中国传统康复治疗方法。

16.《言语治疗学》由李胜利教授主编,借鉴国际言语康复的现代理论和技术,结合国内言语康复的实践经验编写而成,是国内第一部内容最全面的言语治疗学教材。

17.《物理疗法与作业疗法研究》由刘克敏主任医师主编,是国内第一部指导PT、OT专业人员进行临床研究的教材,侧重于基本概念和实例分析,实用性强。

18.《社区康复学》由付克礼研究员主编,是PT、OT合用的教材,分上、中、下三篇。上篇主要介绍社区康复的最新理论、在社区开展的实践活动和社区康复管理知识;中篇主要介绍社区实用的物理疗法技术和常见病残的物理治疗方法;下篇主要介绍社区实用的作业疗法技术和常见病残的作业治疗方法。

19.《职业关联活动学》由朱平主任医师主编,主要介绍恢复和提高残疾人职业能力的理论和实践方法。

在本套教材的修订编写过程中,各位编写者都本着精益求精、求实创新的原则,力争达到精品教材的水准。但是,由于编写时间有限,加之出自多人之手,难免出现不当之处,欢迎广大读者提出宝贵的意见和建议,以便三版时修订。

本套教材的编写得到日本国际协力事业团(JICA)的大力支持,谨致谢忱。

高等医学院校
康复治疗学专业教材编委会
2011年6月

《日常生活技能与环境改造》

再版前言

本书是康复治疗学专业系列教材之一。主要为培训康复治疗专业人员而写,同时亦可作为其他康复工作者的参考用书。

由于本书涉及基础和临床的多方面内容,将所有内容分成三篇进行编写。第一篇是日常生活技能总论,详细介绍日常生活活动的主要内容,日常生活活动能力障碍的主要表现和评定方法,重点介绍作业疗法的基本理论、基本技术及基本操作手法;第二篇是日常生活技能各论,针对造成日常生活活动障碍的常见疾病,分别介绍物理疗法和作业疗法的日常生活活动训练的主要操作技术;第三篇是环境改造,简要介绍我国无障碍环境改造的现状,强调建立无障碍设施的意义,针对城市和农村的不同特点,提出一些具体的无障碍改造方案。

本书再版编写过程中力争达到既有可靠的理论依据,又有较强的可操作性。本书编写人员有一半是在临床从事作业疗法工作多年的专业治疗师,他们有较强的理论基础及丰富的临床经验。

在再版编写此书过程中,参考了大量的英文、日文文献,增加补充了许多新知识点,例如在第一篇总论中增加了“ICF 的理论与方法”这一章节,在“日常生活活动障碍的解决途径”这一章节中做了大量的修改,修改后的内容更具有实用性。在第二篇各论中,就日常生活活动的具体训练方法做了补充,能更好地指导读者如何帮助患者掌握日常生活技能,但由于作者的水平所限,加上时间仓促,文章中不妥之处,请读者加以指正。

本书再版编写得到了邱卓英博士,恽晓平教授的大力支持,特此致谢!本书编写过程中,各编委都是利用业余时间完成的,在此谨向他们及他们的家人表示衷心的感谢!

编者

2012年10月

目 录

第一篇 日常生活技能总论

第一章 日常生活活动概论	3
第一节 日常生活活动的历史与范围	3
一、日常生活活动的历史	3
二、日常生活活动的概念	4
三、日常生活活动的范围——ADL APDL IADL EADL	4
第二节 日常生活活动能力的获得和自立	5
第三节 构成活动的要素	9
一、起居	10
二、进食	10
三、排泄	11
四、整容	12
五、入浴	13
六、更衣	13
七、交流	15
八、家务	15
九、健康管理	15
十、外出	17
十一、作息时间的安排	17
十二、公共设施的利用	18
第二章 日常生活活动障碍的国际分类	20
第一节 国际残疾分类	20
一、病损	20
二、失能	21
三、残障	21
第二节 国际残疾分类的修订	23
一、线性模型	23
二、多因素模型	23
三、ICF 的概念	25

第三章 《国际功能、残疾和健康分类》(ICF) 的理论与方法	26
第一节 《国际功能、残疾和健康分类》概述	26
一、ICF 产生的背景与发展历程	26
二、ICF 的基本特点	27
三、ICF 的应用领域	28
第二节 ICF 有关功能、残疾和健康的理论及 WHO 核心分类体系	29
一、ICF 的理论模式	29
二、WHO 家族分类的知识分类体系和标准体系	31
第三节 ICF 分类体系和主要内容	34
一、ICF 分类的结构特征	34
二、ICF 的内容	37
第四节 ICF 与作业疗法	41
一、基于 ICF 的作业疗法的理论架构	41
二、ICF 与三种作业疗法模式相联系	43
三、ICF 用于作业疗法的个案管理	47
第四章 日常生活活动能力评定	50
第一节 日常生活活动评定的主要内容	50
一、基础性日常生活活动 (BADL)	50
二、工具性日常生活活动 (IADL)	51
三、日常生活活动评定的主要内容	51
第二节 日常生活活动评定的主要方法	52
一、日常生活活动评定的目的	52
二、日常生活活动评定量表的选择	53
三、常用的日常生活活动评定量表	53
四、日常生活活动评定的实施方法	63
五、日常生活活动评定的注意事项	63
第三节 功能独立性评定 (FIM)	64
第五章 日常生活活动障碍的解决途径	86
第一节 日常生活活动及影响因素	86
一、影响完成日常生活活动的自身因素	86
二、影响完成日常生活活动的外部环境因素	87
第二节 ADL 障碍表现与原因	87
一、进食障碍	88
二、修饰障碍	88
三、穿上衣障碍	88
四、穿裤子、鞋、袜障碍	89
五、洗澡障碍	89
六、如厕障碍	90
七、移动障碍	90

八、家务劳动障碍	90
第三节 ADL 相关的功能训练	91
一、概念	91
二、训练方法	91
第四节 ADL 障碍的康复治疗	92
一、康复治疗的概念	92
二、康复治疗的治疗原则	92
三、康复治疗的治疗方法	93
第五节 自助具	101
一、自助具的选用和制作原则	101
二、各种常见的自助具	102

第二篇 日常生活技能各论

第一章 偏瘫	123
第一节 偏瘫的 ADL 障碍特点	123
一、偏瘫的 ADL 障碍的表现	124
二、日常生活活动评定(以下略称 ADL 评定)	124
第二节 偏瘫患者的功能评定及相关问题	127
一、运动功能障碍的康复评定	127
二、平衡功能的评定	132
三、手的实用能力评定	133
四、偏瘫患者认知功能障碍的评定	134
五、偏瘫患者的心理问题	134
六、预后及社会回归	134
七、偏瘫的预防	136
第三节 偏瘫的康复治疗 and 训练	136
一、康复治疗 and 训练的实施流程	137
二、康复治疗 and 训练计划的实施	138
三、康复治疗 and 训练的具体训练方法	140
第二章 脑瘫	166
第一节 脑瘫的临床表现及分型	166
第二节 脑瘫的 ADL 评定	167
一、儿童残疾评价表(pediatric evaluation of disability inventory,PEDI)	167
二、日常生活活动评价	177
第三节 脑瘫的康复训练	180
一、脑瘫早期发现的意义	180

二、脑瘫的康复训练原则	180
三、脑瘫康复阶段的划分	181
四、脑瘫康复的特点	181
五、脑瘫的预防	181
六、脑瘫的治疗方法	182
七、日常辅助用具	193
第三章 脊髓损伤	195
第一节 脊髓损伤功能障碍的特点	195
一、原发性功能障碍	195
二、继发性合并症	198
第二节 脊髓损伤的 ADL 评定	198
一、四肢瘫功能指数 (QIF) 评定内容	199
二、实用 ADL 的评定方法	207
第三节 ADL 实际训练方法及相关辅助器具的应用	207
一、脊髓损伤各机能水平患者康复训练的要点	207
二、脊髓损伤患者在各阶段进行作业治疗的主要内容	210
三、脊髓损伤患者 ADL 动作训练及相关辅助器具的应用	211
第四节 住宅环境改造	229
第五节 注意事项	230
第四章 类风湿性关节炎	231
第一节 类风湿性关节炎的 ADL 障碍特点	231
一、类风湿性关节炎对日常生活动作的影响	231
二、康复评定	232
三、康复治疗的目的和原则	234
四、药物治疗	237
第二节 类风湿性关节炎的治疗方法	237
一、起居动作训练	238
二、步行动作训练	241
三、关节的保护	242
四、节省体力的方法	243
五、日常生活活动中的注意事项	244
第五章 截肢	245
第一节 上肢截肢	246
一、能力障碍的概述	246
二、日常生活技能指导	247
第二节 下肢截肢	258
一、能力障碍的概述	258
二、日常生活技能指导	259

第六章 神经肌肉疾病	265
第一节 进行性肌营养不良症	266
一、假肥大型进行性肌营养不良	267
二、肢带型肌营养不良	274
第二节 多发性硬化症	274
一、临床表现	275
二、评价	275
三、治疗	279
第三节 肌萎缩性侧索硬化症	281
一、临床与康复评定	281
二、康复治疗	282
第四节 脊髓小脑变性症	282
一、临床与康复评定	282
二、康复治疗	283
第七章 精神疾病	284
第一节 精神疾病的 ADL 障碍特点	284
一、常见精神病的 ADL 障碍特点	284
二、精神病患者的康复评定	285
三、精神残疾康复的原则	286
四、住院精神病患者康复疗效评定方法	287
五、精神疾病的康复机构与形式	287
第二节 精神疾病 ADL 障碍的治疗方法	289
一、精神疾病的康复过程	289
二、起居与作息时间安排	289
三、整容与更衣	290
四、进食	291
五、家务	291
六、交流	291
七、外出	292
第三节 精神疾病 ADL 障碍治疗的注意事项	293
一、精神病患者的心理治疗	293
二、精神病患者的职业训练	293
三、社区康复与家庭干预	293
四、几种主要精神病的康复要点	295
第八章 老年性疾病	298
第一节 老年期作业疗法的对象	299
一、老年期作业疗法对象的特征	299
二、老化	299
第二节 老年人的生活活动障碍	301

一、基本性日常生活活动的障碍	301
二、应用性日常生活活动困难	302
第三节 老年疾病的作业疗法	303
一、评价	303
二、作业疗法的治疗	312

第三篇 环境改造

第一章 环境改造概述	317
第一节 ADL 障碍与环境改造的关系	317
第二节 环境改造的历史与现状	318
一、欧、美等发达国家和地区环境改造的历史回顾	318
二、我国环境改造的现状	319
第三节 环境改造的基本要求	322
一、国际通用的无障碍设计标准	323
二、《城市道路和建筑物无障碍设计规范》的主要内容	323
三、加强无障碍环境建设的意义	323
第二章 环境改造的实施	325
第一节 住房改造	325
一、住房条件的评定	325
二、住房改造计划的制订	328
三、实施住房改造的参考标准	329
第二节 城市道路和建筑物无障碍改造	330
一、城市道路和建筑物无障碍设计的基本要求	332
二、公共交通工具的无障碍改造要求	343
第三节 农村生活环境改造	344
第四节 国际通用标志	345
第三章 环境控制与机器人护理	347
第一节 残疾人家庭环境控制装置	347
一、环境控制装置的一般性结构	347
二、国内外几种 ECU 介绍	350
第二节 护理机器人	352
一、固定作业式护理机器人	352
二、移动作业式护理机器人	352
三、医院机器人系统	352
四、未来展望	354
参考文献	355

第一篇

日常生活技能总论

- 第一章 日常生活活动概论
- 第二章 日常生活活动障碍的国际分类
- 第三章 《国际功能、残疾和健康分类》
(ICF) 的理论与方法
- 第四章 日常生活活动能力评定
- 第五章 日常生活活动障碍的解决途径

