



台灣巴金森症病友的服務與資源

選擇合適的物理治療師

選擇合適的物理治療師



什麼時候需要找物理治療師呢？當患者因為疾病或受傷而失去某些生活行動的能力時，就必須找物理治療師。

巴金森症(簡稱巴病)患者在病症發展的各個期間，可能都會需要物理治療師的協助。對於剛診斷出巴病的患者，物理治療師可以幫助設立一個安全的運動計劃，並教育患者及家屬如何去做。當患者的生活技能受到影響，物理治療師會幫助訓練生活技能的恢復、建議居家環境的調整、推薦合適的器材、平衡的練習、或教育照顧者。在患者持續接受主治醫師的治療時，物理治療師可以在醫師的診療範圍外，幫助患者減少生活壓力並改進患者的生活品質。



台灣巴金森症病友的服務與資源

選擇合適的物理治療師

物理治療對巴金森病症狀的幫助

- 上下床
- 走路
- 上下樓梯
- 建立安全與獨立地從事日常生活行事之信心
- 回復職場與娛樂的活動
- 提高四肢彈性和力量
- 避免昏眩
- 加強耐力
- 協調四肢活動
- 增強平衡性
- 預防跌倒
- 提昇靈活性

選擇物理治療師

患者需要選擇適合自己的物理治療師。所選擇的物理治療師應該有專業的學位與執照。不過，物理治療師有不同的專精範圍。所找的物理治療師必須要配合患者的需要。有些物理治療師專精於訓練指導患



台灣巴金森症病友的服務與資源

選擇合適的物理治療師

者，並領有神經科、骨科或老人科的證照。巴病患者最好選擇專精於神經科的物理治療師。

從物理治療師可以得到的資訊

物理治療師會對巴病患者加以檢驗評估，以建立下列資訊：

- 運動功能的診斷
- 復原運動功能的預估
- 物理治療的必要性
- 照護服務患者的策略

物理治療師提供的服務

第一次和物理治療師的訪談應包括對巴病症狀的全面評估，然後，共同設定一個在治療期望達成的目標。物理治療師的服務包括提供：

- 治療性的運動
- 強化肌肉
- 伸展運動
- 有氧運動





台灣巴金森症病友的服務與資源

選擇合適的物理治療師

- 感覺器官的訓練
- 肢體動作的協調
- 呼吸的練習
- 生活技能的訓練
- 指導患者自我照顧
- 指導照顧者幫助患者活動
- 生活環境的評估
- 泳池內的水中運動
- 人際關係與整理生活資料
- 指導有關患病的事務
- 幫助患者和照顧者達到生活的目標
- 推薦其他方面的醫療人員

如果平衡是主要的問題，有些物理治療師是專精於平衡的訓練。前庭復原(Vestibular Rehabilitation)是著重於平衡、昏眩和內耳功能的復健。若主要問題為骨科的人工關節、骨折或背痛等等，就應尋求專注於骨骼與運動傷害復健的物理治療師。當然，如果能找到有治療巴金森氏症經驗的物理治療師那就最理想。



台灣巴金森症病友的服務與資源

選擇合適的物理治療師

物理治療的目標

- 治療身體動作的不便並學習輔助動作的策略
- 減少身體功能的限制
- 讓身體健康及生活品質保持最佳狀況
- 避免受到傷害及行動不便

物理治療師會為患者設計照護的計劃及達到各項目標的時間表。他還會指導患者在家運動以幫助達到復健的目標。 

本文譯自：

「How to Choose a Physical Therapist」, Jeffery Hoder, American Parkinson's Disease Association Newsletter, Winter, 2008, USA.

