



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能

巴金森症之職能治療

—提升日常生活功能

台大職能治療學系 黃小玲、徐宛伶、陳詩薇



何謂職能治療？

藉由對個案有意義的**職能活動**，讓有生理、心理或發展障礙的個案去執行並從中學習、練習或加強、



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能

改善各種生活功能，進而維持或提升個案日常生活的獨立性。我們亦會透過各式生活輔具來改善或代償個案失能的部分，以確保個案生活、休閒或就業能力。

職能活動的原則

職能活動涵蓋一個人所從事的工作、休閒及日常生活的所有活動，讓個案自願參與有目的且對個案有意義的活動，並從中得到美好與滿足的感覺，進而增加成就感，見圖一。

職能治療目標：

協助個案發揮最大功能，建構規律的日常作息，以獲得「最大的生活獨立性」。

各階段巴金森病人的介入重點與服務內容：

■ 第一、二期(Stage I-II)的病人

★ 介入重點與服務內容：

1. 提供日常生活功能相關衛教課程及諮詢服務。
2. 若有工作方面的需求，給予復工和職業輔導評量方面的諮詢及工作強化訓練，見圖二~圖五。
3. 提供生活休閒安排的建議。



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能

第三、四期(Stage III-IV)的病人

★ 介入重點與服務內容：

1. 盡量使個案依其能力參與日常生活活動、休閒娛樂或部分步驟。簡化、省力、使用輔具、環境改良等，見圖六、圖七。
2. 認知功能的維持。
3. 增進動作平衡功能與品質。改善關節活動度、起動、協調、動作幅度，見圖八~圖十。
4. 心理社會功能的維持。提供團體活動、個案家屬衛教。
5. 生活安排諮詢，協助家中角色的轉換，見圖十一。



圖二：依個案需求給予工作強化訓練。圖為手部操作能力訓練，目的為提升個案手部功能表現。

圖三：工作模擬訓練，仿造個案工作環境與內容給予工作訓練，以加強個案工作能力。





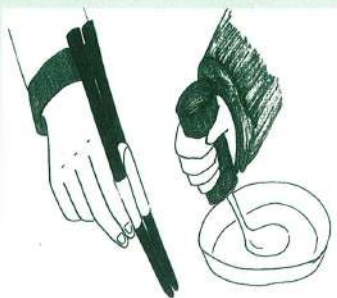
台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能



圖四：對個案原本工作內容進行評估與調整，使其可以復工。

圖五：如個案無法擔任原本的工作，可幫其職務再設計或給予工作轉銜之建議，如圖可從事個案能力可負荷之工作。



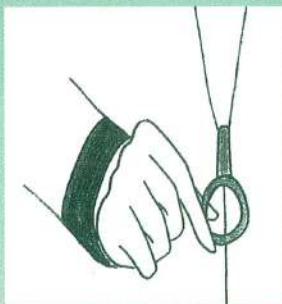
圖六：使用輔具，以簡化、省力的原則從事日常生活活動，以增加生活的獨立性。圖為飲食輔具，使用改良過的餐具，方便個案自己進食。



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能

圖七：於拉鍊上加裝「拉鍊套環」，使操作更簡易。



圖八：居家關節活動運動

(1)雙手握拳抬高至耳部，動作需緩慢，避免肩節疼痛。

(2)雙手握拳，向前彎腰並碰地，雙手盡量向前伸。

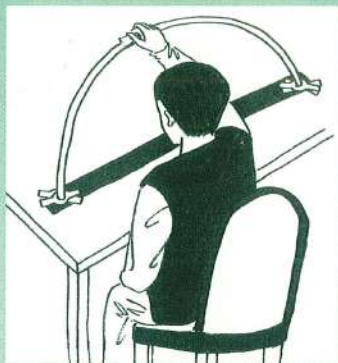


(3)手掌握手肘，抬高至肩膀下方高度，左右扭腰轉身，活動肩膀及軀幹。



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能



圖九：於治療室復健可使用一些媒介物的協助來增進動作品質，例圖主要目的為增進個案之肩關節活動度。

圖十：利用丟沙包的活動，讓個案練習重心轉移，以增進其平衡能力。





生活作息參考表

時 間	活 動 內 容
6:00 ~ 7:00	漱洗及晨間運動
7:00 ~ 8:00	早餐及吃藥
8:00 ~ 10:00	閱讀早報及外出散步
10:00 ~ 12:00	打掃並整理家中環境
12:00 ~ 1:30	午餐及吃藥
1:30 ~ 3:00	午睡
3:00 ~ 5:00	復健運動或休閒活動
5:00 ~ 6:00	協助準備晚餐
6:00 ~ 7:00	晚餐及吃藥
7:00 ~ 9:00	看電視或家人聚會聊天
9:00	睡覺

圖十一：配合個案藥物之效果做居家運動、休閒娛樂活動，治療師可依個案之需求提供一日生活作息安排的建議。



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能

第四、五期(Stage IV-V)的病人

★ 介入重點與服務內容：

1. 教導代償性方法，以盡量維持自我照顧功能，見圖十二。
2. 維持個案心理社會功能，提升個案生活調適能力。
3. 加強照護者照護技巧，減輕照護者負擔。
4. 環境與安全上的改造諮詢→轉介長期照護系統之職能治療，協助評估家庭環境與進行日常生活功能訓練，見圖十三。

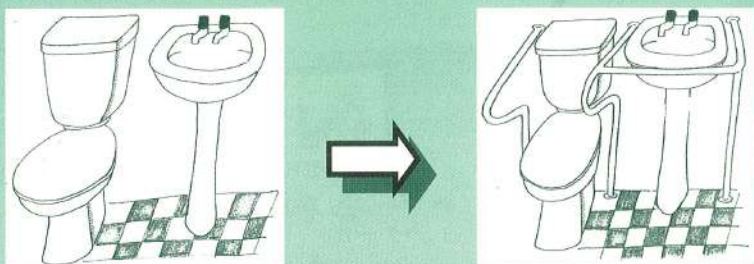


圖十二：如穿脫衣服較困難，可選擇寬鬆、吸汗、領口有伸縮彈性的衣物；小鈕釦或綁帶可替換為黏扣帶(如圖)或大鈕釦，衣服也可選擇前開式的款式，以方便穿脫。



台灣巴金森症病友的服務與資源

巴金森症之職能治療—提升日常生活功能



圖十三：環境改造，職能治療師可評估個案家中環境給予一些改良建議。圖為在浴室加裝扶手，使環境更加安全以預防危險產生。

總結

職能治療關心巴金森個案因疾病症狀的影響，導致工作、休閒與日常生活功能的下降。職能治療藉由提供動作協調的訓練，簡化省力的原則，正確的代償方式及心理社會功能的支持；使個案經由改變做事的方法，或使用生活輔具，或改良居家環境，進而維持最大的生活獨立性，長期自在地與疾病共存。 

