



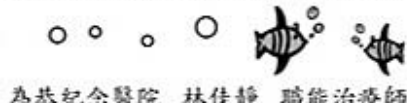
苗栗 康復之友協會通訊



發行人/張敏
 總編輯/鄧方怡
 編輯/劉鴻翠
 發行所/社團法人苗栗康復之友協會
 地址/苗栗縣頭份鎮水源路
 417巷13號
 電話/(037)690846
 立案字號/府社政字第149193號
 承印者/和興印刷廠
 地址/苗栗縣頭份鎮東庄里雙十街112號



職能治療是什麼？



為恭紀念醫院 林佳靜 職能治療師

在許多場合介紹到我的職業時，不意外的都會有人問我什麼是職能治療師？「喔～～做復健的啫！」往往解釋下來最後大家也只能理解到「做復健」這個字眼，並迅速在腦海中勾繪出我嬌小身影搬動著病人手腳的畫面，「唉唷！很累吧！辛苦你了啦！」結局通常都是我抓著頭莞爾而笑，欲語還休。

職能治療臨床領域分為：生理職能治療、小兒職能治療、心理職能治療，前二者較為符合大家想像中所謂的復健治療之印象，至於心理職能治療就是社會大眾最陌生的名詞了，而我正是這最陌生名詞的治療師，推廣職能治療，並讓社會大眾認識職能治療，瞭解職能治療是什麼？精神科職能治療到底在做些什麼？我想是所有職能治療師刻不容緩的任務。

根據美國職能治療學會(AOTA)的定義：職能治療是藉由使用「有目標的活動」來治療或協助生理、心理與社會功能上有障礙的病人，使其能獲得最大的獨立性生活，同時得以預防畸形，維持健康。職能治療的實施包括了評估、治療及諮詢。由這個定義中，我想我們可以

了解職能治療是做什麼樣的服務。套用一句美國職能治療學會所宣傳的標語

“Occupational therapy means independence” (職能治療意指獨立) 我們可以了解「使病人能夠自己獨立生活」將是職能治療的最終目的。職能治療用「全人」的觀點提供服務與治療，如果我們可以這種理念來認識職能治療，便可以看出職能治療的服務內容是很廣闊的。以對象來看，由剛出生的嬰兒到老人都將會是職能治療的對象；從治療內容來看，職能治療則在重建病人的感覺動作、社會心理，與認知上的能力；從功能上來看，職能治療則在協助病人在自我照顧、工作角色，及娛樂上建立起獨立自主的能力。

精神科職能治療秉持著「全人的理念」提供精神病患者全面的治療，精神病患者往往因為症狀影響，導致感覺動作、認知受影響，在自我照顧、工作角色及休閒娛樂等多方面皆無法自主，此時職能治療師會藉由施行職能評估測驗，以及會談觀察等瞭解病患目前的功能表現為何，發覺病患的優勢，以及疾病對病患生活的影響，並且根據病患目前功能狀

況，擬定適合的治療計畫，至於所提供的復健活動更是豐富多元，像是促進人際互動關係的人際技巧訓練團體、增進手部靈巧度的手工藝團體、增進基本自我照顧功能的日常生活技巧團體、建立工作技巧的工作訓練團體等，對於治療媒介的選擇，只要覺得符合病患需求均可使用，且職能治療強調病患的自主性，以及與病患共同決定治療目標與治療模式，加強病患對自我復健之動機與責任感。

精神病患者的復健是一條艱辛的漫漫長路，除了藉由藥物使症狀緩解外，回復正常生活功能的復健過程往往更加艱難，大部分的個案在醫院接受住院治療的時間僅短短數週或數月，但出院後到要恢復以往正常的生活短則數個月，長則需要數年的時間，但有時一疏忽藥物的服用，以及中斷持續的復健治療，往往多年之努力皆付諸東流，因此精神病患除了要與疾病長期對抗外，還需有恆心與毅力地持續接受復健。雖然精神病患在復健的過程中會遭遇許多挫折與困境，但職能治療師永遠會鼓勵以及支持病患，以樂觀正面的態度去面對挫折與困難，因為職能治療師的活力

，所以病患們才會期待參與復健，期待人生才會帶來希望。

常常有人問我在精神科工作會不會害怕？會不會有危險？和精神病人在一起久了是不是也會變得怪怪的？我的答案是一因為瞭解所以沒有恐懼，這些接受職能治療復健的精神病患者是經過醫療介入處理，精神症狀已緩解，且經過評估適合參與職能治療復健的，危險自然大幅降低，長期與病人相處下來暫且不論他們的疾病，其實他（她）們就和一般人一樣，甚至更需要他人的關懷與接納，因為他們的疾病而導致生活、工作、人際關係等等受挫，缺乏成就感、價值感、自信心低落等等，他（她）們極需家人及社會大眾的支持與接納，這也是復健工作中最重要的一環，和這些病患們相處，有時看見病友們的率真和單純會感動、會微笑，也更感恩自己是位職能治療師，可以在這些病患漫漫的復健長路上陪伴他們、幫助他們。





弱勢關懷更弱勢，舞動生命的奇蹟



本會於4月13日起辦理「關懷植物人」活動，地點在苗栗創世清寒植物人安養院，首場由理事長、護理人員及志工老師帶領為恭紀念醫院日間學苑15位病友提供服務，內容包括捐贈愛心發票、為植物人讀報、說笑話及合唱等。希望藉由外界聲音的刺激，讓部分仍有意識的植物人，能在孤寂的世界裏聽到或感受到所傳遞的愛。

理事長說：精神病人一向被社會大眾貼上「弱勢團體」的標籤，是需要他人幫助的一群人。其實，當他們

病情穩定後，若能走入社區，學習關懷他人，發揮「弱勢關懷更弱勢」的精神，更能重拾自信。

參加者都是病情穩定，正學習走入社區的甜心病友，因此在活動前會為他們作心理建設、解說參訪安養院守則、安養環境、流程、重點個案介紹等，瞭解植物人發生的原因，知道如何幫助及預防植物人並體驗生命的意義。

多位病友表示，能將自己平日擅長的才藝為植物人演出，是很快樂的事；在說笑話時，看到部份植物人因自己的關懷而眼珠轉動，或是肢體稍有活動，都令人覺得這些付出是值得的。

本年度預計辦理5場關懷活動，日期分別為4月13日、6月15日、8月17日、10月12日、12月14日。在此非常感謝為恭醫院、苗栗醫院及大千醫院精神科的協助，才得以讓精神病友發揮愛心，舞動生命的奇蹟。



聯合報採訪報導



捐贈愛心發票



接受安養院致意



4月13日才藝表演



面對陽光，與玻璃娃娃一起熱愛生命

本會分別於4/20、4/21、5/1連續辦理三場「熱愛生命」系列演講活動，特別邀請「玻璃娃娃」—Daisy和精神病友、家屬及志工朋友們一同分享她對生命的熱情。

本名李豔芬的Daisy，罹患罕見先天遺傳性的「先天性成骨不全症」，亦俗稱「玻璃娃娃」。疾病為她帶來近60次手術的痛楚，卻絲毫未削減她對生命的熱情。Daisy因骨骼脆弱而行動不便，不得不以輪椅代步，明知道

即使是個小小的碰撞，都有可能造成她身體嚴重的骨折，依舊把握每個機會遊遍台灣。雖然無法和一般人一樣的健康，但未曾對自己失望，對未來絕望；她充實自己，追求獨立，不畏身體疾患所帶來的限制，積極投入職場，自食其力。

豔芬演講時談到，自6歲起即住宿教養院，舉凡交通、日常生活等都自行打理，數年前某校園事件新聞前，甚至還玩過雲霄飛車及海盜船。此次

遠從花蓮玉里來苗栗演講，都是自行一人搭乘大眾運輸工具往返。

希望透過聆聽Daisy所分享的生命歷程，讓面對困境的病友看到生命的積極面，學習她的樂觀及不放棄生命的毅力，相信透過豔芬的生命故事，讓300名的聆聽者都能感染到她的勇氣，了解生命除了艱困的考驗之外，更有珍貴的恩賜。



4月20日電視媒體報導



4月21日專題演講



5月1日專題演講



樂觀的演講者-李豔芬



衛生署修正五類慢性精神病重大傷病卡效期

資料來源 中國時報 2010.05.03 報導

衛生署修正部分重大傷病卡的效期，其中慢性精神病，依病情可能痊癒、症狀減輕，將從永久改為有效期。衛生署提出包括情感性精神病、器質性精神病與妄想狀態等五類慢性精神病，首次發病，給予半年到兩年的重大傷病證明，到期後進行評估，若痊癒將收回資格，如果病況依舊，才發給永久。

健保局統計，國內約有20萬的慢

性精神病患領有重大傷病卡，凡是符合重大傷病規定，就能在健保卡註記永久期效的重大傷病證明，基於慢性精神病，依照病情可減輕或痊癒，衛生署規劃修改健保重大傷病發放效期，其中亞急性瞻妄，每六個月評估一次，至於失憶症候群、癡呆症等器質性精神病、躁鬱症、重鬱症等情感性精神病、妄想狀態與源自兒童期精神病，第一次發病後，發給的重大傷

病卡為兩年期效，續發才是永久效期。

至於老年期與初老年期器質性精神病態、精神分裂症則維持永久有效，另外臟腑移植手術後的追蹤與併發症，證明期限改為永久，呼吸衰竭須要長期使用呼吸器者，核發條件則依首次發病、續發跟三度發作，分別修改為42天、3個月與一年，修正草案目前在預告階段。

本會5月26日辦理「熱愛生命-走出戶外」活動

感謝

指導單位：苗栗縣政府勞動及社會資源處、苗栗縣政府衛生局、苑裡鎮公所
贊助單位：台灣中油股份有限公司探採事業部
協辦單位：苗栗縣各鄉鎮衛生所、財團法人為恭紀念醫院



苗栗縣政府衛生局
黃科長秀蘭 蒞臨指導



大家動一動
~讚美操~



一起來畫
好玩的彩繪



理事長帶領
大家動動手~風鈴彩繪

因為有您們的支持，我們才得以成長，
並有機會為更多的病友及家屬服務！



精神衛生法宣導
有獎徵答~踴躍發言



病友回饋
很喜歡今天的活動



大苗栗新聞
現場採訪家屬



身心疲勞解放
~妳是我的花朵~



展現彩繪成果
各有巧思



每件成品都很棒
~大家都好開心~



99年4月~6月捐贈芳名錄

蔡敬山 6,000元 黃旗濤 2,000元
李艷芬 1,500元 陳秀梅 2,000元

我的志願.....南勞 邱○欽

我的志願是成為有用的科學家，只要能堅持自己的目標和夢想，無論經過了多少挫折和困難都要堅持下去。因為，這個世界上有許多的學術知識，等著我去探索與挖掘。

我想要成為科學家，是因為科學可以讓人有著不可思議的奇蹟，學習科學的知識，可以讓我知道任何人、事、物、時間誕生與結束的奧妙。日常生活中也是一樣，想一想為什麼人世間會有那麼多難以解釋的問題，但我相信科學可以解決生活中的不方便。憑著追根究底的精神，去把問題的根源挖掘出來，就能夠清清楚楚的面對問題；當自己發現自己所做的錯能夠去彌補時，就一定要坦然面對勇敢去解決，憑著這樣的想法，就不會再虛度光陰了。

雖然目前還不能達成自己的志願，但我相信奇蹟一定會在在我身邊出現。小時後的志願雖然離我很遙遠，但是我學習到了當科學家的精神！有夢想的人一定要好好把握住時間，千萬不要忘記自己所要追求的是什麼呢？

社區復建一日遊.....署苗 黃○卿

謝謝社工師帶我們一起去參觀康復之家的觀摩，和媽媽一起去旅行的感覺，特別的感動也特別的開心。

一早，我們去靜心康復之家，看到跟我們一樣生病的病友住在一起，生活起居固定，按部就班做自己的事情，很認真，生活好像也不錯；但我想，病情如果可以穩定控制，還是想要選擇在爸媽身邊生活。

中午，在草山坊用餐很豐盛也很好吃，工作人員也介紹了那邊的生活作息及活動內容；在那裡空氣好、環境清境、有花有樹、小池塘裡有魚，還可以種菜，真是個世外桃源。

到了士林官邸，看見許多的玫瑰花真是美不勝收的感覺，大家都玩得很開心，希望有下次的旅遊，多看看外面的世界，古人說「讀萬卷書不如行萬里路」，真是不錯的道理。大家開心的拍了許多的照片留念。

很感謝所有醫護人員及家人的照顧，在復元的階段可以依照不同的情形去不同的復健場所，是很好的選擇。但自己的感覺還是家裡最好。期待自己的病情穩定、好轉，就不需要住院治療，當然也期待下一次和大家一起旅行。

~ 徵文啟示 ~

歡迎精神病友們投稿，每篇文章限1,000字以內，恕不退稿。文稿若經本會刊登，每則奉酬新台幣300元整。來稿請註明您的姓名、聯絡地址、電話，以及投稿日期。

投稿請寄：
苗栗縣頭份鎮水源路417巷13號
苗栗縣康復之友協會 劉小姐 收

受傷的心在期待... 南勞 鍾○欽

年輕的我不知輕重沒有膽量，總是讓關心我的人為我操心，父親總是叮嚀要我專心唸書！但後來因為得了精神分裂症住院，我還是休學了。

想當初當兵時因為生病，住進台南國軍醫院，父親來看我時，我卻認不出來！還好隔壁的外省長官提醒我說：「他是你爸爸啊！你怎麼不認識呢？」住台南國軍醫院約四個月後，轉到台北北投國軍醫院約四個月便辦理停役出院。

回家後我曾連續寫了好幾封信給女友，結果有一天她主動打電話給我，於是就聊了一會兒，最後她和我說：「那是小時候的事別再提了...」，結束通話之後，心想每個人都有自己的人生，或許她也已經結婚生子了！雖然盼望的心碎了！但我還是相信時間會沖淡愛情的傷。

俗云：「心病只有心藥醫」。一愁莫展了幾段時光，終於愛情又來了！可惜我的愛情都不長久，直到三十出頭，透過紅娘的介紹下，有了美滿的家庭，現在孩子都長大了。雖然因為生病和老婆小孩分居有三年多，但是只能偶爾有空，還是會回去看看他們，感謝我的妻小撫平我多年受傷的心！



如何推行禮貌運動

.....靜心康家 楊○年

常有人云：「揮手不打笑臉人。」上一句的笑臉人，即是對人微笑的人。對人微笑，就是一種禮貌，所以說：禮貌相當重要，除了不會討打，也直接受到尊重。

再者，我國號稱「禮儀之邦」，因此最基本的禮貌方面，應力求表現，以貫徹「禮儀之邦」的威名，重振我國國際的雄姿英發。

那就從現在開始，推行禮貌運動，延續「禮儀之邦」的所有作為，那要怎麼做呢？吾人有以下幾點小小的見解：

- 一、全民皆推行禮貌運動：每一個人都應將「請」、「謝謝」、「對不起」...等，最基本的禮貌話語掛在嘴邊，以達成大家有禮貌，處處好環境的目標。
- 二、政府利用傳媒，推廣禮貌運動：大眾傳播媒體，簡稱「傳媒」，是和社會百姓最直接接觸的傳播工具，只要政府相關單位，製作各種不同類型的節目，都是有助於推行禮貌運動的節目，再訂定各種獎勵以及處罰的辦法。

總之，如此雷厲風行之後，必可收到效果。

當逆境到來，你像什麼？

..... 網路故事

一個女兒對她智慧的父親抱怨，說她的生命是如何如何痛苦、無助，她是多麼想要健康地走下去，但是她已失去方向，整個人惶惶然然，只想放棄。她已厭煩了抗拒、掙扎，但是問題似乎一個接著一個，讓她毫無招架之力。

當廚師的父親，二話不說，拉起心愛的女兒的手，走向廚房。他燒了三鍋水，當水滾了之後，他在第一個鍋子裡放進蘿蔔，第二個鍋子裡放了一顆蛋，第三個鍋子中則放進了咖啡。

狐疑的女兒望著父親，不知所以然，而父親則是溫柔地握著她的手，示意她不要說話，靜靜地看著滾燙的水，以令人熾熱的溫度燒滾著鍋裡的蘿蔔、蛋、和咖啡。

一段時間過後，父親把鍋裡的蘿蔔、蛋撈起來各放進碗中，把咖啡濾過倒進杯子，問：「寶貝，你看到了什麼？」女兒說：「蘿蔔、蛋和咖啡。」

父親把女兒拉近，要女兒摸摸經過沸水燒煮的蘿蔔，蘿蔔已被煮的軟爛；他要女兒拿起一顆蛋，敲碎薄硬的蛋殼，她細心觀察著這顆水煮蛋；然後，他要女兒品嚐咖啡，女兒笑起來，喝著咖啡，聞到濃濃的香味。

女兒謙虛恭敬地問：爸，這是什麼意思？

父親解釋，這三樣東西面對相同的逆境，也就是滾燙的水，反應卻各不相同。原本粗硬、堅實的蘿蔔，在滾水中卻變軟了，虛爛了，這個蛋原本非常脆弱，它那薄硬的外殼起初保護了它液體似的內容物，但是經過滾水的沸騰之後，蛋殼內部變硬了，而粉末似的咖啡卻非常特別，在滾燙的熱水中，它竟然改變了水。

「你呢？我的女兒，你是什麼？」父親慈愛地摸著雖已長大成人，卻一時失去勇氣的女兒的頭：「當逆境來到你的門前，你作何反應呢？你是看似堅強的蘿蔔，但痛苦與逆境到來時卻變得軟弱，失去力量嗎？或者你原本是一顆蛋，有著柔順易變的心？你是否原是一個有彈性、有潛力的靈魂，但是卻在經歷死亡、分離、困境之後，變得僵硬頑強？也許你的外表看來堅硬如舊，但是你的心和靈魂是不是變得又苦又倔又固執？」

或者，你就像是咖啡？咖啡將那帶來痛苦的沸水改變了，當它的溫度高升到一百多度時，水變成了美味的咖啡，當水沸騰到最高點時，它就愈加美味。如果你像咖啡，當逆境到來，一切不如意時，你就會變得更好，而且將在外的一切轉變的更加令人歡喜，懂嗎？

我的寶貝女兒？你要讓逆境挫折你，還是你來轉變，讓身邊的一切人事物感覺更美好、更良善？」

每天告訴自己一次，「我真的很不錯」；快樂不是因為擁有的多而是計較的少。

你不能左右天氣；但你能轉變你的心情；好好扮演自己的角色，做自己該做的事。

