

健康照護大樓職能治療

能治療在健康照護大樓中扮演著關鍵角色，透過專業介入，協助住民維持或恢復日常生活功能，提升其生活品質，還促進其心理健康與社交參與。接下來將深入討論職能治療在健康照護大樓的應用，包括其重要性、實務操作、實際成效。

職能治療在健康照護大樓的重要性

隨著人口老化，和健康照護大樓類似的醫療機構，成為許多長者的主要居住場所。在這樣的環境中，職能治療師透過專業介入，協助住民維持或恢復日常生活功能，提升其生活品質。職能治療不僅著重於身體功能的恢復，更關注心理、社交及環境因素，強調「生活即是復健」的理念。這種全人照顧的方式，有助於提升住民的生活品質，促進其自主性與尊嚴。

職能治療的實務應用

一、日常生活功能訓練

職能治療人員會先進行評估，了解長者在日常生活活動中的困難，如如廁、進食、洗澡與穿脫衣物等功能。根據個別需求擬定訓練計畫，透過實作與引導，逐步協助其重建或維持生活技能。

二、社交與休閒活動

職能治療師透過團體活動、手工藝、遊戲等方式協助住民建立新的社會連結與生活目標，讓長者重拾成就感與歸屬感，擴展其社會網絡，對抗機構生活的孤立感。

三、認知與感官刺激

針對失智症或認知功能退化的住民，職能治療師會納入認知刺激活動，如拼圖、圖像配對、回憶訓練、生活流程排序等，協助延緩其退化速度，並提升其日常應對能力。

四、環境調整與輔具使用

職能治療師評估住民的生活環境，提出適當的調整建議，並指導輔具的使用，以確保住民在日常生活中的安全與便利。

實際成效與研究支持

研究顯示，定期接受職能治療的長者，在生活自理能力、行動能力與心理福祉方面均有顯著改善。例如，一項刊登《Journal of the American Geriatrics Society》的研究指出，導入個別化職能治療計畫的長者，在六個月內 ADL（Activities of Daily Living）能力明顯進步，且憂鬱指數下降。此外，職能治療也有助於促進住民的健康相關生活品質，並提供他們從事及參與職能活動的機會。

職能治療在健康照護大樓中不僅是復健的一環，更是提升住民生活品質、促進其身心健康的重要手段。透過全人導向的介入策略，職能治療不只是功能訓練，更是一種「讓人重新參與生活」的藝術與科學。隨著高齡社會的持續發展，職能治療的重要性將日益彰顯，其深化與普及，值得社會各界共同努力。

（文／復健醫學部 職能治療師 陳俞安）