

# 最貼心的臂膀

## 多元化復健分區服務

文／復健部 組長 高玉娟

去年3月，復健部終於完成喬遷之喜，一切整理就緒。搬家前，經過好長一段時間的縝密規劃，從確定可利用空間、設計空間平面圖，到持續追蹤工程進度，包括牆面、天花板、隔間等主體結構，及櫥櫃、隔簾定位與水電、氧氣、管道等，處處不敢有絲毫馬虎，希望一開始就把事情做好、做對，免得未來要花更多心力來善後。

感謝醫院對復健醫療的重視，撥給復健部比以往更加寬廣的空間，復健部孟乃欣主任在空間規劃上也費盡心思，期許治療師們善用愈見充實的硬體設備，提升治療品質，提供病人更好的服務。

現在的空間動線是將肌肉骨骼系統及心肺疾病等復健治療，包括電療區、骨科復健區和心肺治療區，安排在3樓。



電療區經常座無虛席  
(復健部提供)

## 復健大樓3樓

### 電療區

電療區主要治療各式炎症，例如媽媽手、腕隧道症候群、網球肘、退化性膝關節炎、足底筋膜炎、椎間盤突出或骨刺壓迫神經所引起的症狀，以及顏面神經麻痺等。每天一大早就有很多年紀較大的伯伯和阿嬤在電療區等待做復健，其中不少老病號的酸痛唯有靠復健才能改善，即使颳風下雨照樣報到，因此電療區經常人滿為患。

### 骨科復健區

骨科復健區主要治療對象是因骨折導致肢體腫脹僵硬、關節角度受限的五十肩、以及接受膝、髖關節置換的病人。骨折或關節置換的病人很辛苦，他們做完水療之後，爲了增加關節伸展角度，還得繼續做關節牽拉，牽拉時十分疼痛，所以當您走到這裡，聽見聲聲慘叫，請別介意，也請多體諒病人的處境。五十肩的真正病名是「沾黏性關節囊炎」，病因與工作或姿勢有關，往往在50歲以後發作，所以俗稱五十肩。發作時，患者因肩關節角度受限造成局部疼痛，除了請治療師應用手法治療外，主要還是靠病患耐心的動作指定運動，症狀方能緩解。

爲了體恤手傷病患，使其接受骨科治療及職能治療不必跑兩個地方，因此復健部特地將治療手傷的職能治療安排在3樓的骨科復健區內，患者莫不稱便。

### 心肺治療區

心肺治療區主要治療心肺疾病，例如慢性阻塞性肺病、瓣膜置換術後及慢性腎病引起全身性機能下降的患者。心肺功能不好的人往往稍微動兩下就覺得很喘，因而更加不想活動，活動度降低，運動功能自然不會好，這種惡性循環需要依賴外力協助解決。治療師會先評估病患的心肺功能、肌耐力及日常生活功能，接著依照病人能力設定運動量，在中低量運動之下，逐漸促進心肺功能活化，使其可以從事較多的日常活動，提高生活品質。



骨科疾患復健，再痛也不能半途而廢  
(復健部提供)



## 復健大樓2樓

### 神經復健區

替小朋友復健需要家長積極參與  
(復健部提供)

我們考量到很多住院病人會從立夫醫療大樓等處過來復健，因此刻意將神經性物理治療、職能治療及語言治療安排在復健大樓2樓，使病患可以從相連的2樓直接轉送過來，既方便也省時。

記得曾經有位左側肢體中風的病人告訴我，如果可以選擇生病，她會選擇得癌症。當時，我不加思索的回答她，如果可以選擇，我寧願好好保養身體，不要生病。但是，從她這番感慨不難體會中風者因為肢體障礙，事事要依賴他人的壓力和無奈。正因如此，神經復健區很多病人在治療師專業的教導下，十分努力的作運動，他們是多麼希望自己有朝一日能夠重拾行動自如的生活呀！

在神經復健區，病人就像小嬰兒般學習如何從翻身、側躺到坐，坐到站，站到走，不僅要會走，還要走得穩、走得久。由於每個病患的問題都是獨一無二的，不能互相比較或類化，所以治療師會先評估病患的身體機能，再設計一套個人化的治療計劃。例如肌肉力量不足者採用綁沙包、拿彈力棒或水瓶等方式來加強訓練；平衡感不好者，就要練習單腳站、走平衡桿以及做平衡刺激板；體力與耐力不佳者，須騎固定式腳踏車或在電動跑步機上跑步。

### 小兒物理治療室 · 感覺統合治療室 · 語言治療室

復健大樓2樓另有小兒物理治療室，專門治療小兒先天性疾病，例如腦性麻痺、唐氏症、先天性不明原因或早產造成的發展遲緩；訓練感覺統合失調、注意力不足或過動等問題的感覺統合治療室；以及語言治療室。

每一個孩子都是父母的寶貝，每一個爸媽都希望孩子健健康康，如果家中有個發展遲緩或罹患腦性麻痺、唐氏症的孩子，全家人投注的心力之大絕非外人能夠想像，媽媽為了全心照顧孩子的生活起居，以及帶孩子往返醫院復健，經常因而辭掉工作。家長和治療師一起認真幫小朋友復健的畫面在這些地方天天可見，溫馨的背後有著家長無盡的辛酸。

### 職能治療區

在職能治療區，病患全神貫注於手中的訓練器材，肩膀功能不佳者先作滑車訓練或利用懸吊帶將上臂懸吊起來，讓手部可以操作一些動作，例如拿取錐形杯、手搖車、垂直插板、立體插板，撿疊積木，或者拼圖遊戲等。不同復健器材可以增加病患學習樂趣，有一位伯伯很厲害，他還會利用治療師提供的彩色筆畫畫、塗顏色，真不簡單啊！

### 復健門診

為了方便病患，復健門診也設在2樓，肢體動作功能有障礙的病患可以先看診後復健，待治療結束再到櫃台批價即可。需要復健的病患大多行動不方便，需要借助拐杖、助行器、四角拐、輪椅等輔具，所以我們在門診區入口外側設置輪椅停放區，中風病患代步的電動車也可直接開至2樓停放。

復健部去年並且開始與中國醫藥大學護理系合作，護理系大三學生來此見習復健治療相關內容，提早培養學生的專業能力和認知，將來可以提供病患更好的共同照護品質。🌐



認真復健讓自己的明天更美好  
(提復健部供)