



走進居家，看見物理治療的另一面

今年是我們物理治療學系金山服務隊的第四年了，這幾年，我們在金山分院學到和一般在醫院常見有所不同的——深入居家的物理治療。

第一次以治療師的身分參與到金山服務隊的團隊當中

物治碩二 傅宥霖

第一次以治療師的身分參與金山服務團隊，很感謝簡盟月老師邀請，讓我有機會體驗何謂居家照護，以及物理治療師在當中扮演的角色。身為一位物理治療師，除了在醫療院所協助病人進行評估、治療、訓練、或是復健之外，對於所有需要進行身體活動加強訓練卻因為地處較偏遠或是其他原因不方便到醫療院所的病人，居家照護或合併物理治療就扮演一定重要的功能角色。對我而言，再一次感受到居家物理治療的獨特性。物理治療師的責任除了以所學的知識和個案所需的介入相互呼應之外，更重要的是，要學習如何應用現場能使用的器具來協助我們達到目標。舉例來說，有一位中風後就再也沒有嘗試下床的伯伯，我們讓家中的椅子成為伯伯雙手抓握的目標，並利用一些提示口令，使伯伯能成功坐在床邊而不至於因為軀幹穩定能力不足而傾斜，當伯伯成功坐在床邊的搖椅時，看護和在場的我們都覺得相當開心感動，因為這是伯伯中風 10 個月後第一次重新坐回搖椅。除了靈巧使用在場的道具之外，對於居家物理治療師而言，也要更加全面了解個案需要，我們不再區分自己為運動物理治療師，骨科物理治療師，神經物理治療師，或是心肺、小兒物理治療師了，而是"全人"治療師，因為我們遇到的個案可能情況綜合且複雜，起源可能是因為下半身癱瘓因而需要長期使用上肢關節，而因為使用過度，造成肌肉平衡失調，所以造成了肩關節疼痛失能的困擾，並非只是單純的肩關節疼痛。因此，我們必需針對他平日需要的生活功能做評估，給予適當建議和衛教。這也讓我體悟到物理治療師是身體活動功能的專家，需要更加深以及擴展自己的專業和經驗。

除了上述的靈機應變之外，我更深的體會是看見護理師和個案家庭的互動，

並非像是在醫療院所一般，充滿著忙碌甚至有時有些緊張的醫病關係；我看見護理師和個案、以及個案家庭成員如同朋友般，親切的問候，從日常生活到家庭內的一些困擾，諸如此類的話題都讓人明白，護理師們所做的不只是照顧身體，更是照顧到一個人。服務不只是給予，更是一種互動，如此的互動模式，也讓我更嚮往投身在居家，或是醫療資源較缺乏的場域服務。並非因為自己有什麼偉大的夢想，而是我看見人和人之間那種親切的關係，而這並非是一朝一夕可以建立出來的，需要深根，需要扎根，需要付出，更需要一個堅持的承諾，再一次看到護理人員，以及許多不同前輩、老師的投身付出，或許自己還在往前探索的旅程中，但有這樣的機會可以參與，真好。

對我自己而言，這是第一次有機會以物理治療師或是以學長的身分帶著學生們一起來評估個案，當然自身的經驗也仍然不足以完善地面對所有個案，但以其所知的部份分享給學弟妹們，對我而言也是個難得的機會。所以要再一次的感謝老師給我這樣的機會，也謝謝所有帶給我美好典範的護理師們和精心籌劃的學生老師們。



就地取材，拿起紙筆畫下運動動作，讓奶奶可以邊看圖邊復健！

「居家物理治療」

物理治療學系三年級 蘇祺

金山服務隊是一個為期兩個月，每周三由我們系的學生固定到金山醫院附近探訪個案的服務。或許不像一般大學生的熱血營隊，但在金山醫院的居家團隊和

系上老師和學長姐的帶領下，我們真的得到很多經驗，也看到課堂上所學的東西出現在面前，覺得是個非常寶貴的機會。因此在這裡想和大家分享我在這次出隊中的感觸。

居家物理治療

最初毫不猶豫地加入服務隊的原因，就是為了要找機會觀摩居家物理治療是如何進行的。這幾次看到老師和學長如何在家裡運用各種方式，臨機應變帶點突發奇想的幫助病患，才見證了長照課堂上老師說過的「居家是萬能治療師發揮想像力的地方」。必須具備各科能力，與家屬良好的溝通能力，對於克服居家的環境還有治療工具的不足等等，而這些都是在醫院較少接受到的挑戰。

個案們

經過這次服務隊，我覺得在醫療環境中學習，自己會越來越謙卑。我看到了「好好洗個澡」都能成為一個人最大的心願，我們到底還在不滿足甚麼呢？

學以致用

修過「長照團隊介入」課程之後，這是第一次實際看過團隊介入的過程。老實說我也記不太得上課學了甚麼，反倒是在服務隊中我看到了居家護理和物理治療如何進行團隊合作，也發現我們專業對個案來說是多麼重要，這才讓我回想起修「長照團隊介入」這堂課中所學到關於居家團隊合作的觀念。經過這樣的體驗後，我認為不管是那一門課程，實際應用應該要和理論並重，學生才能順利將所學發揮其他需要的地方。而這些實作經驗或許因為課堂時間不足而無法由學校提供，這也表示身為學生的我們應該更積極爭取和尋找每個可能的機會，不管是志工、參訪或者任何能幫助學習的活動，不該讓習得的知識就隨著課本講義一起塵封在書櫃裡。

人與人

這幾周用有點生鏽的台語熬過全程，雖然語言只是其中一種溝通的工具，但我始終覺得對於病患能夠用他的語言說他的話，治的不只是人，更是心。多少人拚了命的學外語，最陌生的卻是我們的台灣話。其實簡單一句：「阿公，你呷飽沒」或是「阿嬤，你咁有暎飽？」阿公阿嬤都會露出很開心、很滿足的神情，因為他們感受到我們真的很關心他們。

最後也感謝系上的老師學長們不吝惜在治療過程中還一邊講解給我們聽，還

有金山的居家團隊讓我看到一個成功的團隊運作，從司機接送時間、排班、個案的管理等等，都做得非常井然有序，這些經歷都是我們學習路途上珍貴的資產，而未來也能運用這些經驗幫助更多居家的個案。

這個暑假，非常感謝金山分院的護理師及老師、學姊的帶領，我們 12 位同學在這裡看見物理治療如何走入居家。未來人口快速老化趨勢下，這股力量不容小覷。期待未來居家物理治療不只在金山蓬勃發展，更可以向外擴散到全台灣每一個角落！

