



物理治療在達仁

物理治療學系四年級 邱勇翰

頂著豔陽，歷經數小時的車程，終於抵達這位於臺灣後花園的美麗幽靜之地---臺東縣達仁鄉。達仁鄉位於臺東縣的最南端，當地的居民以排灣族原住民為主。臺大醫服團近年來，每年暑假都會到此進行醫療服務，了解當地居民的健康狀況以及用藥情形。

在鄭素芳副院長的大力鼓吹下，由臺大醫院物理治療中心陳昭瑩老師帶領，物理治療學系多名學生也參與了臺大醫服團這次的出隊，希望能以物理治療專業幫助當地居民維持健康。本次出隊主要以高危險個案居家訪視和義診並進。

高危險個案居家訪視在台坂村進行，分成數個小組，每個小組由醫學系、護理系、藥學系、物治系的學生組成，必要時醫師、藥師隨行。來自不同系的同學們，大家當展現自己專業的一面，將課堂上的知識化為實際可以幫助居民的行動。我們發現當地居民因為老化以及過度勞動，很多人都有關節的問題，嚴重者甚至開過關節置換的手術。但由於醫療資源缺乏，並非每人都能得到適當、足夠的物理治療服務。藉由這次的活動，我們也提供了居家物理治療的服務。

居家物理治療和醫院很不一樣，醫院裡面有影像資訊、有病歷，但是在家

中，各種資訊都要透過觀察、徒手評估以及和個案之間的互動才能得知。陳老師在整個評估過程中，著重於身體活動能力與輔具需求評估。詢問個案日常生活中是否有因身體機能受損而造成活動受限。有位六十多歲的女性，因為關節退化而開了膝關節置換手術，走路時膝蓋無法完全伸直，有卡卡的感覺。我們教導個案做一些坐著的伸展的動作，做完之後再起來走一走，她覺得舒服多了，非常開心，於是我們又教她一些增強股四頭肌肌力的運動，也叮嚀她之後要持續做。



義診的時候，設立物理治療站，由醫師將需要做物理治療的個案轉介過來。

我們擺放巧拼，讓個案可以躺著做一些關節活動和肌力的評估。根據個案的狀況，教導他們做伸展或是肌力訓練。為了怕個案可能會不記得學過了哪些運動，老師特別準備了衛教單張。精美的圖片加上文字，讓個案要做運動時可以參考。有位阿姨在我們和她講解衛教單張的時候跟我們說：「謝謝你們，以後看到這個我就會想到你們。」我覺得很感動，雖然我們現在還只是學生，習得的知識有限，但是阿姨也感受到我們想要幫助她的心，願意接受我們的建議。



這次醫服團出隊，很感謝當地居民願意給我們這個機會。讓我們有機會可以發揮所學，同時學習如何服務他人。當初在出發之前，曾擔心是否有可能不

被當地居民接納，後來才知道這一切的擔心都是多餘的。居民們都很熱情，還拿出小米酒和洛神花茶盛情款待，對於我們的治療，配合度也相當高。由於我們沒有辦法常常見到他們，所以我們決定教他們用彈力帶做適合的運動，希望
在我們離開後，還能讓居民可以透過運動來維持健康。



物理治療學系師生於台坂國小合影