

一起去找羊咩咩”巴”！--與巴金森之友共遊

物理治療研究所二年級 陳郁安、陳亮圻

一年一度的台大醫院神經部巴金森之友年度出遊，於9月30日舉辦在桃園的羊牧場，很榮幸今年物理治療能一同參加了此次溫馨的出遊，讓平常僅在醫院衛教演講時才有互相接觸的我們，能與病友們更認識、並一同親近大自然。早上不到八點鐘，許多病友與家屬已經神采奕奕的到來，我們協助報到、發放名牌並導引車次，脫下平常穿的白袍，穿上便服、披上巴金森之友的背心，感覺與他們更親近更像朋友！更能貼近他們、了解他們日常的感受，讓我們未來能依此省思不論是研究、臨床方面的介入方向，協助他們與疾病共存時能夠更活耀、更自主。



圖一：巴金森之友於羊牧場之大合照

此次的羊牧場之旅，包含許多與羊隻互動及自己動手做的體驗活動，我們協助發放物品、保護安全、鼓勵病友們多體驗多互動——餵食羊吃狼尾草、擠羊奶、趣味羊咩咩生態秀、DIY 相框製作等無不讓病友們笑開懷(圖一、圖二、圖三)！除了與可愛的動物互動外，我們發現其實也隱藏了一些小訓練呢！餵羊吃草時，由於羊隻們精力充沛、幾近一次就將整把狼尾草咬去，為了要慢慢享受餵食的樂趣，考驗了大家手的穩定度與肌力；擠羊奶與 DIY 相框亦是精細動作控制的一大練習機會；生態秀除了由管理員羊叔叔介紹關於羊的小知識外，也讓大家動動腦，注意力、記憶力、反應能力等認知功能融入其中，著實是寓教於樂！



圖二：餵食羊吃狼尾草，病友們享受餵食的樂趣



圖三：生態秀考驗大家注意力、記憶力、反應能力等

早上充實的活動結束後終於到大家期待的用餐時間，看大家邊享用牧場裡的特色美食羊奶湯邊跟身旁的病友們分享近況及心得，有些病友可能透過今天出遊活動才剛認識彼此，但聊起天卻像早已熟識多年的好友，而我們工作人員也透過用餐時間分享彼此專業對於巴金森之友的服務及交流。短暫的休息後，下午更精彩的活動正在等著大家呢，一開場就由中心的職能治療老師帶大家做團康活動(圖四)，開場充滿活力的暖身操就讓部分比較疲憊的病友們迅速充滿電。緊張刺激的傳球活動及大風吹讓每位病友們都繃緊神經、全神貫注，看大家暫時拋開生活中的煩惱，享受與大家同樂互動的歡樂時光，我們在旁擔任協助員的角色，協助帶動氣氛及活動進行，也著實享受這輕鬆愉快的氛圍，其中不乏高齡七八十歲的病友們在遊戲中盡力模仿動物叫聲的歡樂畫面，與此次的羊牧場主題相呼應。



圖四：職能治療與物理治療帶領進行團康活動

吳瑞美醫師與病友們的座談無疑是整天活動的重頭戲(圖五)。每位病友與家屬真情流露的分享都引起大家很大的共鳴，也讓我們瞭解病友與家屬最真實的心聲與想法。每位病友能從一開始發病時的不習慣，到慢慢地在自己身上學習與巴金森共處，再將自己的歷程跟大家分享，無疑需要滿滿的正能量，且這正面的能量也是最好的良藥。當聽著吳醫師對病友與家屬的鼓勵時，病友與家

屬們眼角常泛著淚光，尤其病友們略為僵硬的表情也是掛著微笑的。整個座談過程中，大家都十分踴躍詢問，氣氛很是熱絡。相信這次的出遊活動，無論是病友、家屬、工作人員一定都收穫滿滿，滿載而歸，而物理治療也很榮幸能提供病友完善的諮詢及照護，期待下次的溫馨出遊。



圖五、病友們的最愛——與專家面談

(部分照片感謝呂幸樺護理師提供)