

## 民眾對復健師的迷思

大家過去曾經聽過「復健」一詞，或者身邊親友接受過「復健」相關治療。復健治療分為職能治療(OT)、物理治療(PT)、語言治療(ST)三大科別，而外界對復健領域的不熟悉也造成就診時的困擾，其中又以物理治療與職能治療最令人混淆。以下就常見的幾項迷思為大家做解釋：

### (X) 職能治療醫手，物理治療醫腳

許多個案因疾病影響，同時接受物理治療與職能治療，在接受治療之前，物理與職能治療師會針對個案狀況討論病人的治療計畫，期待有更好的表現，因此治療師會針對病人的問題分工合作，期盼能給予個案最佳之復健成效。

### (X) 治療師就是按摩師

不論是物理治療師或是職能治療師，皆不是按摩師，為了增加個案生活獨立性，使個案的動作表現品質更好，他們會使用許多方式進行介入，依據每位個案狀況不同而有不同處置，像是被動關節運動、關節鬆動術等等……，並且治療師會依照個案的能力適當調整，針對表現不足的動作加強訓練，增加動作表現品質，盡可能提升生活水準，此外，物理治療、職能治療師與按摩師最大的不同：治療師了解病患受傷的機轉，能夠區辨哪些是單純組織受損，哪些是大腦受損，針對不同原因提供不同的治療介入，這是按摩師無法做到的。

### (X) 照顧者的陪伴是重要的介入

平時看個案進入治療室，治療師會希望看護協助個案完成活動的前置作業，或是學習如何協助病人完成活動，其實是希望照顧者了解復健不單是某一個人的責任，除了個案動機外，個案家屬與照顧者的支持度也很重要；另外治療師同一個時段不只一位個案需要介入，主要是提供合適的復建計畫，並隨時提供相關衛教(例如：輔具、副木、居家復健)，因此，復健過程中，家屬在旁不僅可提供協助，還可以注意病人安全預防跌倒。

### (X) 只要接受復健就會好了

不論是物理治療還是職能治療，只有在醫院執行復健活動是不足的，需要搭配居家復健運動介入，將治療師教導的動作確實執行，才能使復健效果事半功倍，若單靠短時間復健介入就想使狀況回復到從前，可說是難上加難！復健不是治療師的義務，而是您己身的責任！

醫療為生命增添歲月，復健為歲月增添生命；復健的進步源自於團隊合作的共識與積極度，團隊由個案、個案家屬、醫師、護理師、治療師、社工、心理師組成，最重要的是個案，復健動機強度決定了個案功能恢復程度。希望此篇簡單的介紹能帶領您更正確了解復建的意義。

