

腦傷病人的再教育活動

腦受傷或中風後，病人在知覺方面、身體形象概念、粗動作、手眼協調及站的耐力方面有缺失。下面介紹一些活動可以在家裡實施，以增進病人在這方面的缺失。

一、知覺：

無法說出他所看到的或所聽到的是什麼，無法理解形狀以及他們在空間的關係。

1. 辨別及練習畫幾何圖形，如：三角形、圓形、正方形等病人熟悉的基本圖形後，再讓病人畫不規則的圖形
2. 辨別不同的顏色，從單一顏色到複合色
3. 辨別數目字、數目字配對、數數等數字遊戲
4. 讀書，可以從簡單的單字開始，再讀複雜的句子或文章，兒童讀物是很好的練習本
5. 簡單的拼圖，從簡單 3-5 塊的兒童拼圖到複雜的
6. 疊大小不同的積木，由大到小排好
7. 辨別物品，如湯匙、筷子、碗、筆、牙刷等日常用品
8. 辨別聲音如狗吠聲、貓叫聲、電話聲、門鈴聲、水聲等
9. 將每天的活動訂出時間表，讓病人按照時間表執行

二、身體形象概念：

無法辨別身體的各部分，如手、腳、鼻子等。

1. 練習坐、站、爬各種動作
2. 讓病人自己練習穿衣服，盡量用簡單的說明並讓病人分辨衣服的各個部分
3. 讓病人自己做關節活動，並讓病人辨別身體的各部分
4. 玩拼人形的拼圖
5. 辨別身體的各部分，例如：你的鼻子在哪裡，請你指出來

三、粗動作：

大動作無法協調，或無法維持坐、站的平衡。

1. 爬行及坐、站的平衡運動
2. 手指繪畫或擦桌子、曬衣服、掛衣服

四、手眼協調：

當粗動作協調訓練得差不多時，可以訓練手眼協調的細動作，盡量使用日常家庭用品來作手眼協調的訓練工具。

1. 堆積木
2. 挑珠子、釦子等細小的東西
3. 練習扣釦子
4. 下棋、玩撲克牌、洗牌分牌、玩麻將等
5. 將碗盤疊好、衣服折好等
6. 寫字
7. 剪紙、剪布
8. 串珠子
9. 繫鞋帶

五、站的耐力：

無法站得很久，藉由站的耐力訓練，可以促進血液循環、維持肌肉張力、避免膀胱及尿道的感染和促進行走能力。

1. 早期訓練坐的耐力和轉位
2. 爬行訓練
3. 站在床或輪椅的旁邊
4. 走路訓練，一天要比一天走得遠

我們關心您的健康!

臺北醫學大學附設醫院復健醫學部 02-27372181 # 1241~1244

104/03/31 修