

# 腦受傷或中風病人的再教育活動

## ■ 簡介

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。

## ■ 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。

- 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
- 辨別不同的顏色，從單一顏色到複合色。
- 辨別數目字、數目字配對、數數等數字遊戲。
- 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。
- 簡單的拼圖，從簡單3-5塊的兒童拼圖到複雜的。
- 疊大小不同的積木，由大到小排好。
- 辨別物品，如湯匙、筷子、碗、筆、牙刷等日常用品。
- 辨別聲音如狗吠聲、貓叫聲、電話聲、門鈴聲、水聲等。
- 將每天的活動訂出時間表，讓病人按照時間表執行。

## ■ 身體形象概念: 無法辨別身體的各部分，如手、腳、鼻子等

- 練習坐、站、爬各種動作。
- 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。
- 讓病人自己做關節活動，並讓病人辨別身體的各部分。
- 玩拼人形的拼圖。
- 辨別身體的各部分，例如:你的鼻子在哪裡，請你指出來。

## ■ 粗動作: 大動作無法協調，或無法維持坐、站的平衡

- 爬行及坐、站的平衡運動。
- 手指繪畫或擦桌子、曬衣服、掛衣服。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

## ■ 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。

- 堆積木
- 挑珠子、釦子等細小的東西
- 練習扣釦子
- 下棋、玩撲克牌、洗牌分牌、玩麻將等
- 寫字
- 剪紙、剪布
- 串珠子
- 繫鞋帶

## ■ 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。

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

- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1241 轉25
- 制訂單位 / 日期：復健醫學部職能治療組/107.04.02
- F-4200-NE-017

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮