

## <老年人的復健原則>

老年人需要復健介入的疾病有很多，儘管大部份的歲月是與疾病共存的穩定狀態。但一有傷病，所產生可逆或不可逆的失能，就成為家人的負擔。以跌倒為例，一旦股骨頸骨折，接受人工髖關節置換，手術是成功完美的，但是老年人可能還是出不了門。

### 老人醫學的特點

由於生物學上的老化分為三個層次，包括原發性老化，外加因素引起的老化以及心理的老化，老年人身心健康與保健醫療需求除了老人疾病外，有很大的一部份需歸因於身心功能狀態的持續退化所致，老人醫學也因此與一般醫學不同，包括下列特點：

- ◇ 慢性疾病的增加
- ◇ 疾病的併發症增加
- ◇ 常併發全身性或系統性疾病
- ◇ 疾病症狀模糊不清
- ◇ 與年齡增加有關的疾病
- ◇ 對於疾病的處理與治療方式不同



### 老人身體功能的改變

老年人身體功能的改變可因老化或疾病所引起，身體機能的老化包括神經、肌肉、骨骼、呼吸、循環、內分泌、眼、耳鼻喉、泌尿、皮膚等各系統器官均會有程度上的改變，而姿勢的變化、平衡的失常、記憶與判斷能力的失常等也會造成功能上的改變或障礙，進而影響老年人獨立自主的生活能力。例如老年人易發生跌倒的原因，常是步態改變、姿勢不穩定、肌肉功能控制不良、視力與聽力不良、平衡協調能力失常，甚至於短暫的記憶失常等多重功能退化與障礙所引起。

### 老人復健的原則

老人復健的處方原則必須了解老人功能障礙的原因，再作適當的處置，為了老人醫療與照護中使老人有更好的生活與功能，老人復健扮演一個相當重要的角色，譬如設計適合老年人的體能與運動、物理治療、職能治療、語言治療、心理治療、社工輔導和環境適應等，老人復健的最重要原則包括避免失能、保留功能與自主獨立的生活等。

### 老年人醫用復健輔具與器材

復健輔具除了有保護功能外，可作為矯正姿勢，避免變形與畸型的發生之用，另一方面也有助於改進功能性的活動，作為教育、訓練、溝通、學習甚至於安全警示之用，老年人常用的復健輔具歸類如下：

- ◇ 行動輔具，如拐杖、助行器、推車、滑椅、輪椅等
- ◇ 日常生活輔具
- ◇ 坐擺位輔具
- ◇ 環境控制器具
- ◇ 語音溝通輔具
- ◇ 電腦相關輔具
- ◇ 其他如教育、娛樂、警示系統等



員郭醫療社團法人員郭醫院 祝您平安健康！

電話:04-8312889 分機 1127、1123 地址:彰化縣員林市員林大道六段 51 號