

—— 安康晚年 · 許彩玉

社區復康計劃助中風者

中風是由於腦部血管阻塞或爆裂，令腦組織不能得到充分的養料和氧氣，受影響的神經細胞因而壞死，產生各種神經症狀。據世界衛生組織統計，全世界每6個人中就有1人患有中風，患者年齡通常在50歲以上，近10年有年輕化趨勢。

根據文獻，中風患者會在中風後首6個月內達到最高的康復程度，6個月後的復元程度會較慢。建議患者抓緊病發後首年的「復康黃金期」，透過密集式復康訓練達至最大的康復效果，減輕各種障礙程度，更可恢復工作能力，重投正常生活。

但按現時中風患者的經驗，患者

留院接受復康治療約6至12個星期便要出院。出院後，部分病患者會被轉介到日間醫院繼續復康治療，但部分患者因個人身體狀態、交通及照顧者陪同等種種原因，未能返回日間醫院做復康治療，而社區復康資源嚴重不足，在尋找和輪候服務的時間漫長，延長復康效果。

有見及此，賽馬會流金匯提供「持續社區復康計劃」，讓中風患者離院後能在社區支援下接受針對性和密集式的物理治療復康運動及護理療程，以減慢患者身體機能衰退，改善活動及自我照顧能力，減低再次中風機會。

訓練重點之一是提供一站式的物理復康治療，透過專業評估，度身訂造合適的治療計劃，每周1至2節復康治療，透過運動配方及復康科技的器材治療提升復康效能，例如機械手輔助治療，根據患者大腦發出的訊號帶動手部開合運動，進行大量重複訓練，鍛煉腦部神經，重塑已損壞的神經細胞，重拾手部的活動功能。另設復康運動計劃，加強肌力、心肺功能、耐力及平衡力，提升整體健康，有助心血管健康，預防中風再度發生。

香港的醫療服務走向社區照顧為本，應提供適切的社區訓練服務、支援及協助。如欲進一步了解賽馬會流金匯的「持續社區復康計劃」詳情，歡迎致電3763 1000查詢。

作者為賽馬會流金匯一級物理治療師