

國際 OT 組織對 COVID-19 的建議

作者：蔡宜蓉、詹佩穎、黃俐貞、陳韻玲、張玲慧、張鳳航、吳建德、陳思帆、王湑妮、
李怡欣、張家妤、廖研蒲、葉淨維、謝孟璇

「職能」為人生活中所有想要、需要、或被期待做之具有意義的活動，然而由於 COVID-19 持續蔓延，對全世界的個體、家庭及社區的生命、健康及安適感造成重大影響，限制許多活動的參與，這是我們的社會需要理解的。職能治療師了解這樣的阻礙將影響人們的生活品質及身心健康，可以協助人們發展相對應的策略，像是對個人、家庭及社區，調整日常作息的安排，改善社交、環境及輔具科技應用，以維持身心健康。此外，職能治療之執行，也需配合政策規範作出調整。職能治療學會藉由分享以下資訊，協助職能治療之臨床工作者、教育者、學生等，即時應對現今嚴峻的情況。

World Federation of Occupational Therapists (WFOT)

因疫情限制了人與人直接接觸的情境，世界職能治療師聯盟針對職能治療師教育最低標準 (Minimum Standards for the Education of Occupational Therapists) 聲明，提出職能治療教育提供者需要使用線上教學；為了繼續研究進行，研究者也需要調整研究方法、收案及介入方式。臨床實習 (Practice placements) 在治療師教育最低標準中是不可或缺的，目前的標準需要至少 1000 小時的實習時數，且需要因應不同國家的情境與資源差異來動態調整這些時數的認定

方式。依據治療師教育最低標準，這些時數不一定要在特定的機構或環境下達成且不論是面對何種診斷或服務方式。WFOT 認可的教育機構須持續予治療師一起發展策略以達成 1000 小時的最低標準。有許多教育單位(education program)會使用角色扮演與模擬(role play and

simulation)作為一種實習的形式。其他教育方式包含:

問題導向個案研究(problem-based case study work) 、

影片評估(video assessments) 、

深度且實證為基礎的實務反思(in-depth, evidence informed reflective practice)

因應陸續出現的問題，世界職能治療師聯盟也建立了一個專門的免費線上平臺，以支持有關 COVID-19 的影響及其與職業治療專業的相關性的請求，同時也共享和發展資源。該論壇可在職業治療國際線上網絡 (Occupational Therapy International Online Network, OTION) 上獲得，或透過以下連結：<https://wfot.link/covid19>

World Federation of Mental Health (WFMH)

COVID-19 的疫情，除了對人類的生理健康產生嚴重的威脅之外，更直接對人類的心理，造成各個樣的壓力。針對這個狀況，世界心理衛生聯盟 (World Federation of Mental Health) 為了幫忙促進在嚴峻疫情下的心理安適感，提出了一些因應上的考量，這裡把對一般大眾的建議，簡要摘錄如下：

1. 在這段期間，我們不要把新冠肺炎的標籤，貼在任何特定的國家或種族上。反之，我們應該要試著去同理受感染的人的心情，不論他們來自哪裡，他們並非做錯甚麼事情才受到感染。
2. 我們不該使用 COVID-19 感染者、COVID-19 受害者或是 COVID-19 家庭等這類的稱呼。他們跟我們是一樣的人，只是正在經歷 COVID-19 的狀況或是治療。
3. 避免吸收那些會引起自己焦慮的新聞。盡量只專注在那些針對減輕疫情對生活的影響，有具體建議的訊息。訊息的來源，要確保是在陳述事實，而非沒有根據的謠傳。建議從嚴謹的官方平台取得資訊，譬如我們國家的疾管署的網站或是 Line。
4. 保護好自己，同時去支持其他人。
5. 如果有機會，試著幫忙分享那些在我們周遭，成功抗疫的人所陳述的真實經驗或故事。
6. 有機會的話，向那些在第一線抗疫的醫療從業人員表達致敬與感恩。

American Occupational Therapy Association (AOTA)

美國職能治療學會認為職能治療服務十分重要，且於 2020 年 3 月 19 日，美國國土安全部 (Department of Homeland Security) 發表了一份備忘錄，聲明了職能治療屬重要的健康照護工作者一員；因疫情處於浮動狀況且職能治療工作領域廣泛、治療對象多元，因此職能治療工作者應遵守職能治療道德規範，並依據不同情境調整臨床決策。美國職能治療學會也敦促職能治療工

作者持續追蹤美國疾病管制與預防中心(Centers for Disease Control and Prevention)與美國聯邦醫療保險和補助服務中心(Centers for Medicare & Medicaid Services)之最新指引資訊。

美國職能治療協會將治療視為個案之重要照護計畫之一環，若延緩復健介入可能造成兒童、青少年及成人等個案之症狀惡化，因此職能治療可致力於：

1. 減少入院或再入院之可能性
2. 降低肌肉組織攣縮及關節變形之可能性
3. 透過運動及活動參與提升免疫力
4. 調適情緒以因應社交隔離
5. 因個案之職能活動受剝奪而需引導其建立適合的生活習慣、角色及常規
6. 提倡在家或學校之教育、遊戲及學習等活動參與
7. 提升職能活動執行獨立性，以減少照顧者近距離接觸的機會

Occupational Therapy Australia (OTA)

澳洲職能治療學會出版了給一般民眾閱讀的「如何管理被 COVID-19 打亂的生活」線上指引手冊，指出疫情時期在遵守隔離和適當社交距離的同時，也要注意個人的身心健康，並重新檢視如何適應新的日常生活型態，可以從六大方面來思考：1) 生產性活動，分為在家或外出工作/學習，或是未能工作者如何維持生產性能力；2) 加強自我照顧，如飲食、購物、醫療、運動、睡眠、生理與心理健康資源；3) 安排休閒活動，為生活增添趣味，不要只是看電視；4) 空間的重

新配置，讓環境變得更舒適，不那麼孤立感；5) 擁有可預測的作息能增加安定感，因此盡可能維持生活作息，即使位置和活動稍有改變，如起床和就寢時間、運動習慣、工作時間、做功課/遊戲時間，甚至是換上外出穿著；6) 維持原有的生活角色，可使用通訊軟體維持人際關係，亦或老派地直接打電話、寫信或卡片。而職能治療師的角色是幫助人們適應生活的改變，透過調整職能活動 (如學習新技巧、不同的做事方法、找到替代的職能活動)，或環境改造 (如增加新物件或重新布置空間)，幫助人們在現有情境下職能參與 (Mynard, L., 2020).

The Royal College of Occupational Therapists (RCOT)

英國職能治療協會針對因 COVID-19 影響而需要改變業務執行方式及業務執行環境的治療師們提出建議，內容主要關於業務範圍的認定以及治療師的權益保障。因應 COVID-19 醫療照顧的服務模式大幅改變，職能治療師也在前線面對挑戰。幾乎是一夜之間，許多治療師被要求快速反應並大幅度改變他們的服務模式、且被要求在他們不熟悉的環境工作。職能治療師工作的場域/組織有責任要支持並確保治療師執行業務。

職能治療的業務並沒有被界定在一個特定範圍內。職能治療師可以執行自己的專業推理，只要這些活動是介入的一部份並可以促進職能表現、參與，這些活動就屬於職能治療的業務範圍。若要確保職能治療師可以安全地工作，訓練訓練治療師去量測體溫、血壓及其他生命徵象等是必須的。也就是說，職能治療師本身進行或使用任何活動只要符合以下幾項原則，就都屬於專業範圍：

1. 專注於促進/維持個案的職能
2. 運用治療師的職能治療知識、技術及經驗
3. 有足夠的能力專業地執行介入

在 COVID-19 大流行期間，若雇主在要求治療師承擔額外的業務或是責任，雇主必須提供訓練、建議與引導且為治療師支付替代保險費用(vicarious liability insurance)以提供保障。在這樣的情況治療師應該聯絡雇主，尤其是被要求承擔你認為不屬於你專業範圍的業務時，確定自己是否在其保險範圍內。

此外英國職能治療學會也發布了關於個人防護設備(Personal Protective Equipment advice and guidance)的建議與指導:

| | | |
|--|------------------------|---------------------------------------|
| Overview – For known or suspected cases of Covid-19 and people in vulnerable groups 對於疑似個案及高危險族群之總覽 | | |
| Acute hospital high risk areas 急症醫院高危險區 | Acute hospital 急症醫院 | Primary, Community and Social care |

| | | |
|---|---|--|
| | | <p>services, including</p> <p>people' s homes</p> <p>社區、社區關懷據點、居家 服務環境</p> |
| <p>包括：</p> <p>重症加護病房</p> <p>高依賴性病房(HDU)</p> <p>急診部門</p> <p>其他暴露於氣融膠的場域、會產生 氣霧的醫療行為時(Aerosols Generating Procedures ,AGPs)</p> | <p>包括：</p> <p>急症住院病房</p> <p>急診部門</p> <p>精神健康部門</p> <p>學習障礙及自閉症相關場 域</p> | |
| <p>隨時穿戴:</p> <p>以 FFP3 口罩為優先。</p> <p>若無法取得 FFP3 口罩，在暴露於 AGPs 時，常規或一次性使用 FFP2 或 N95 口罩。</p> | <p>於兩公尺以內穿戴:</p> <p>防水外科口罩 (常規使用)</p> <p>塑料圍裙(單次使用)</p> <p>手套(一次性使用)</p> <p>護目鏡(常規使用)</p> | <p>於兩公尺以內穿戴:</p> <p>塑料圍裙(一次性使用)</p> <p>手套(一次性使用)</p> |

| | | |
|--------------------------------|---------------------|--|
| 防水防護衣(暴露於 AGPs 時，常規 或一次性使用) | 兩公尺以上時需穿戴: | |
| 塑料圍裙(暴露於 AGPs 不一定需 要) | 防水外科口罩 (常規使用) | |
| 手套(一次性使用) | 護目鏡(若高風險建議常規 使用) | |
| 護目鏡(暴露於 AGPs 時，常規或一 次性使用) | | |

參考資料：

1. World Federation of Occupational Therapists Public Statement – Occupational Therapy Response to the COVID-19 pandemic. Available at <https://wfot.link/covidpublic>
2. World Federation of Occupational Therapists Minimum Standards for the Education of Occupational Therapists (revised 2016). Available at <https://wfot.link/mseot16>

3. World Federation of Occupational Therapists COVID-19 pandemic - Information and Resources for Occupational Therapists. Available at <https://www.wfot.org/covid-19-information-and-resources-for-occupational-therapists>
4. <https://wfmh.global/mental-health-considerations-during-covid-19-outbreak/>
5. <https://www.aota.org/Publications-News/AOTANews/2020/Leadership-Statement-Coronavirus-COVID19.aspx>
6. <https://www.aota.org/Practice/Health-Wellness/COVID19/practitioners-faq.aspx>
7. <https://www.aota.org/Advocacy-Policy/Federal-Reg-Affairs/News/2020/OT-Pandemic.aspx>
8. Mynard, L. (2020). Normal life has been disrupted: Managing the disruption caused by COVID-19. Melbourne: Occupational Therapy Australia.
9. <https://otaus.com.au/member-resources/covid-19/online-learning-and-support>
10. <http://relive.tw/covid-19-occupational-therapy/>

11. https://www.facebook.com/story.php?story_fbid=574340733432397&id=33

[8690026997470](https://www.facebook.com/story.php?story_fbid=574340733432397&id=33)

12. <https://www.facebook.com/379282515591137/posts/1274620906057289/>

13. <https://www.rcot.co.uk/file/6522/download?token=vsrGxqKI>