

## 式二：滾水瓶



※提醒：每天至少一小時效果較佳

### 自我評量(是非題)

- ( ) 1. 生活中的東西也可以幫助動作進步。
- ( ) 2. 目前手指動作都還沒有動作，運用物品導向雙側動作訓練效果好。
- ( ) 3. 一個禮拜作一個小時的訓練效果良好。

請寫下您的問題：

### 參考資料：

Chen, S., Qiu, Y., Bassile, C. C., Lee, A., Chen, R., & Xu, D. (2022). Effectiveness and Success Factors of Bilateral Arm Training After Stroke: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 14.

Rodrigues, L. C., Farias, N. C., Gomes, R. P., & Michaelsen, S. M. (2016). Feasibility and effectiveness of adding object-related bilateral symmetrical training to mirror therapy in chronic stroke: a randomized controlled pilot study. *Physiotherapy theory and practice*, 32(2), 83-91.

制定日期：2019年8月

修訂日期：2023年7月（第二版）

編碼：7220-單張-中文-109-02

題號	1	2	3
解答	O	X	X

中風復健好選擇

# 物品導向雙側對稱動作訓練



復健部職能治療製作

諮詢專線：(04)7238595轉7424

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午8：00-12：00

週一到週五 下午1：30- 5：30

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：<https://www.cch.org.tw/knowledge.aspx?pID=1>

復健醫學部



彰化基督教醫療財團法人

彰化基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

## 中風患者常見的上肢功能損傷

中風6個月以後復原速度趨緩，許多患者在慢性期仍有程度不等的上肢功能損傷，常見損傷如：

肌張力  
過強

動作  
不協調

本體覺  
缺失

感覺  
缺損

肌肉  
無力

## 什麼是物品導向雙側對稱動作訓練

### 1. 雙側對稱動作訓練

雙手同時執行同步或對稱性的動作，促進雙側大腦間的溝通與整合。

### 2. 物品導向

使用日常會使用的物品進行練習，能有效增進動作能力的應用。例如：水瓶、毛巾等。

## 適用對象

1. 手指有微開的動作(大於10度)
2. 手腕可稍微翹起(大於10度)



## 請你跟我這樣做

### 方法一：毛巾式

促進肩膀、手臂及手指控制能力

事前準備：毛巾一條、桌子一張

#### 式一：拿起



#### 式二：擰毛巾



#### 式三：擦桌子



### 方法二：水瓶式

促進肩膀、及前臂動作

事前準備：小水瓶兩個、桌子一張

#### 式一：轉水瓶

