



（文章於二零一九年五月二十七日刊登蘋果日報）

練手眼協調 助平復情緒 手工藝治療精神病

【本報訊】製作手工藝品對一般人而言可能只是興趣，但對中風病人或精神病康復者而言，卻是重要的治療媒介。職業治療師指出，手工藝有助中風病人恢復手部活動能力，亦可讓精神病人平復情緒，數星期內病情已可改善，形容手工藝是職業治療中「重要嘅一粒藥」，亦有康復者在治療過程中愛上手工藝，並以此作為日後重投社會工作時的職業志向。

記者：何家朗

職業治療是病人復康治療的重要一環，職業治療師會按照病人需要及目標，安排不同治療活動，協助病人重拾正常生活的技巧和信心，及重新融入社會。手工藝是職業治療師常用的治療媒介之一，包括串珠、摺紙及禪繞畫等。由於製作手工藝涉及細小配件和精細工序，對於中風病人而言，可以訓練手眼協調，提升手部精細活動能力；而對於精神病人則可以幫助平復情緒，學習專注。

發掘興趣

變成職業

九龍醫院代理高級職業治療師陳秀敏表示，手工藝製作相較於其他治療媒介更易被病人接受，形容是治療的「重要一粒藥」，而且門檻較低，只要病人有興趣，即可開始學習製作。她指，以手工藝治療的病人當中，不少曾患抑鬱症及焦慮症等情緒病，部份甚至曾有濫藥成癮問題，以六至八人為小組，數星期後病情已明顯改善，情緒更穩定，自信亦提升。

陳指，每一次課程完結後，有不少康復者不願意放棄手工藝，會主動協助醫院擔任朋輩導師，將自己的經驗和技巧傳授給其他病人，亦成為極好的康復榜樣，帶出「我得，你都得」的訊息，增加其他病人努力復元的信心，更有部份康復者在學習製作手工藝過程中找到日後重投社會時的目標，他們精益求精，甚至主動尋找進修課程，以手工藝作為職業，於市集及社交媒體售賣自己的作品。

現時醫管局轄下九龍醫院和葵涌醫院的職業治療服務有提供藝術復康工作，並於上月設立「手藝遊樂園」網上平台，展示兩間醫院康復者的手工藝作品，更載有他們自述的心路歷程。陳指，設立網站的目的在於讓社會大眾認識康復者的才華，市民可以到網站欣賞作品及「畀 like」，亦可選購心儀的作品，藉此給予他們重投社會的信心。網站亦提供手工藝 DIY 教學影片，市民如有家人不幸患上情緒病或中風，亦可透過影片陪伴他們學習製作手工藝，有助共同擊退病魔。

27.05.2019

(承蘋果日報准予轉載，謹此鳴謝)

健康生活 😊

練手眼協調 助平復情緒

手工藝治療精神病

【本報訊】製作手工藝品對一般人而言可能只是興趣，但對中風病人或精神病康復者而言，卻是重要的治療媒介。職業治療師指出，手工藝有助中風病人恢復手部活動能力，亦可讓精神病人平復情緒，數星期內病情已可改善，形容手工藝是職業治療中「重要嘅一粒藥」，亦有康復者在治療過程中愛上手工藝，並以此作為日後重投社會工作時的職業志向。 記者：何家駒

職業治療是病人復康治療的重要一環，職業治療師會按照病人需要及目標，安排不同治療活動，協助病人重拾正常生活的技巧和信心，及重新融入社會。手工藝是職業治療師常用的治療媒介之一，包括串珠、摺紙及揮毫畫等。由於製作手工藝涉及細小配件和精細工序，對於中風病人而言，可以訓練手眼協調，提升手部精細活動能力；而對於精神病人則可以幫助平復情緒，學習專注。

發掘興趣 變成職業

九龍醫院代理高級職業治療師陳秀敏表示，手工藝製作相較於其他治療媒介更易被病人接受，形容是治療的「重要嘅一粒藥」，而且門檻較低，只要病人有興趣，即可開始學習製作。她指，以手工藝治療的病人當中，不少曾患抑鬱症及焦慮症等情緒病，部份甚至曾有濫藥成癮問題，以六至八人為小組，數星期後病情已明顯改善，情緒更穩定，自信亦提升。

陳指，每一次課程完結後，有不少康復者不願意放棄手工藝，會主動協助醫院擔任朋輩導師，將自己的經驗和技巧傳授給其他病人，亦成為極好的康復榜樣，帶出「我得，你都得」的訊息，增加其他病人努力復元的信心，更有部份康復者在學習製作手工藝過程中找到日後重投社會時的目標，他們精益求精，甚至主動尋找進修課程，以手工藝作為職業，於市集及社交媒體售賣自己的作品。

醫管局設寄賣平台

現時醫管局轄下九龍醫院和葵涌醫院的職業治療服務有提供藝術復康工作，並於上月設立「手藝遊樂園」網上平台，展示兩間醫院康復者的手工藝作品，更載有他們自述的心路歷程。陳指，設立網站的目的在於讓社會大眾認識康復者的才華，市民可以到網站欣賞作品及「畀 like」，亦可選購心儀的作品，藉此給予他們重投社會的信心。網站亦提供手工藝 DIY 教學影片，市民如有家人不幸患上情緒病或中風，亦可透過影片陪伴他們學習製作手工藝，有助共同擊退病魔。

林女士（中）學習手工藝後抑鬱症病情大有改善，左為陳秀敏