

臺大醫院物理治療師在 COVID-19 戰役中的角色



臺大醫院物理治療師示範 Covid-19 確診者呼吸運動



臺大醫院物理治療師在 Covid-19 戰役中的角色—視訊線上記者會 合照

2020 年 1 月全世界開始與新型冠狀病毒奮戰，確診病例已累計超過 2 億。國外有愈來愈多報告指出確診患者在康復後會出現長期系統性多重器官問題，間接或直接造成衰弱與功能障礙。臺大醫院物理治療師以運動專家的角色參與醫療照護團隊，包含住院期物理治療、門診物理治療以及遠距科技輔助物理治療，從住院急性期的呼吸與功能性運動到出院後的居家運動，協助確診患者面對新冠病毒的戰役。

新冠肺炎確診病人約有 80%為輕症，20%為重症患者。住院期間物理治療師參與照護團隊，針對有需要的患者提供氣道清潔與呼吸運動等胸腔物理治療，並視病情進展給予功能與運動訓練。國外的觀察發現新冠肺炎感染者康復後約有 10%會出現新冠長期症狀，最常見的是疲倦、勞動後症狀惡化、注意力不集中與呼吸短促等。在門診醫師評估診斷後，除了給予藥物與氧氣治療外，可轉介給物理治療師，物理治療師可以藉由評估患者的肌力以及居家環境，設計適合患者的運動，配合呼吸運動、肌力與肌耐力之訓練，並教導個案學習透過自我調整步調，進行適當安全強度的居家運動，協助患者漸漸回復原本的生活功能。

在疫情防治措施下，人與人的接觸進行面對面的治療變得困難。臺大物理治療中心啟動遠距科技輔助物理治療，加入臺大遠距照護中心團隊，病患經過胸腔內科或感染科醫師診斷與照會後，物理治療師可以安排視訊物理治療，與居家患者進行即時互動，在穿戴智慧型儀器輔助與監督下，確保患者持續執行安全強度的居家運動。在疫情防治措施下，遠距科技輔助物理治療可以協助患者免去舟車奔

波與重複篩檢，是新冠肺炎疫情中就醫的新選擇。

國外的臨床觀察發現康復後的新冠確診患者約有 1/10 在確診 3 個月以上仍持續有疲倦、呼吸短促、肌肉骨骼相關疼痛、運動能力差、焦慮與憂鬱的情況，其中最常見的新冠長期症狀是呼吸短促與疲倦現象。疲倦現象也有學者特別稱為”勞動後症狀惡化”

(Post-Exertional Symptom Exacerbation, PESE)。根據國外的經驗有些確診個案會經歷 PESE：這是一種與用力程度不成比例的疲勞現象，有時會被個案描述為”做一點點事就體力崩潰”的狀態。臺大醫院物理治療師提供呼吸運動、調整步調與安全強度的運動訓練，協助患者面對新冠長期症狀。

臺大醫院物理治療師參與醫療照護團隊，協助 COVID-19 確診患者戰勝病毒，從住院期的急性照護到出院後面對新冠長期症狀，可提供出院的遠距物理治療照護，配合適當的運動強度調整給予呼吸運動、功能與運動訓練，協助患者逐漸恢復日常活動與工作能力。

公共事務室