

專欄文章

日期： 2021年5月20日（星期四）
資料來源： iMoney 網上專欄【無牆醫院@iM 網欄】
標題： V出新動力 長者邊玩邊做訓練
參考網址： [請按此\(報導\)](#)

【無牆醫院@iM網欄】V出新動力 長者邊玩邊做訓練

名人薈萃 09:32 2021/05/20

關注文章 儲存文章

分享:    

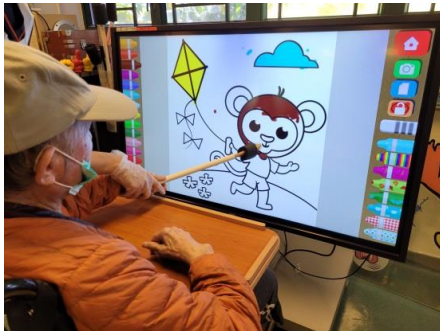


年青人喜愛玩電子遊戲，原來長者對這些虛擬現實（Virtual Reality, VR）遊戲的熱愛程度也不遑多讓，就算住在院舍也要「V」出新動力，一邊玩遊戲一邊做訓練。

雅麗氏何妙齡那打素護養院（下稱「護養院」）在設計院友復康運動，一方面根據院友的能力和興趣，安排不同類型復康訓練，如在上肢手部訓練中，一些院友習慣擲毛巾、握捏衣夾、扭螺絲等具單向性的傳統訓練模式，既是較易掌握技巧，亦能貼近長者熟悉的生活習慣或工作。另一方面，護養院也跳出傳統模式，運用電腦科技和虛擬復康技術（Virtual Rehabilitation），提升院友參與訓練的投入感和主動性，讓他們樂在其中。不少學術研究指出，使用電腦體感遊戲或虛擬復康技術進行訓練能帶來正面的運動效益，治療的質量也有不同程度的改善。

護養院近年添置不同電腦認知訓練器材，包括寬闊的大螢幕，讓視力差的院友也能清楚看見影像，尤其是患有認知障礙症的長者，色彩斑斕的高清畫面能吸引他們的注意力。職業治療亦特意設計一款裝上油漆掃的伸展觸控棒，讓院友安坐輪椅上也可以觸碰螢幕，輕鬆參與「大電腦小畫家」的遊戲訓練，用特製「畫筆」繪畫。曾經有一位院友自小沒有上學、不懂文字，也沒試過繪畫，對任何有關科技的東西也感害怕，因此，她最初是不願拿起觸控棒，直至首次完成電腦畫作時，每位在場職員也讚賞她，讓她獲得莫大的滿足感，從此她不再抗拒參與訓練，而且一次比一次用心及專注地完成每幅電腦畫作。我們深信適當地應用科技能有助缺乏自信的長者尋回自我價值(Value)。

護養院最新添置的復康器材是應用虛擬復康體感技術，可以將院友的影像投射在螢幕上。如院友可選擇模擬成為一名拳擊手戴上拳套，在健身室裏逐一擊倒障礙物，由輕量程度升級至挑戰程度，甚至打破紀錄，成功感(Victory)倍增。過程中，院友在逼真 (Vivid) 的畫面上看見自己的一舉一動，自行控制手部動作以擊中目標。一名院友完成訓練後向治療師說：「玩到滿身是汗，但很刺激、很好玩，感覺自己更年青！」從此以後，該名院友每次進入復康室都會自覺地把輪椅停泊在訓練區，等待參與復康練習。看見院友參與復康訓練的態度比以前更主動(Voluntary)，足以證明善用科技能讓長者活力大增(Vigorous)，成效實在令人鼓舞。



▲ 在「大電腦小畫家」的遊戲訓練中，院友運用裝上油漆掃的伸展觸控棒為畫畫添上色彩



▲ 院友模擬成為拳擊手，逐一擊倒障礙物，樂在其中



▲ 「夾球」是傳統復康訓練之一



雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會 ALICE HO MIU LING NETHERSOLE CHARITY FOUNDATION



▲ 圖畫拼貼訓練院友的手眼協調功能

“ 作者_雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會簡介：

為實現「無牆醫院」精神，雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會主動走出醫院，進入社區為大家提供最專業、最準確的健康護理及復康資訊。

機構網站：<https://www.nethersole.org.hk/> ”

更多無牆醫院的文章請[按此](#)

如欲查看更多iMoney網上專欄的內容請[按此](#)。

即睇iMoney全新網站【imoney.com】

#即Like **iMoney智富雜誌** 專頁【設定為 搶先看/See First】搶盡投資先機！



V 出新動力 長者邊玩邊做訓練

年青人喜愛玩電子遊戲，原來長者對這些虛擬現實（Virtual Reality, VR)遊戲的熱愛程度也不遑多讓，就算住在院舍也要「V」出新動力，一邊玩遊戲一邊做訓練。

雅麗氏何妙齡那打素護養院（下稱「護養院」）在設計院友復康運動，一方面根據院友的能力和興趣，安排不同類型復康訓練，如在上肢手部訓練中，一些院友習慣摺毛巾、握捏衣夾、扭螺絲等具單向性的傳統訓練模式，既是較易掌握技巧，亦能貼近長者熟悉的生活習慣或工作。另一方面，護養院也跳出傳統模式，運用電腦科技和虛擬復康技術（Virtual Rehabilitation），提升院友參與訓練的投入感和主動性，讓他們樂在其中。不少學術研究指出，使用電腦體感遊戲或虛擬復康技術進行訓練能帶來正面的運動效益，治療的質量也有不同程度的改善。

護養院近年添置不同電腦認知訓練器材，包括寬闊的大螢幕，讓視力差的院友也能清楚看見影像，尤其是患有認知障礙症的長者，色彩斑斕的高清畫面能吸引他們的注意力。職業治療亦特意設計一款裝上油漆掃的伸展觸控棒，讓院友安坐輪椅上也可以觸碰螢幕，輕鬆參與「大電腦小畫家」的遊戲訓練，用特製「畫筆」繪畫。曾經有一位院友自小沒有上學、不懂文字，也沒試過繪畫，對任何有關科技的東西也感害怕，因此，她最初是不願拿起觸控棒，直至首次完成電腦畫作時，每位在場職員也讚賞她，讓她獲得莫大的滿足感，從此她不再抗拒參與訓練，而且一次比一次用心及專注地完成每幅電腦畫作。我們深信適當地應用科技能有助缺乏自信的長者尋回自我價值(Value)。

護養院最新添置的復康器材是應用虛擬復康體感技術，可以將院友的影像投射在螢幕上。如院友可選擇模擬成為一名拳擊手戴上拳套，在健身室裏逐一擊倒障礙物，由輕量程度升級至挑戰程度，甚至打破紀錄，成功感(Victory)倍增。過程中，院友在逼真(Vivid)的畫面上看見自己的一舉一動，自行控制手部動作以擊中目標。一名院友完成訓練後向治療師說：「玩到滿身是汗，但很刺激、很好玩，感覺自己更年青！」從此以後，該名院友每次進入復康室都會自覺地把輪椅停泊在訓練區，等待參與復康練習。看見院友參與復康訓練的態度比以前更主動(Voluntary)，足以證明善用科技能讓長者活力大增(Vigorous)，成效實在令人鼓舞。



在「大電腦小畫家」的遊戲訓練中，院友運用裝上油漆掃的伸展觸控棒為圖畫添上色彩



院友模擬成為拳擊手，逐一擊倒障礙物，樂在其中



「夾球」是傳統復康訓練之一



圖畫拼貼訓練院友的手眼協調功能

作者_雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會簡介：

為實現「無牆醫院」精神，雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會主動走出醫院，進入社區為大家提供最專業、最準確的健康護理及復康資訊。

機構網站：<https://nethersole.org.hk/>