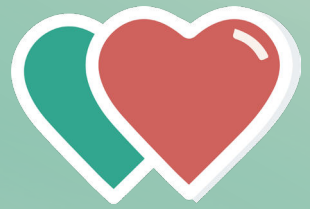
主講人：高琪鈞

智齡科技X大心居家職能治療所



復能≠復健：
從日常中打造個別化復能訓練

2025/12/17

內容



1 復能到底是什麼？

2 機構中的復能怎麼做

3 長照3.0對復能的影響

團隊成員


執行長
彭紹宇
職能治療師
長照政策
品質管理


所長
高琪鈞
職能治療師
人員教育
授課演講


簡廷祐
職能治療師
新進人員
復能督導


廖偉婷
物理治療師
社區企業
講座服務


陳靖午
物理治療師
產學合作
教學計劃


林宜柔
職能治療師
據點管理
品牌提升


林奕弘
職能治療師
自費課程
多元服務


郭家伶
職能治療師
社區機構
團體服務

八大醫事專業
50+人以上團隊

大心居家職能治療所

健康復能找大心
專業親切最貼心

願景 成為長照、社區、居家的失能族群最厚實的支持力量

使命 用專業、貼心及親切的服務照顧每個有需要的家庭



高琪鈞．職能治療師

課程講授

居家社區

睡眠醫學

台北市大心職能治療所 居家治療師/所長

長庚科技大學 高齡及健康照護學系 講師

國民健康署 運動保健師資

國立陽明交通大學 睡眠醫學中心 聘任講師

衛生福利部 預防延緩失能失智 方案負責人

中華民國口腔肌訓練學會 理事

中華睡眠關懷中心 睡眠關懷師

康邁健康管理顧問有限公司 職場健康講師

Website
https://www.facebook.com/DrToro

Tel
02-77518057

E-mail
bigheart.mattkao@gmail.com

復能到底是什麼？

# 個案為中心	# 內在能力	# 生活參與	
	# 獨立生活	# 照顧者	# 跨專業合作

復能到底是什麼？

個案為中心

- 共同訂定目標
- 復健：專業人員做判斷決策
- 復能：增加個案參與度

內在能力

生活參與



獨立生活

照顧者

跨專業合作

復能到底是什麼？

個案為中心

- 共同訂定目標
- 復健：專業人員做判斷決策
- 復能：增加個案參與度

內在能力

- 最大化現有能力
- 復健：偏重矯治損失、改善症狀
- 復能：關注剩餘能力及優勢

生活參與



獨立生活

照顧者

跨專業合作

復能到底是什麼？

個案為中心

- 共同訂定目標
- 復健：專業人員做判斷決策
- 復能：增加個案參與度

內在能力

- 最大化現有能力
- 復健：偏重矯治損失、改善症狀
- 復能：關注剩餘能力及優勢

獨立生活

- 以提升日常生活獨立性為最大目標
- 復健：身體功能
- 復能：生活自立

生活參與



照顧者

跨專業合作

復能到底是什麼？

個案為中心

- 共同訂定目標
- 復健：專業人員做判斷決策
- 復能：增加個案參與度

內在能力

- 最大化現有能力
- 復健：偏重矯治損失、改善症狀
- 復能：關注剩餘能力及優勢

生活參與

- 發生在真實日常
- 復健：醫療機構環境、模擬訓練
- 復能：直接改變日常生活內容



獨立生活

- 以提升日常生活獨立性為最大目標
- 復健：身體功能
- 復能：生活自立

照顧者

跨專業合作

復能到底是什麼？

個案為中心

- 共同訂定目標
- 復健：專業人員做判斷決策
- 復能：增加個案參與度

內在能力

- 最大化現有能力
- 復健：偏重矯治損失、改善症狀
- 復能：關注剩餘能力及優勢

生活參與

- 發生在真實日常
- 復健：醫療機構環境、模擬訓練
- 復能：直接改變日常生活內容



獨立生活

- 以提升日常生活獨立性為最大目標
- 復健：身體功能
- 復能：生活自立

照顧者

- 照顧者高度參與
- 復健：偏重促進個案自身功能
- 復能：指導對象/目標應納照顧者

跨專業合作

復能到底是什麼？

個案為中心

- 共同訂定目標
- 復健：專業人員做判斷決策
- 復能：增加個案參與度

內在能力

- 最大化現有能力
- 復健：偏重矯治損失、改善症狀
- 復能：關注剩餘能力及優勢

生活參與

- 發生在真實日常
- 復健：醫療機構環境、模擬訓練
- 復能：直接改變日常生活內容



獨立生活

- 以提升日常生活獨立性為最大目標
- 復健：身體功能
- 復能：生活自立

照顧者

- 照顧者高度參與
- 復健：偏重促進個案自身功能
- 復能：指導對象/目標應納照顧者

跨專業合作

- 整合多專業
- 復健：多專業合作/專業分工
- 復能：跨專業合作/專業釋出

機構中的復能怎麼做？

「經營管理效能」**「專業照護品質」**
「安全環境設備」「個案權益保障」

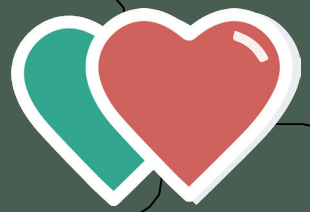
- 依個案功能狀態與需求，擬定個別照顧 / 服務計畫。
- 維持或提升自我照顧與生活參與目標
- 是否規劃提升自理能力的課程與活動並有執行情形與紀錄
- 是否依據功能變化定期評估與調整計畫



以日照中心為考量

經營管理效能、**專業照護品質**、安全環境設備、個案權益保障及服務改進創新

- 維持或提升住民自理能力、活動能力與社會參與的目標與策略，並有執行情形與紀錄
- 是否提供促進功能維持與復能的活動（如日常生活訓練、復健性活動、團體與個別活動）
- 透過定期評估與紀錄，追蹤住民功能變化與介入成效。



以住宿型機構為考量

機構復能實務

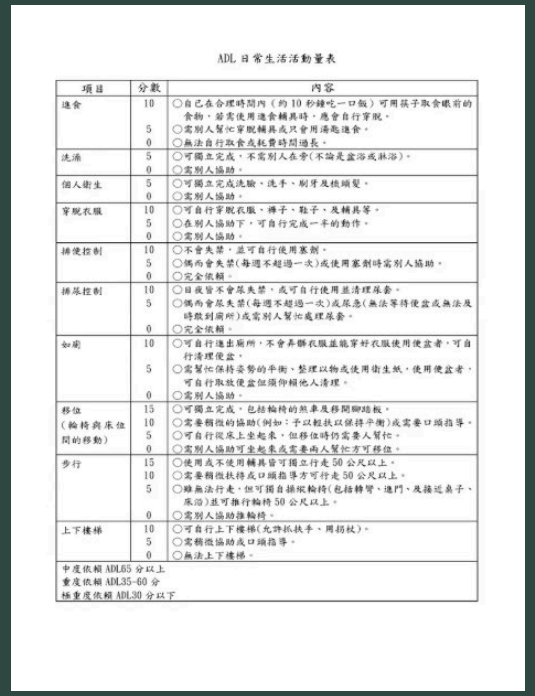
定期評估、會談、討論

訂定個別化目標

跨專業團隊會議

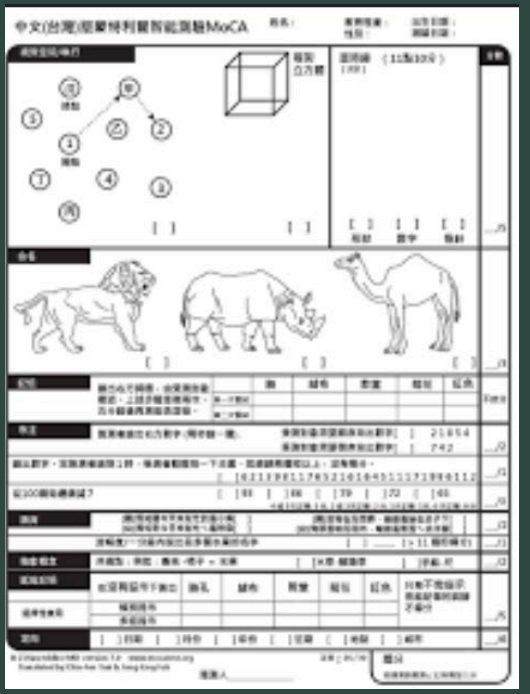
安排治療性團體、課程

安排個別化復能訓練



ADL 日常生活活動量表

項目	分數	內容
進食	10	○自己在合理時間內（約 10 秒鐘吃一口飯）可用筷子取食眼前的食物，若需使用適食輔具時，應會自行穿脫。
	5	○需別人幫忙穿脫輔具或只會用湯匙進食。
	0	○無法自行取食或耗費時間過長。
洗澡	5	○可獨立完成，不需別人在旁（不論是盆浴或淋浴）。
	0	○需別人協助。
個人衛生	5	○可獨立完成洗臉、洗手、刷牙及梳頭髮。
	0	○需別人協助。
穿脫衣服	10	○可自行穿脫衣服、褲子、鞋子、及輔具等。
	5	○在別人協助下，可自行完成一半的動作。
	0	○需別人協助。
排便控制	10	○不會失禁，並可自行使用塞劑。
	5	○偶而會失禁(每週不超過一次)或使用塞劑時需別人協助。
	0	○完全依賴。
排尿控制	10	○日夜皆不會尿失禁，或可自行使用並清理尿套。
	5	○偶而會尿失禁(每週不超過一次)或尿急(無法等待便盆或無法及時做到廁所)或需別人幫忙處理尿套。
	0	○完全依賴。
如廁	10	○可自行進出廁所，不會弄髒衣服並能穿好衣服使用便盆者，可自行清理便盆。
	5	○需幫忙保持姿勢的平衡、整理以物或使用衛生紙，使用便盆者，可自行取放便盆但須仰賴他人清理。
	0	○需別人協助。
移位（輪椅與床位間的移動）	15	○可獨立完成，包括輪椅的煞車及移開腳踏板。
	10	○需要稍微的協助(例如：予以輕扶以保持平衡)或需要口頭指導。
	5	○可自行從床上坐起來，但移位時仍需要人幫忙。
	0	○需別人協助可坐起來或需要兩人幫忙方可移位。
步行	15	○使用或不使用輔具皆可獨立行走 50 公尺以上。
	10	○需要稍微扶持或口頭指導方可行走 50 公尺以上。
	5	○雖無法行走，但可獨自操縱輪椅(包括轉彎、進門、及接近桌子、床沿)並可推行輪椅 50 公尺以上。
	0	○需別人協助推輪椅。
上下樓梯	10	○可自行上下樓梯(允許扶扶手、用拐杖)。
	5	○需稍微協助或口頭指導。
	0	○無法上下樓梯。
中度依賴 ADL65 分以上 重度依賴 ADL35-60 分 極重度依賴 ADL30 分以下		



中文(台灣)版蒙特利爾智能測驗MoCA

身體功能、認知功能、日常生活功能.....留有會談紀錄

機構復能實務

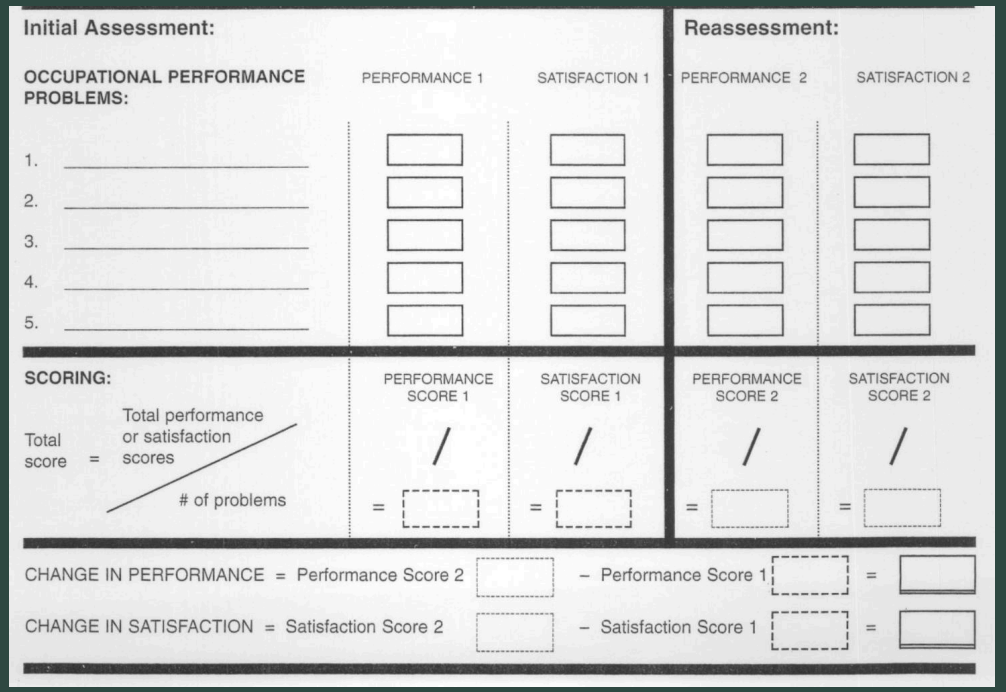
定期評估、會談、討論

訂定個別化目標

跨專業團隊會議

安排治療性團體、課程

安排個別化復能訓練



Initial Assessment:			Reassessment:	
OCCUPATIONAL PERFORMANCE PROBLEMS:	PERFORMANCE 1	SATISFACTION 1	PERFORMANCE 2	SATISFACTION 2
1. _____				
2. _____				
3. _____				
4. _____				
5. _____				
SCORING:	PERFORMANCE SCORE 1	SATISFACTION SCORE 1	PERFORMANCE SCORE 2	SATISFACTION SCORE 2
Total score = Total performance or satisfaction scores / # of problems	/ =	/ =	/ =	/ =

CHANGE IN PERFORMANCE = Performance Score 2 ____ – Performance Score 1 ____ = ____

CHANGE IN SATISFACTION = Satisfaction Score 2 ____ – Satisfaction Score 1 ____ = ____

具體、可量化、定義清楚的環境/協助

機構復能實務

定期評估、會談、討論

訂定個別化目標

跨專業團隊會議

安排治療性團體、課程

安排個別化復能訓練

會議記錄清楚、討論內容具體、可執行



機構復能實務

定期評估、會談、討論

訂定個別化目標

跨專業團隊會議

安排治療性團體、課程

安排個別化復能訓練



提升獨立能力、課程內容
強調日常參與

機構復能實務

定期評估、會談、討論

訂定個別化目標

跨專業團隊會議

安排治療性團體、課程

安排個別化復能訓練



專業人員訂定目標及評估、照顧者執行（訂有督導機制）

長照3.0對復能的影響

積極復能

建構系統性復能模式

醫療照顧服務整合之服務流程

醫療服務 長照服務

個案發病

急性期

急性期醫院

出院準備（含銜接長照服務）

急性後期整合照護計畫
PAC治療

出院準備（含銜接長照服務）

急性後期

復健病房
（試辦）

住宿式機構

中介轉銜全日專區試辦
短期密集復能訓練

恢復期

出院準備（含銜接長照服務）

生活恢復期

返回社區

醫療服務

長照服務
(照顧及專業服務、交通接送、輔具及居家無障礙環境改善、喘息服務)

※復健病房（試辦）：照護天數符合PAC計畫規定，依PAC計畫支付；超過PAC計畫最長上限天數，採折付支付。

長期照顧
LONG TERM CARE SERVICES

長照3.0計畫願景及目標

願景

長照3.0 願景

健康老化　在地安老　安寧善終

以長照2.0理念為基礎

社區基礎　以人為本　連續照顧

八大目標



1 健康促進
2 醫(療)照(顧)整合
3 積極復能
4 提升機構量能
5 強化家庭支持
6 導入智慧照顧
7 落實安寧善終
8 人力專業發展

研議獎勵日照中心(含小規機)提供具成效之復能服務

日照單位提供復能服務背景(1/2)

長期照顧服務法第11條社區式長照服務應包含**預防引發其他失能或加重失能之服務**

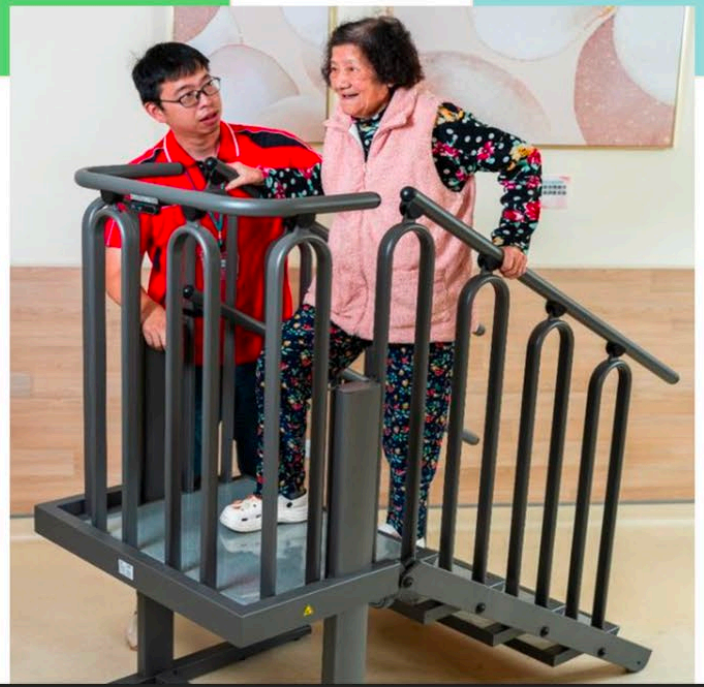
長期照顧服務機構設立標準

日照中心及小規機**應置醫事人員提供預防引發其他失能或加重失能之服務**(得為專任、兼任或特約)

臺灣的日照中心及小規機發展趨勢

兼具**生活照顧及復能服務**功能





研議獎勵日照中心(含小規機)提供具成效之復能服務

日照單位提供復能規劃方向(1/2)

復能品質不一、缺乏系統性之復能服務指引 → **建置復能服務模式(包含復能參考手冊及指引)**

- 規劃委託專業團體，結合護理、社會工作、物理治療、職能治療及語言治療等不同領域專家學者，**建置復能服務模式**，依**行動能力、日常生活自理、促進上肢功能、認知情緒及社會參與**等不同**復能主題/目標**，訂定**復能服務參考手冊及指引**，並結合服務提供單位配合實際操作並提供反饋。
- 未來各日照中心及小規機參考運用復能服務參考手冊及指引，**照顧服務員與專業人力合作或接受指導**，再由照顧服務員**將復能服務融入日常生活照顧**，提升復能服務品質並達到個別化復能目標。

長照復能路上，一起並肩前行！

