

馬術治療

打開身心障礙兒心窗

記者楊惠君／專題報導

●在中華民國國際性馬術協會及中華民國馬術協會積極推動馬術治療下，馬兒默默造福了許多身心障礙兒；有些腦性麻痺兒因為騎馬，剪刀腿變直了，走路更平穩；有些自閉兒對馬兒獻出生平第一個「擁抱」，緊閉的心靈奇蹟式地敞開了一扇小窗。

馬術治療在歐美國家已有近半個世紀的歷史，療效也獲證實；但引進國內後，仍有不少懷疑的眼光。台大物理治療學系主任廖芳華日前完成了國內第一份「治療性騎馬訓練與腦性麻痺之效果報告」，則首度提出馬術治療本土療效的實證。

該研究針對十四名三至十二歲、病情程度相仿的輕、中度腦性麻痺兒，分為實驗組和對照組；對照組病兒僅接受醫院復健課程，實驗組每週則額外進行兩次馬術復健。四個月後，實驗組病兒在行走功能的進步較對照組顯著，在直線、跨越障礙、單腳跳等高難度動作量表中得分，都較對照組高，並具有統計學上意義。

中華民國國際性馬術協會秘書長王挽華指出，德國科學家曾經以馬和人的步態做過分析，發現馬行走是三度空間，並有規律的節奏，與人相仿。而馬行走時會產生顫動，可以傳導給坐在馬背上的傷殘患者，使

患者達到上、下、前、後、左、右的運動，幫助患者鬆弛緊張、抽搐的肌肉，並能有效控制自己的身體及鍛鍊平衡感。

實地復健診所物理治療師高琳蓉說，一般物理治療對降低患者肌肉張力，只能利用擺位、拉筋等單向的動作，無法刺激患者回饋，因此，效果有限；但騎馬十分鐘，就相當被按摩一萬次，是一種本體感覺運動，連平常無法運動到的死角部位，都能律動到，對鬆弛肌肉、降低張力，幫助極大。

六歲的腦性麻痺兒范莉翎，接受馬術治療才兩個月，已有明顯的進步。范媽媽說，她走路時靠在我身上的力量，輕了好多，可見她的腿部力量變大了；而且本來嚴重的「剪刀腿」，現在也好了，可以把手叉開走路了。因此，雖然家住新竹，范家夫妻仍不惜舟車勞頓，每週帶著莉翎來淡水騎馬。

而莉翎也和她的治療馬「傳奇」變成好朋友，每週和「傳奇」相見的日子，成為她最期待的一天。現在，她在物理治療師的帶領下，可以輕鬆地在馬背上平躺、俯臥、向左看、向右望，還

能拿沙包投擲，神氣得不得了。廖華芳說，馬術復健之所以成效顯著，不單是物理治療上的功能，而是病兒能真摯樂於訓練，復健的動機也提高了。喜愛動物是孩子的天性，和馬兒一起運動，當然比在冷冰冰的醫院裡做復健來得有吸引力；而且馬術治療包含了休

騎馬，除了肢體復健功能外，也同時在遊戲中建立情感；透過與馬兒的互動，腦麻痺兒的剪刀腿變直了、自閉兒奇蹟似地敞開心扉……。

►騎馬十分鐘，相當按摩一萬次，對鬆弛肌肉、降低張力，幫助極大。
本報系資料照片

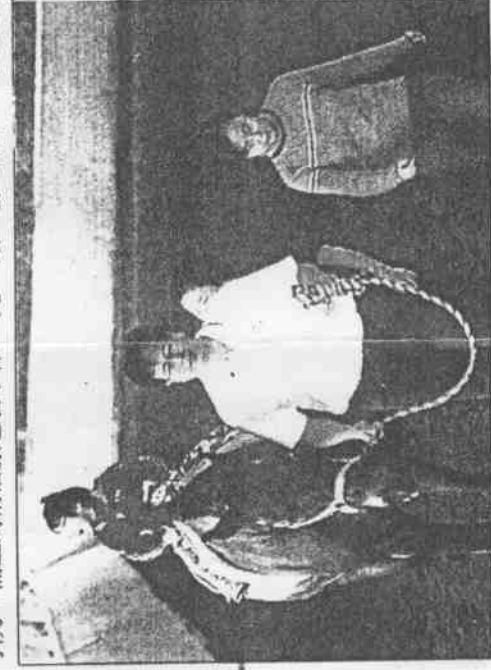
開、遊戲的成分，能激起病兒的鬥志，病患配合度高，當然復健的成效也會跟著提高。除了對腦性麻痺及肢體傷殘者看得見的復健成效，馬兒對情緒障礙兒的治療，也有無形的功效。王挽華說，國外曾有一個紀錄影片，記錄一名七歲的自閉兒與馬兒相處的經過；這名小女孩原本不說話，也不和任何人親近，第一次到馬場，居然主動走過去和馬兒玩；半年後，她開口說了第一句話「我要」；兩年後，她已能用簡單的語言和父母及老師溝通。

傷健策騎協會目前也開始輔導一些情緒障礙兒進行馬術治療，一名總是拒人於千里之外的閉兒，第一次到馬場就悄悄地走到馬兒身邊，輕輕地擁抱馬兒，讓一旁目睹、一刻的父

母，不禁熱淚盈眶。
王挽華表示，自閉症、過動兒等情緒障礙和腦性麻痺兒的馬術治療方式不太一樣，情緒障礙兒的治療比較重視病兒和馬兒情感的建立，從刷背、梳毛開始，藉以建立病兒的責任感。

也曾看見自閉兒打開心房擁抱馬兒。她相信，一個馬場，也許就能改變一個孩子的人生。

林撫鈺雖然力撐馬場，但兩年了，仍苦等不到願意配合的物理治療師，她夢想中的「台灣馬術治療中心」，也不知何時才能成立？這名德國媽媽不禁感嘆，「台灣的復健醫師和物理治療師都太忙了，下了班也沒有力氣再做別的事情。」林撫鈺說，目前大力推動馬術治療的傷健策騎協會，都只有收取使用馬匹的費用，參與的物理治療師都是義務幫忙，但這畢竟不是常態。她希望，有一天台灣能像國外一樣，由企業家來支持、認養，才能讓馬術治療普及化，讓更多身心障礙兒都能在馬背上找到新人生。



做到了別的孩子不能做的事。因此，當她們固定接受馬術治療的桃園新城保馬場經營者，要到花蓮打天下，打算開關東部馬場時；本來在電台教授德語及在歐洲學校任職的林撫鈺，為了保住北部稀有的馬場，毅然辭去工作走進馬場，從一個馬場過客，變成主人。她說，坐在馬背上，可以用不同的角度來看這個世界，人與馬也會有所改變；她親眼見到自己的兒子因此變得開朗，

研討會，才和久別的馬兒重逢；立即喚起她的童年記憶，也把女兒帶入騎馬的世界。自此，「安安」在馬背上，不但體驗了和媽媽相同的童年樂趣，還找回身體的平衡。

林撫鈺說，安安兩歲才被診斷為腦性麻痺；現在九歲大了，多年來，幾乎每天都在艱苦的復健課程中度過，使她個性較為內向。但自從接受馬術治療後，不但復健效果加倍，也讓她自信心大增；因為，她覺得自己

一匹馬 改變孩子一生

德籍「台灣媳婦」林撫鈺盼企業家支持、認養，幫助障礙兒在馬背上找到春天。

●你知道全台灣有多少匹馬嗎？答案是六百三十五匹，只有瑞士的萬分之一；這個數字不僅透露出騎馬運動在台灣冷僻的程度，更道出了馬術治療的窘境。在一馬難尋下，一名德籍的「台灣媳婦」林撫鈺，為了造福更多身心障礙兒，由家屬義舉，義無反顧地賣下馬場經營

安」，一起參加一場馬術治療研討會，才和久別的馬兒重逢；立即喚起她的童年記憶，也把女兒帶入騎馬的世界。自此，「安安」在馬背上，不但體驗了和媽媽相同的童年樂趣，還找回身體的平衡。

→國內時馬風氣不盛，馬匹稀少，推動馬術治療困難重重。 記者陳國編／攝影

馬術治療 配備

溫馴的好馬 專業領馬員 物理治療師

●馬術治療需要一個專業的醫療團隊，團隊的成員包括物理治療師、領馬員，當然還有一匹優秀的治療馬。

中華民國國際性馬術協會秘書長王挽華指出，擔任馬術治療的物理治療師，都必須先接受馬術訓練，國外有專門的團體舉辦馬術治療的相關課程並發給證書。物理治療師在精通職能治療原理及馬事下，才能針對個別的身心障礙兒，設計出各種合適的馬術治療內容，並評估成效。領馬員更是得徹底掌握馬匹，了解馬的本能、感覺和反應，並有能力處理任何不可預期的狀況，並隨時配合物理治療師，帶領馬兒做出配合性的步態和步幅。

至於，馬術治療中的主角當然是馬兒，但擔任治療工作的馬，與競賽型的馬全然不同。王挽華說，競賽馬需要良好的速度和爆發力，但治療馬必須溫馴、善解人意。一般而言，一匹好的治療馬身高最好在一百六十公分左右，如此，病兒騎上馬背後的高度，與物理治療師同高，治療及照顧病兒較為便利；太高的馬，病兒會怕，太矮的馬兒，步幅又太小。而選擇治療馬時，都必須以拉馬尾、拍馬背，以及疼痛測試；馬兒若受到突然的疼痛也「處變不驚」，才能擔任治療大任。而馬兒的年齡最好在十一歲左右，這個年紀的馬兒已經成年，個性較為穩定。此外，治療馬也要沒有壞習慣，走路步態要優雅、端正，也不能有伸舌頭、咬繩子的壞毛病。

