

DEPARTMENT OF NURSING
NCKU

守護

Issue No.05 **ELDERLY CARE**



成大護理系系友會出版

出版日 2024年03月

信箱 nckunursingalumni@gmail.com

發行人 | 賴宜群

總編輯 | 梁旖綺

文字編輯 | 柯妙馨、王羽庭

美術編輯 | 潘琦雯

CONTENTS

01 會長引言

02 師長的話

03 系友邀稿



會長引言

各位敬愛的成大護理系友學長姐大家好：

本期會刊為高齡專刊，有鑑於目前台灣高齡長者人數逐年增加，已邁入高齡社會，根據統計推估台灣將在2025年進入超高齡社會，對於高齡照護這塊領域有許多未來的前景，也是不容小覷的護理趨勢。現今許多醫院先後成立老人科，成大醫院預計於2025年即將成立老人醫院，皆顯示高齡照護的重要性。

高齡長者除了有較高比例的慢性疾病，有許多疾病皆跟長者的功能退化相關，目前在臨床上照護的對象也幾乎為長者居多，對於疾病之外的高齡議題也是需要關注的焦點。

本期內容邀請在失智症領域中深耕多年的專家王靜枝教授及多位目前在高齡領域中的學長姐，有社區居家護理師、照管專員及吞嚥中心護理師，藉由各個不同領域的照護角度與溫馨的故事，深入探討照護過程與心路歷程，本期內容精彩可期。

成大護理系系友會理事長 賴宜群敬上



師長的話

王靜枝老師

【學歷】

美國明尼蘇達大學護研所博士

【專長】

老人暨長期照護、另類補充療法、失智症照護、社區護理長

社區失智照護經歷

我於2011年開設全國第一個「失智症跨領域照護諮詢門診」，積極投入門診失智病人諮詢、衛教等服務，提供失智症家庭量身訂做與優質的服務，也主持成功大學人文社會科學中心輕度認知障礙社區老年人的身心社會機能活動策略之社區實踐。於2018起更參與共同建構台灣第一個失智村「屏東竹田鄉西勢村的樂智園區」，也曾於當地開設失智症家屬支持團體和行動諮詢站。這過程中最讓我感動的是失智症配偶照顧者那充滿矛盾衝突卻又不離不棄的愛。明明在乎彼此，卻要用吵鬧方式相處，這就是老一輩夫妻相處之道。有一次諮詢完畢，爺爺伸出手牽著失智的奶奶緩緩地步出診間，是兒女都在國外的典型「養兒不妨老」悲悽老人雙雙背影，这一幕令人飆眼淚，雖只能這樣過下去但終究愛與相伴成就了他們的日子。



►在諮詢門診與家屬共同討論照顧計畫

失智症相關研究經驗談

過去20多年在高齡與失智症領域的學術研究計畫20多項，論文發表100多篇，然我的理念是：學術的成果若僅限於紙本資料的呈現，則可謂暗淡無光，若能與教育和實務結合，於培育新生代社會關懷理念外，進而推廣造福人群，則是相當值得追求的志業，可為我國甚或全世界於失智症照護與發展上的重要參考資源。因此我的下列研發成果皆是直接可以運用於教學或實務的，主要為：發展「失智病人溝通實務影音光碟」、印證輔助療法於緩解失智症行為與精神症狀和延緩認知退化之效益、發展以家庭為中心的失智症跨領域照護諮詢模式運用於門診、發展針對失智症行為精神症狀的WANT模式以作為訓練機構照顧服務人員之用、建構數項健康問題評估工具供醫療人員使用及發展急性病房失智症照護指引供護理人員使用等。



►帶領大學生於失智據點帶活動

師長的話

王靜枝老師

【學歷】

美國明尼蘇達大學護研所博士

【專長】

老人暨長期照護、另類補充療法、失智症照護、社區護理長

給預計或朝向【高齡照護領域】邁進之 系友們叮嚀 / 建議的話

在此勉勵各位對高齡照護有興趣與熱情的系友，要不斷地探索全球高齡照護新趨勢與社會需求、主動學習高齡新知、熱情參與高齡相關活動，最後期待大家能勇敢展現專業角色與發揮護理於高齡照護的影響力。



(圖源：AI生成)

系友邀稿

江昆原 / 成大學士103級、碩士106級
【現職】成大醫院居家護理師

居家護理師，一直都在

來探望照顧工作畢業的病人家屬許多次，但今天的殯儀館有點冷清，或許是農曆七月的關係吧。

前天假日清晨，病人太太才打我的公務手機，問我她先生過敏要怎麼處理，電話邊病人還用氣切音碎念著說這是小事而已，不用來醫院。

一小時後接到他的急診掛號通知簡訊，還以為他願意來急診打個抗過敏藥，但仔細一看，竟然是出門就醫時，突然癱倒在機車後座OHCA，急救無效，在急診宣了。

抵達殯儀館的時候，剛好入殮儀式將近結束。

「先生，你要不要拜一下」禮儀公司的員工問我，我點點頭，然而平常我是不太喜歡拿香的。」

「一拜、二拜、三拜。」

「男性家屬站左邊，女性家屬站右邊。來，先生，向右轉，家屬鞠躬；向左轉，家屬鞠躬。」

眼前的家屬都沒看過我，因為這兩年我去居家訪視的時候只有兩老在家，同住的女兒常年大夜班，兒子工作需要經常飛來飛去也很少在家，反而是坐在一旁的阿姨（妻子）一看到我走進去就開始哭。

「急診醫生說他死的時候應該沒什麼拖到，很安詳，但是真的太突然了，之前住加護病房那麼多次都挺過來了。」

確實他住院過許多次，我即使沒去他們家訪視，也常在院內幫他辦理住院、陪看門診，有時候等太久還要幫他們買些點心。



「他也是希望我不要都忙著照顧他，所以才想要讓我輕鬆一點吧！」

「兒子這次從新加坡回台灣一週，本來明天又要飛了，是不是他算好，讓兒子有看到爸爸最後一面！」

「就算身體不好，有鼻胃管和氣切不能走太遠，但我都會騎車載他，我們一起去廟裡當志工也是有說有笑的。」

阿姨（妻子）講著講著越哭越慘，搞得我也跟著在靈堂外面哭，而其他家屬可能不知道這個陌生人在哭什麼吧！

「等到心情比較平復之後，阿姨你還是要回去廟裡當志工，以後比較輕鬆不用載你先生，但是他也還是會陪你一起去廟裡，要把他的份一起做給關帝爺喔！」

秉持百無禁忌、無愧我心的理念，才沒在管農曆七月還是殯儀館的禁忌，想法很簡單，就想去陪陪家屬走過情緒低點。一介凡夫俗子無法左右生死，只希望能在幽谷中同行，提供一己之力，讓人感到不孤單。

系友邀稿

趙硯柔 / 成大碩士109級

【現職】嘉義縣衛生局照顧管理專員

穿梭在鄉間小路的那些日子

- 台灣人口高齡化，長期照顧必要性 -

台灣預計將於2025年邁向超高齡社會，也就是每5個人中有1位即是65歲以上長者，然如何促進長者健康、延緩失能、提升生活品質，並減輕照顧者壓力，即是長照2.0的目標。

- 臨床與社區大不同 -

在臨床上我們要解決的是急性病症問題，且多數時候能掌握主導權並控制情境，但當照顧情境轉換到社區時，主人即是長輩本身與其家庭成員，我們必須進到家中，了解長輩習性，如何完成一天的生活，從吃飯上廁所到外出等ADL、IADL評估，並且觀察其住家環境是否安全，減少跌倒機會，以及關心其社會支持、經濟狀況和照顧者壓力等面向，綜合評估後擬定計畫，主動連結社區資源，期望透過服務讓長輩能在地安養、在地安老。

- 社區工作的回饋與成就感 -

能回到自己家鄉服務是一件很可貴的事情，且相較於大都市，鄉下多了許多人情味，但也必須學會掌握鄰里關係，才能將照顧資訊透過人與人之間的連結有效傳遞出去，也要學會大方的站在民眾面前宣導。穿梭在鄉間小路與魚塢訪視長輩的日子，因為解決其困境而看到長輩臉上的一抹笑容，讓我感到滿足，也在從事社區工作中看到人生百態，學習處理長照業務會遇到的相關社會問題，如家暴與自殺防治等。



► 社區宣導

- 如果我想成為長照管理專員 -

以護理師而言，需具備至少兩年以上的工作經驗，有交通工具方便在社區內移動，並能接受在外面訪視，以及適應不同樣態的案家環境。

醫院外的世界其實也很有趣，如果對照專工作內容有興趣，或想了解更多，歡迎透過系友會LINE群組搜尋我的名字與我聯繫。

系友邀稿

陳宥蓁 / 成大碩士111級

【現職】台南市社會局長期照顧管理專員

長照1966伴你左右

三年前我還是一名在內科重症加護病房輪班工作的護理師，離開成大醫院後為自己安排長假到加拿大旅遊，期間因身體不適，使用當地醫療才接觸加拿大保健體制，每個家庭皆有一位社區家庭醫師，特別是遠距看診採視頻或電話模式之普遍性，引發我對社區整合式醫療照護之興趣，轉職踏入長照體制。這份工作有別於醫院臨床護理師，長期照顧問題是每個家庭都會面臨到的問題，由於長照的服務非常多元化，個案與其家庭往往不了解多元化的服務資源中，哪些適切或是如何將資源客製化以更貼近個案本身，進而達到真正減輕家人照顧負擔的目的。而「照顧管理專員」透過家庭訪視完成了個案長照需求評估、照顧計畫擬訂、轉介和連結社衛政的資源，並進行後續品質監督及無需求之結案等工作，即使民眾不符合政府所規定的資格下，亦可協助轉介給相關的機構以提供協助，因此「照顧管理專員」可稱為長照服務輸送的靈魂人物。



照管工作的核心價值

是一種助人的工作

管理的是一系列的「照顧」，而非僅是「個案」而已

例子：83歲的陳爺爺，110年10月因初次腦中風住院，導致半側偏癱，日常生活皆由75歲的王奶奶獨自照料，在為期3個多月不算長的照顧時間中，讓王奶奶身心不堪負荷，不僅讓原本愛乾淨的她家中一團亂，也失去了社交活動，心情也悶悶不樂。幸而經由照管專員到家為陳爺爺評估，安排了居家服務及居家復能、輔具服務和環境無障礙空間規劃；媒合居家和復能單位，照會物理治療師介入指導，於環境中活動的動線安裝扶手，供陳爺爺於室內能安全抓握扶手行走，協助王奶奶洗澡餵食等照顧工作及安排復能指導後，除了讓陳爺爺能在協助下逐漸使用拐杖走路外，也因為同時提供了喘息服務，減輕王奶奶的照顧負擔，使原本瀕臨崩潰的生活能重新步入軌道，以及開始安排自己活動的規劃。身為照專非常感動和開心，雖然陳爺爺的身體不可能恢復到原本的樣子，但是樂於見到一整個家庭慢慢回歸正常，長期照顧的夥伴們像是在陪伴既熟悉又陌生的家人，每一年的複評過程王奶奶都很感謝長照服務團隊，我也很喜歡王奶奶的笑容。雙老家庭也是近年最常見的型態之一了。

系友邀稿

陳宥蓁 / 成大碩士111級

【現職】台南市社會局長期照顧管理專員

長照1966伴你左右

不論外面刮風下雨、酷熱寒流都必須外出訪視的一份工作和使命，尤其夏天，有時候個案家連電風扇都捨不得開，每每訪完案家都汗流浹背，身上汗如雨下，又擔心回到辦公室身上有汗臭味.....，當然也有貼心溫暖的家屬會準備一杯冰涼咖啡和提前放冷氣等你來家裡，如果你是喜歡與人相處、喜歡獨立作業、具有果斷的能力、善溝通和最重要的是熱心助人，台語也溜的話，是一份值得挑戰和嘗試的工作。



系友邀稿

柯妙馨 / 成大學士105級、碩士109級
【現職】成大醫院咀嚼吞嚥中心護理師

咀嚼吞嚥中心創立之心路歷程



隨著超高齡化社會的來臨，「咀嚼吞嚥」的問題越來越受重視，台南市衛生局近幾年也積極於社區推廣吞嚥篩檢，而成大醫院即為篩檢異常之轉介單位之一。

成大醫院咀嚼吞嚥小組剛開始隸屬於老人醫院籌設營運處高齡教育組之下，剛開始仍是一個草創的小組，由跨單位跨職類所組成，有醫師、護理師、語言治療師、營養師、職能治療師、藥師等職類成員，並定時召開跨團隊會議進行案例討論。而我的任務即為擔任跨職類溝通之橋梁，並針對有吞嚥困難之個案進行收案，然而一開始尚未有專門的吞嚥門診，因此各科醫師發現有吞嚥困難個案，便需要立即至各診間去評估個案，進行吞嚥

篩檢評估及衛教的工作，並適時協助轉介至各科（如營養門診、牙科、復健科等），再進行後續追蹤管理。因此尚未成立專門的吞嚥門診前的這段過渡時期，常需在辦公室on call等電話，而一有個案就需要放下手邊工作，立即至診間找個案。此外，由於沒有空的診間，常常需要在路邊（診間外的走廊或等候區）完成以上所有事情。



後來終於成立了「咀嚼吞嚥整合特別門診」，然而有別於以往的門診，此吞嚥門診是由跨科部的醫師輪流看診，且診間裡也有語言治療師偕同吞嚥內視鏡檢查及判讀結果，並提供安全食物質地之建議；而我的角色則包含吞嚥篩檢評估、提供衛教、彙整各專科的建議，並持續追蹤個案返家後執行口腔機能復健、營養狀況及牙齒修復及口腔保健等情形。原以為有專屬的吞嚥門診和專屬的診間，可以相對輕鬆，不用各科診間來回奔波，殊不知新診間的創立，且又有別以往、無前例的跨科整合門診，又是另一段艱辛的故事……。以前各科醫師習以為常開立的醫令碼，許多由於受限於健保規範，發現跨科部醫師欲開立部分醫囑是無法開立的，因此猶記得有一段時間，來來回回多次與院內相關單位聯繫，才比較清楚相關的健保規範。此外，跨科整合的門診模式幾乎無前例，相關單位協助新創這個門診時，也遇到許多過去未曾遇過的問題：例如門診部須配合該次看診的醫師，安排該科部的跟診護理人員；資訊室需協助門診掛號平台的建置，並串接吞嚥內視鏡影像上傳至院內系統等等。因此猶記得曾有一段時間，電話常響不停，需花時間與不同部門同仁聯繫溝通，而往往提出我們需求後，各處室往往很苦惱表示過去未曾處理過這樣的問題，需要再評估思考等。

系友邀稿

柯妙馨 / 成大學士105級、碩士109級
【現職】成大醫院咀嚼吞嚥中心護理師

咀嚼吞嚥中心創立之心路歷程

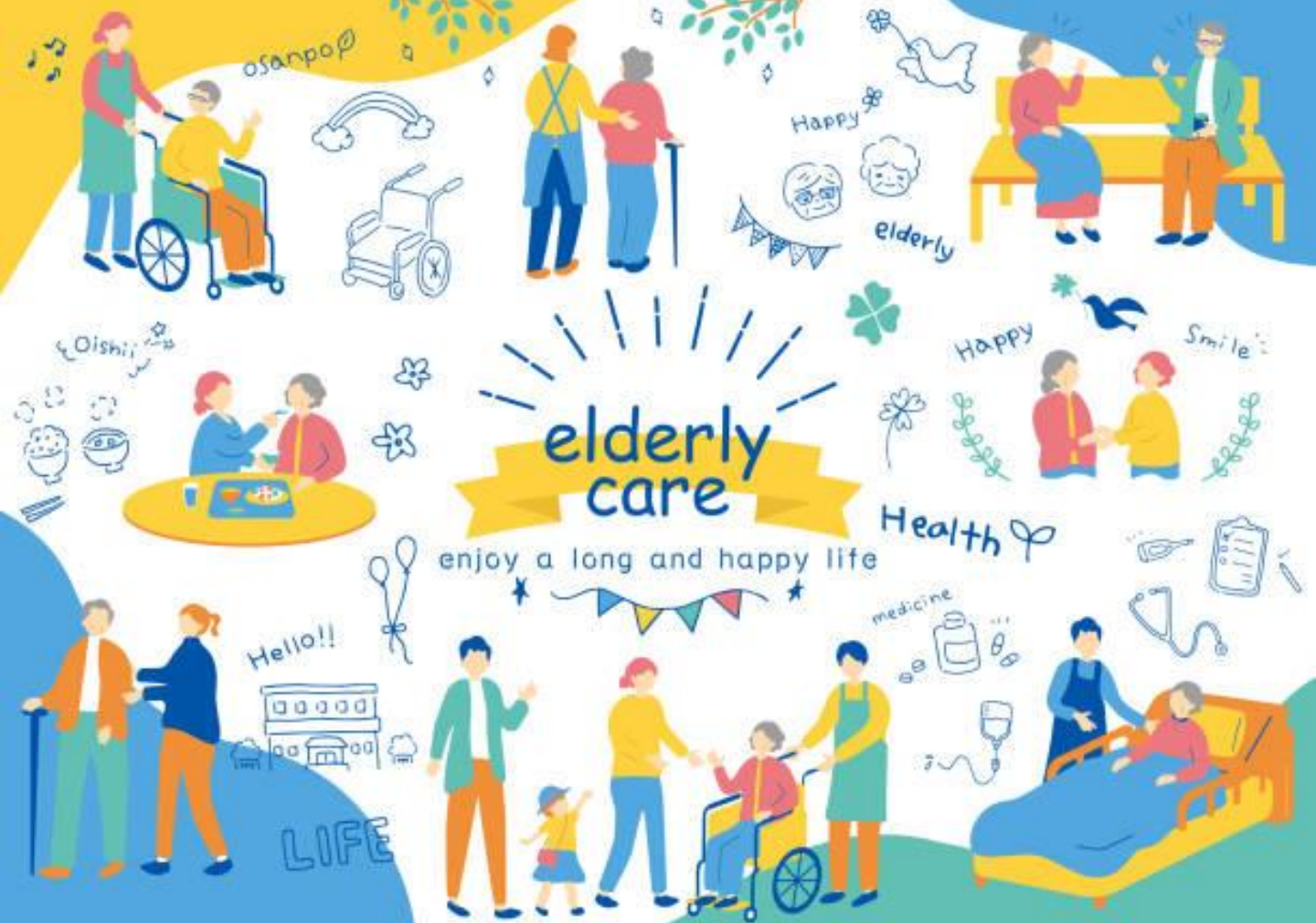
很感謝這份工作，讓我不斷學習與不同部門、不同領域的人溝通討論，而溝通過程中，意見不同時也才恍然大悟，有時候無所謂誰對誰錯，往往是立場不同、觀點不同罷了。有了這樣的體悟，也較能試著站在對方立場思考問題，並取得雙方共識、互相協調。此外，以前常常聽到「整合醫療」，藉由這段工作經驗，讓我了解整合醫療之意義，但也深深體會需打破傳統，例如現行健保的限制、跨科部領域整合面臨之挑戰，並需打破醫院各處室原始規範等等。最後，也要感謝成大護理系教會我的「批判性思考能力」，遇到許多沒遇過事情時，給自己多點時間來分析思考，並整合團隊其他跨職類專業人員想法，使我得以面對此工作的挑戰。

本咀嚼吞嚥團隊也終於在2023年年底正式升級成為咀嚼吞嚥中心，而中心後的故事，又是一連串的挑战，未完待續.....

To BE CONTINUED...



(圖源：AI生成)



致謝

感謝各位系友及師長捐款贊助。
未來我們需要您的持續肯定及鼓勵，歡迎您的捐款贊助 ♥

現金捐款

填妥「指定用途捐助聲明」，連同現金一併繳交。

信用卡捐款

依照捐款者信用卡上資訊，填妥信用卡捐款單後繳交。

每筆信用卡捐款另需扣除1.75%信用卡收續費。

銀行匯款或ATM轉帳捐款

匯款或轉帳至下列銀行帳戶，並填妥「指定用途捐助聲明」，連同匯款證明郵寄或傳真。

合作金庫 成大分行 (代號：006)

戶名：財團法人成杏醫學文教基金會

帳號：1014717100284



成大護理系友會
會刊徵人活動 第六期

W E N E E D Y O U

斜槓專刊

在此誠徵 正在醫院外從事臨床工作外的您
歡迎您分享 您的工作或踏出舒適圈的故事

請透過臉書粉專與我們聯絡



國立成功大學護理學系系友會
NCKU NURSING ALUMNI ASSOCIATION

近日，護理環境動盪不安，留在醫院的護理人開始出走。
你想離職了嗎？但你不知道除了在醫院輪班外，還能做什麼嗎？
還是你已經離職了？是否願意分享離開醫院後，你的新工作新挑戰呢？

任何問題歡迎寄信至 nckunurart@gmail.com
成大護理系友會 美宣組會刊編輯群 敬邀