

【金山快訊】放下的幸福

猶記兩年多前堅叔剛來金山時，他畫了兩個圖，一個圖是一個人戴了一個很大的帽子，另一個是一個人戴一個正常的帽子，帽子上寫上 PT 兩字（PT, Physical therapy, 也就是物理治療），兩圖一比較，就是小人戴大帽子和大人戴小帽子的差別，院長問：「你們要當哪一種人？」，在當時我們每個人都啞口無言，面面相覷，不知堅叔要說的是什麼？堅叔也看出了我們的疑問，知道我們尚未體悟這圖中的真意，便向我們解釋了一番；原來這是一個人頂著一個「專業」的大帽子，而看不到「人」在哪裡，另一張圖則是突顯人的存在，專業是一個輔助的帽子；這樣一說完，我們懂了，知道堅叔要表達的是「人本醫療」的概念，每個人異口同聲的說當然要大人搭小帽子呀，但是當時才剛剛是腳尖踏入社區的我們，並不真全部了解這其中的意涵，經過了這些年社區的打滾，才慢慢得咀嚼出堅叔當時講這圖的用心。

一開始踏入社區活動，醫院採取的政策是「灑豆成兵」策略，每個人都是到家中與社區個案聊天，這對於一個一直都在醫院內展現「專業」的人而言，實在太不可思議了。我們都用工作上的 CP 值來看每個人一小時的產值是多少，但是，花一個小時到民眾家中和他聊天，到底意義在哪裡？

漸漸地，我才慢慢瞭解到，聊天，不在於表面的談天說地，而是發現民眾真正的需求，「民眾真的需要什麼」，才是我們深入社區的重點。常常病患來醫院看病，看診時間頂多十分鐘、十五分鐘的時間，或者來院尋求物理治療師協助的治療時間也大約一個多小時，在治療當中，物理治療師很幸運的，擁有比其他醫療專業多的時間去了解病患，但是，病患在醫院中的表現，往往和在家中有很大的不同；醫院內的治療室是標準環境，在這裡有很安全的設備，病人可以放心大步走，但是回到家中，因為家中環境的關係，常常是舉步維艱，若不是親自到病人家中，我們怎能得知這楚河漢界的極大差異？

所以這些年金山分院的物理治療師針對中風與洗腎等跌倒高危險群病患，深入他們家中，檢視居家的環境，找出可能會導致跌倒的危險地方，包括客廳、房間、樓梯甚至是浴室等，我們都不放過，深怕遺漏任何一個蛛絲馬跡，會導致病患在居家跌倒的可能，每一盞電燈、每一個鋪在地上的地墊，或者每一張病人可能會坐的椅子、會扶的傢俱，我們都會開開看、

搖搖看、踩踩看，確保每一個物件的安全，我們才安心；如果發現危險點，會協助案家進行改造，或者給予提醒建議，並且約定再次訪視的時間，讓我們知道並確認這樣的環境對病患是安全的；此外，個案在居家的生活功能也是我們很重視的一點，如何轉移位，如何吃飯洗澡如廁…等，從民眾的觀點去看在家中的生活，我們找到民眾在家中的需求，藉由在訪談與檢視環境的過程中，甚至陪病患和家屬一起做一次，我們才知道日復一日照顧上的辛苦，也如人飲水一般，將自己放在跟個案一樣的位置，才真正找到他們的困難與需要；記得有一次，一位阿嬤每次都和外勞將癱瘓的阿公抬到輪椅上，搞得自己腰痛萬分，在我們訪視過家中環境後，改變了床的擺放位置，並教導外勞和阿嬤如何借力使力轉移位，並予以適當的移位輔具，阿嬤的腰痛改善了，阿公也不會因為擔心麻煩別人而不願意下床活動，看著阿公阿嬤兩人依偎在一起的微笑，剛剛留下的汗水也變甜了！如果我們發現的問題是物理治療師無法解決的，我們也會聯繫其他的專業或協助個案尋求社會資源，幫助這些有需要的民眾，給予他們最適切的照護。

前些日子，堅叔問我，金山分院的物理治療師在居家照護上和別人有什麼不一樣？我想了想，物理治療師在居家和社區的角色除了是物理治療師外，我們比別人更雞婆，我們為病患和家屬想更多，我們願意傾聽，願意多聽一點個案和家屬心裡的聲音，我們不僅是物理治療師，更是朋友。在社區和居家裡，我們不再扣上專業的大帽子，我們要聽到並找到居民真正的需求，放下專業的傲慢，放下了白色制服的束縛，放下了這些，我們是社區居民的好朋友，協助大家找到幸福的微笑！



物理治療師教導病患居家運動



物理治療師教導看護居家運動



評估病患狀況



物理治療師教導看護照護技巧



金山分院物理治療團隊

金山分院物理治療師 陳燕慧