

【雲林快訊】健康提昇的推手～用心關懷的社區醫學服務團隊

近年來臺灣老人人口急遽增加，多數的老人常患有慢性病及身體功能上的障礙，因而影響其日常活動的能力。長期照護機構大多著重於住民身體的照顧及日常生活活動的協助，鮮少著重於心靈及社會需求的滿足，也常欠缺社交及活動的安排，以致於住民身心功能逐漸退化。臺大醫院雲林分院因此設計執行「健康老寶貝專案服務計畫－拒絕退化的人生」，定期於月初在雲林縣老人保護福利協會進行活動，規劃提供失智症懷舊療法的改善方案。懷舊療法又稱為緬懷療法，其定義為藉由回想過去對自己具特別意義事件的心智過程。意即老人藉由有組織地回想、討論及分享過去發生的生活經驗，在回憶中將以往的事件及經驗重新組織。回憶過去的歲月及成就可提昇老人的自尊心、自信心、個人的尊嚴及減輕憂鬱情緒，亦可增進老人與他人的溝通並肯定人生的意義。以小組團體的方式進行，選擇老人有興趣的主題，並運用「引導物」，如相片、老歌、圖案、電影、紀念品等，常運用話題包括婚嫁習俗、兒時回憶、打仗經歷等，適時鼓勵及引導回憶來談論話題。

設計適當的治療性活動，可促進老人的身體功能及心理健康，亦能大大提昇老年的生活品質，並讓偏鄉長者感受實質的真心關懷與服務。在進行社區醫學教案活動時，同時間也帶領本院第一年住院醫師參與社區醫學教育訓練，對於學生的學習，亦強調從實際接觸社區個案的過程中獲取實務經驗及技能，以相互印證，相輔相成。而在醫學領域上，更特別強調以團隊合作的學習模式，將醫學生納入醫療團隊中，實際參與照顧病人之工作，來提昇其獨立解決醫學問題之能力。

我們的教案內容包括職能治療師與藥師的長年經驗與執行能力，以活化住院醫師對社區醫學的認識。而參與的團隊固定時間至日間照顧中心為受託老人進行健康衛教；同時每月定期發行的健康通訊，也提供健康保健相關訊息，透過這樣的方式，幫助照護社區訪視的老寶貝們，獲得健康訊息的知識和服務。

本服務專案的成功需透過各單位齊心協力合作，建構「以人為中心」的服務，實現「雲嘉地區 健康守護」的使命，因為我們不只教導社區民眾的健康，更進一步附加提昇新醫學教育的實際體驗，讓教育的本質更深入更完善，希望得到的就是「教」與「學」的相互成長，進而讓社區民眾更健康。

健康老寶貝專案服務計畫中，「健康動一動」的課程活動：



合作單位的感謝:



雲林分院社區及家庭醫學部 徐瑞均／侯心雅

NTUHF