

【雲林快訊】臺大醫院雲林分院雲健康社區中心 跑遍雲林 20 鄉鎮 創造醫療無限可能

為了提升民眾健康識能進而達到健康促進的目標，臺大醫院雲林分院於 2021 年 12 月 1 日成立「雲健康社區中心」。雲健康社區中心帶著醫療專業人員，走進偏鄉深入社區，依據社區長者的需求，安排多元健康講座。成立至今跑遍雲林全部 20 個鄉鎮，辦理 176 場次健康講座，讓上萬名雲林鄉親可以在自己熟悉的環境接受輕鬆、活潑的健康教育。

馬惠明院長表示，臺大醫院雲林分院的使命是中台灣的健康守護，成為民眾最信賴的大學醫院，並成為醫學中心。臺大醫院雲林分院全院總動員，醫師、藥師、營養師、護理師及物理治療師等，與雲健康社區中心一起走進社區，希望能提升民眾健康識能，進而促進雲林鄉親的健康，造福民眾，體現臺大醫院雲林分院健康守護的社會責任。

社區及家庭醫學部洪壽宏主任表示，雲健康社區中心於 2022 年 1 月 13 日開始走入社區為民眾上課。在雲健康社區中心盧素真前執行長的帶領下，團隊不畏艱辛扛著電腦設備及禮物等到各地設立講座，為民眾的健康打拼。雲林縣幅員寬廣、大眾交通不便，但雲健康社區中心無懼路途遙遠，最遠來到距離臺大醫院雲林分院 51 公里外的口湖鄉下崙村老人福利協進會。看著台下鄉親認真上課的神情，團隊深感任重道遠。民眾的健康教育不能等，雲健康社區中心的團隊從斗六院區出發，一步一腳印，走遍雲林的每一個鄉鎮，2023 年 9 月 1 日，來到台西社區發展協會，完成 20 鄉鎮走透透的里程碑。

雲健康社區中心的講座有口皆碑，民眾滿意度高達 95%，參加過的鄉親都希望本院可以再增加更多場次。為了滿足社區民眾希望可以增加社區講座的需求，雲健康社區中心運用 AI 科技，實現多點同步連線。例如 2024 年 1 月 22 日，洪健清副院長於鎮東社區主講「我需要打肺炎疫苗嗎？」，同步連線 8 鄉鎮，達成 240 人同時上課的創舉，並運用 YOUTUBE 同步直播，讓更多民眾受惠。

雲健康社區中心運用 AI 科技，透過「視網膜病變 AI 輔助診斷裝置」，直接在社區針對糖尿病進行二分類分期的輔助判定。內科部林亮宇主任也透過社區篩檢找出心臟病的潛在患者，推行早期預防概念，預防後續疾病的發生，促進雲林鄉親健康管理意識。

社區及家庭醫學部施銘峰醫師指出，雲林銀髮族的肌力相較於臺灣其他縣市較為衰弱，而肌力退化對於長者的日常生活功能有巨大的影響，因此雲健康社區中心用心規畫「肌動班」，讓長輩的肌肉動起來，預防肌少症。雲健康社區中心陸續於林內九芎及古坑棋盤社區開辦肌動班。施銘峰醫師感動的說，一位 76 歲的林姓阿嬤，有輕微失智症狀，行動緩慢容易跌倒，走路需要依賴助行器。雖然家人都擔心她運動過程會跌倒，但是林姓阿嬤堅持不放棄，每堂課都精神抖擻地坐在最前排，賣力地運動。皇天不負苦心人，課程結束後，林姓阿嬤的認知功能、肌肉力量、生活功能、營養狀態、牙口功能、心理社會等各層面都有進步，最終取得班上第一名的結業成績。林姓阿嬤感激的說，非常感謝臺大醫院雲林分院雲健康社區中心的團隊，讓她不僅可以做運動還能顧健康。

雲健康社區中心盧素真前執行長表示，雖然已經退休，把鄉親健康識能的重擔交棒給黃美雲執行長，但她相信，跑遍雲林全部的鄉鎮，對雲健康社區中心只是個開始。雲健康社區中心黃美雲執行長表示，今後會持續帶著臺大醫院雲林分院的醫療專業人員持續深耕社區，努力提升鄉親的健康識能，進而達成健康促進。2024 年 3 月 19 日將再度到林內九芎社區鎮安宮辦理為期 12 週的肌動班，團隊設計豐富運動課程，包含有氧運動、阻力與平衡運動，運用彈力帶、水啞鈴及繩梯等工具來教導民眾做運動，歡迎社區民眾多多參與，共同創造健康、樂活的生活目標。

馬惠明院長表示，臺大醫院雲林分院 20 年來為實踐「成為嘉南平原醫療燈塔，守護中台灣民眾健康」努力不懈，永續經營成為醫學中心，照顧雲林鄉親的健康我們責無旁貸，以持續協助連結在地專業醫療團隊與優質產業的力量，共同促進長輩的健康福祉，於 2021 年底成立雲健康社區中心，從 2022 年 1 月走入社區，更在 2023 年 9 月 1 日走到台西鄉，在中心成立 2 週年之際，完成雲林 20 鄉

鎮市走透透的里程碑，展現臺大人不屈的韌性和創新的思維。雲林縣各社區長青食堂或發展協會、老人會、農會家政班等機關團體，如果有健康識能的需求，歡迎與我們聯繫，我們很樂意繼續把健康知識傳入社區，為長輩們的健康促進一起努力，為雲林的醫療創造無限可能。



雲林分院秘書室

網頁分享：  

NTUHF