

守護璞玉

愛鄉里

——玉里慈院 健康促進十三載

文／陳世淵

玉里慈院十三周年院慶，以健康促進為主題，邀請社區鄉親們共襄盛舉。攝影／陳世淵

坐落於花東縱谷中段的玉里慈濟醫院，從一九九九年啟業至今已屆滿十三周年。

在醫療志業、同仁、社區鄉親以及全球慈濟人的護持下，服務人數已超過一百四十萬人次。

三月十四日當天的院慶大會，大廳裡的醫護人員和社區民眾們，如同家人般地唱著生日歌、吃蛋糕，不分彼此地共享喜悅。來自玉里和三民社區的阿公、阿嬤們，特地帶來了「幸福美滿呼啦啦」的健康操表演，展現多年來推廣健康促進的成果，溫馨、歡樂的為玉里慈院十三周年的慶祝活動拉開序幕。

高齡友善推動健康 居民身心皆寬慰

現年八十五歲的黃寶玉阿嬤幾天前才因意外而左手骨折，仍在看護的陪同下盛裝前來為醫院慶生。寶玉阿嬤開心地和大家分享說，有一家玉里慈濟醫院為大家服務，真的是大家的福氣；日前自己因為嚴重的心臟疾病就醫，幸好有張玉麟院長貴人相助，才有機會站在這裡和大家分享。阿嬤也說自己本來住在瑞穗，因為愛上銀髮福氣站的活動，才搬到玉里和女兒同住。福氣站的課程有動態的健康操、也有靜態的靜思語和手

語，不但能活到老學到老，還可以認識許多同學，生活有了重心、人也變得開朗，現在每到星期一就會開始期待星期二的到來。

張玉麟院長說：「玉里慈濟醫院是一家社區型的醫院，所以不僅要肩負著守護生命的重任，還要積極推動健康促進。因為大家的努力，玉里慈院在去年度順利成為了 WHO 健康促進醫院的國際網絡會員，也是全臺唯一獲得『高齡友善健康照護機構』認證的地區醫院。藉著院慶活動舉辦無菸醫院和健康減重連署宣示，讓醫療人文能夠和健康促進結合，成為名符其實的無圍牆醫院。」玉里慈院針對社區特性調整健康照顧的模式，獲得花蓮縣老人日托服務第一名和健康促進醫院國際研討會論文發表等獎項的鼓勵，張玉麟院長也因此獲選臺灣百大芳草人物、臺灣醫療典範獎。

擔任總務股組員的莊永欽就體會深刻。他說：「年輕時由於工作因素常需

耗費體力，為了提神而染上了抽菸的習氣；到醫院工作之後曾經多次戒菸，卻都持續不了多久，也漸漸失去了信心。直到去年醫院開始推廣員工戒菸，加上參與水懺演繹的因緣，想起了證嚴上人曾說過『別輸給一根三吋的香菸』，念頭一轉，就讓長達二十四年的菸齡劃下了句點，而且也不會再有想抽菸的欲望，自己都覺得很神奇。」

耐心毅力加創意 打造健康生活圈

回顧多年來，為了讓在地民眾更健康，玉里慈院不只提供醫療，參與義診、往診，十三周年院慶期間，玉里慈院和花蓮縣南區各衛生所合作，自三月份起規劃了一系列的社區衛教講座，至四月底止共舉辦八個場次。同仁深入社區以及部落宣導，「到府衛教」就是要讓無菸生活、規律運動及健康飲食能「入心」，成為家家戶戶、男女老幼的日常觀念。



因為深耕地方多年，深知現今醫療與衛教資訊普及，但衛生教育講座的活動結束後，民眾回到家中往往又恢

玉里慈院歡慶十三周年生日，張玉麟院長（左）和管理室唐昌澤主任（右）以及社區代表黃寶玉阿嬤共同切下蛋糕祝福。攝影／陳世淵

復了原有的生活習慣。因此推動健康是知易行難，也需要耐心、毅力和創意。

張玉麟院長說：「推廣健康促進，最重要的是讓鄉親養成健康生活的習慣；要推廣活動很容易，但要持續下去就很難了。因為去年推動規律運動的經驗讓我們發現，若是用對方法，要大家維持健康的習慣並不難。」



張院長（右）頒獎表揚資深員工，肯定詹淑惠護理師十年來為守護鄉親健康的付出。攝影 / 陳世淵



除了飲食、運動，無菸和戒檳都是醫院的理念，社區媽媽們開心秀出自己的無菸標誌。攝影 / 陳世淵

所以十三周年院慶期間，為了讓衛教能做得更細膩、更有效果，負責衛教的同仁們也針對課程內容重新設計。除了靜態的解說外，還加入健康操的帶動與知識問答，讓大家在輕鬆愉快的氣氛中體會健康促進的重要性。課程結束後，講師還會準備「幸福美滿呼啦啦」的原版 DVD 致贈社區，讓居民在上課之後可以有運動的範本，並訓練社區種子教師，帶領大家持續保持運動熱情！接著，五月份再舉辦健康操交流賽，邀請社區鄉親自行組隊參加，透過比賽檢視社區運動的成績。社區居民為了贏得好成績，往往全力以赴，不知不覺就讓社區不分老幼一齊動起來，讓健康促進在社區內形成風氣並繼續延續。

啟發希望的種子 照顧健康疼惜大地

除了要居民活到老動到老，從小培養健康觀念更重要。三月三十日下午兩點，玉里鎮源城國小中高年級的同學們在校長林栢杉的帶領下來到玉里慈院參訪；管理室唐昌澤主任帶著大家逐層參觀，並仔細說明醫院內各單位負責的工作；同學們對三樓的產房最感興趣，不斷好奇地發問，最後參加衛教課程。

張玉麟院長首先發問：「請問大家將來想做什麼職業呢？有沒有人想當醫師的？其實，醫生和護士們每天都和時間在賽跑來搶救生命，而各位同學現在也能夠當醫生喔！因為我們的地球生病了，而你們就是大地的醫生。」



張玉麟院長（左二）與戒菸成功同仁莊永欽（左三）一起宣誓，用行動落實無菸醫院的決心。攝影 / 陳世淵



源城國小參訪玉里慈院，牙科蔡瑞峰醫師（左）有獎徵答，同學個個搶答踴躍、認真發問。攝影 / 謝文彬



鐵棚也能搖身一變成為上課教室，李森佳醫師到水尾社區做衛教，以自身長期茹素的經驗與鄉親分享蔬食的好處，不僅減碳環保，更可帶來健康。攝影 / 陳世淵



講座結束，同學們紛紛上臺擁抱張玉麟院長。攝影 / 謝文彬



玉里慈院管理室陳世淵（右）將「幸福美滿呼啦啦」DVD 與社區講師結緣，推廣規律運動。攝影 / 余玉琴

藉著互動的機會，張院長鼓勵大家要把環保分類落實在生活中，受到院長的啟發後，同學們紛紛表示要鼓勵家人和朋友，一起來當地球的醫生。

接著，小兒科鄭振球醫師以腸病毒為題，說明為何洗手可以避免感染病毒；接著再由牙科蔡瑞峰醫師接棒，風趣幽默的演說博得了同學們如雷的掌聲。尤其當進行有獎徵答時，同學們的反應更是熱烈，不知不覺中，健康的知識已經深植在小朋友心中。

院慶社區打掃 付出即是感恩

三月三十一日，玉里慈院全體同仁決定把感恩心化為行動，打掃感恩戶的居家環境感恩十三年來鄉親和全球慈濟人的「相挺」。

二〇〇七年，張玉麟院長在居家訪視中發現金先生，他因為精神及肢體障

礙而無法謀生，加上和鄰居互動不佳，所以獨居在髒亂、簡陋的屋舍內，平日僅有負責案區的慈濟志工楊招治和玉里慈院的同仁前來訪視關心，是慈濟基金會長期濟助的對象。

雖然金先生生活無法自理，卻很喜歡養小動物，除了豢養多隻流浪狗外，屋裡更住滿了鴿子，自己則在屋外餐風露宿。由於動物排泄物遍布住家內外，加上鴿糞中含有新型隱球菌，可能引起腦膜炎、肺病、皮膚病及敗血症，對個人、社區健康都是相當大的威脅。張院長在訪視後相當憂心，曾多次表示希望到家中清潔打掃，但金先生卻不願意。

三月，楊師姊訪視發現金先生身體虛弱地癱軟在床，一問之下才發現他已多天沒有進食，於是立即送到玉里慈院治療。正巧金先生的主治醫師就是張玉麟院長，金先生終於同意打掃屋舍。



同仁們細心地將金先生的衣物一一分類，一件一件地摺好歸位。攝影／林可人



鳥窩處清潔乾淨後，再將雛鳥妥善安置，呵護每一個生命。攝影／林可人

三十一日適逢週末，醫護同仁與志工共二十九人來到金先生家中，連剛下大夜班的林佳瑩護理師也特地趕來參加。屋內有老鼠，屋外滿是積水容器和蚊子，碗盤內都是發霉的飯菜，最讓大家訝異的是，鴿子竟將屋簷當成了窩，甚至還生下了鴿寶寶。為了保護這些家庭的新成員，大家先將雛鳥妥善安置後，再將原本的鳥窩處清潔乾淨。最後連里長巫昇錫都說：「大家都不敢和他打交道，就只有慈濟人才有這樣的愛心，不僅平常關心起居和經濟上的協助，還會主動來打掃。」

雖然玉里慈院員工數未滿百位、人力有限，但在醫院的用心努力下，透過各種方式提升品質，一步一步讓健康促進在社區及部落內生根、茁壯，落實守護健康的初衷。就像璞石閣這個玉里的舊地名一樣，十三年來慈濟醫院樸實而真誠的關心，就像溫潤的璞玉一樣讓民眾深深感動，在溫馨的院慶之後，這個結合社區資源、深入家戶鄰里的好鄰居，一樣繼續朝向打造玉里健康小鎮的目標邁進。🌱



醫院社區一家親，醫院同仁協助打掃，里長巫昇錫（左二）和轄區員警也一同加入助人的行列。攝影／林可人