

甜蜜一生

——糖尿關懷四合一——

整理 / 程玟娟

世界衛生組織(WHO)指出，世上每年有三百二十萬人死於糖尿病，而根據WHO預估，至二〇二五年，全球「糖尿病患」將比目前增加一倍以上，由原來的一億四千萬人增加為三億人。

二〇〇三年六月衛生署公布去年國人十大死因中，糖尿病已躍升為第四位，而且十大死因中又以糖尿病死亡增幅最大，用去年糖尿病死亡統計數字來換算，意即每五十二分又三十秒，就有一人死於糖尿病。

如何有效遏止並減少這日漸增多的趨勢？這一直是醫界的一個大課題。花蓮慈濟醫學中心在糖尿病預防、治療及教育推廣方面，也不遺餘力。二〇〇三年七月開始，許文林副院長在「醫療團隊，志工作伴」理念下，開始為糖尿病患籌組「甜蜜家庭——糖尿病關懷小組」，期望藉由團隊的力量來守護糖尿病友。糖尿病關懷小組除了醫師對病患的診療、護理師及營養師的衛教指導之外，也加入社工師及志工，希望能為病患的心靈及社會層面，提供更進一步的服務，協助他們控制好病情，療癒心靈。



幸福來自於哪裡？來自於有健康的
身體；幸福來自於哪裡？來自於有病痛
時，有「醫療團隊，志工作伴」的呵
護。

身歷其境，感受甜蜜滋味

「以前哪裡知道糖尿病的併發症會這
麼嚴重？」糖尿病志工張秀蘭本身是糖
尿病患者。她的先生也因糖尿而截去了
雙下肢(膝蓋以下)。秀蘭的先生是中校
退休，但退休前便已罹患糖尿病，因不
知疾病的嚴重性，依然我行我
素，藥因此也就越吃越多，當
醫師要求打胰島素時，他依然
執迷不悟。

一九九四年秀蘭的先生回
大陸探親，因為一粒小砂子
跑進鞋裡，而引發一個小小的
傷口，他原本也不以為意，誰
知這麼一丁點的「破洞」，對
他這一個糖尿病患者而言，卻
是「代誌大條」，傷口不僅無
法癒合，最後還導致雙腳膝蓋
以下截肢。這種打擊讓他開始
封閉自己，看到人都會疑神疑
鬼，秀蘭表示，「他雖然外表
沈著，心裡卻受不了這個打
擊。」

一直到二〇〇四年，加入
慈院糖尿病中心的志工後，
張秀蘭才確切明白糖尿病併發
症的可怕。也因為加入志工行

糖尿病引起之慢性併發症有哪些？

眼睛、腎臟、心臟血管、足部。

列，有機會看到醫護團隊及志工們合力
膚慰病患的用心，這股關懷與愛，她也
把它轉移到先生身上，而先生在她的潛
移默化中，慢慢打開截肢心結，生命之
窗的風景，從此亮麗了起來。「心門不
開，吃再多藥也治不好。」現在秀蘭在
醫院裡如果遇到糖尿病患者，因必須截



裴駿醫師在病房關懷時，細心的檢查患者腳趾上的傷口。

糖尿病如何預防腎臟病變？

控制血糖、高血壓、預防尿路感染。

肢而猶豫、害怕時，她就會帶著樂觀開朗，日子依然過得輕安自在的先生前來慈院，親自現身說法給這些患者們聽，用一個過來人身分，讓他們了解，截肢並不可怕，而且還是可以快快樂樂過每一天。

同樣的，在二〇〇四年四月加入糖尿病關懷小組的志工林稚悅本身也是糖尿病患者，她的先生於一九八九年夏天中風後行動不便，並於二〇〇二年秋天因發燒掛急診時，得知罹患糖尿病。認為生命早已無趣的他，除了消極面對這個訊息外，出院之後根本就不願再回診，也不願意接受抽血檢驗或驗血糖。而

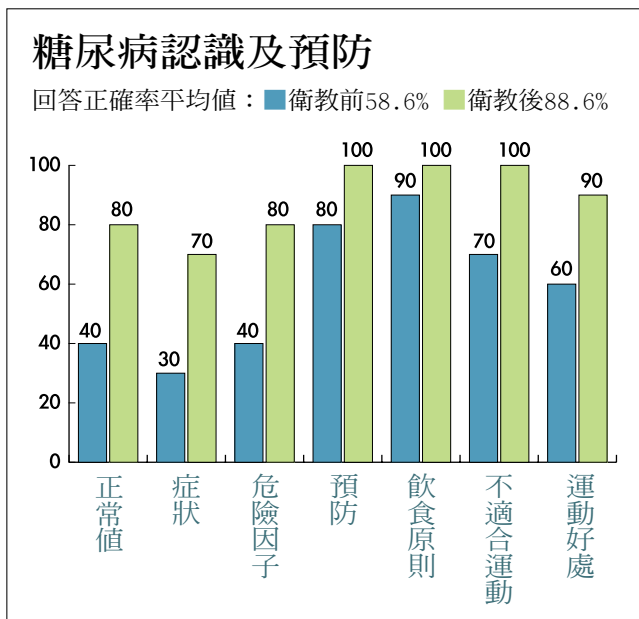
林稚悅除了擔心先生血糖控制的情形之外，也因為她那「凡事靠自己，不求別人」的錯誤心態，讓先生的病情持續惡化下去。

加入志工團隊之後，她終於把憂慮說給「糖尿病關懷小組」的成員聽，眾人一聽完她的「心事」，馬上展開關懷行動，聯絡醫師、護理師、社工師、志工等，於居家往診時前往她家關懷，並在醫師指示下，由護理人員施予抽血檢驗，眾人也一起鼓勵她先生。在眾人「溫情攻勢」下，她的先生逐漸轉變態度，願意配合治療及檢查。二〇〇四年十月，他在家不慎跌倒，後來又因發燒而再度掛急診住院，身體各方面的狀況頓時退步許多，甚至無法下床行走。

「糖尿病關懷小組」得知此消息，又一起前往病房探望。團隊們無微不至關懷的這一股暖流，就像春風吹拂大地，讓她先生的心房隨之綻放。出院前，他竟然發起願來，要努力復健並出來做志工，而且他的願力，就在他抬起中風的腳的這一小步，開始逐步實現中。

醫療團隊，志工作伴

花蓮慈濟醫學中心於一九九五年成立「糖尿病人保健推廣中心」，但因為近年來，糖尿病患者有增無減，為了能讓民眾對糖尿病有更正確的認知及更極積的自我照護，二〇〇三年七月，慈





志工在門診區與看診患者互動，了解其病況及對糖尿病的認知。

院開始籌備「甜蜜家園——糖尿病關懷小組」，並於二〇〇四年初開始上線。結合醫師、護理師(包括衛教師、護理人員)、營養師、社工師、志工，讓「醫療團隊」的專業以及「志工作伴」的大愛關懷，一起為糖尿病患者建立一個正向、積極的態度，健康面對的人生。

就糖尿病關懷小組關懷層面來講，其項目有：

門診關懷——協助送病歷、病患慰問、病人送檢、衛教單張的發送、糖尿病活動宣導，並協助發現是否有病患需要居家往診，並評估是否有就醫、交通、經濟、家庭或自我照顧方面的問題。一旦發現有需要協助的個案，則寫下資料，交由衛教師作後續處理及轉介。

病房關懷——每周一至二天，全院不

分科糖尿病患關懷。一般需要住院的患者，通常是自我照顧不好，需要仔細評估，並經由和關懷小組會議溝通後，再提供合適的幫助。

電話關懷——追蹤逾二個月未回診的病患，了解緣由，再評估進一步協助的方式。

社區往診——如果在病房、電話追蹤、門診關懷中發現有需要關懷的個案，經討論後，糖尿病關懷小組便會走入社區，進行個案往診關懷，為缺乏家人並無法自我照護的患者，提供實質的護理及關懷。無法持續追蹤者，則回歸衛生所。

糖尿病會引起那些大血管病變？

高血壓、心臟血管、腦血管病變



每年舉辦病友會，讓病友之間互相鼓勵，建立支持情誼。

社區往診時，除了醫護人員為患者量血壓、測血糖外，醫師還請患者拿出藥袋，細心觀察患者所吃的藥物是否適合糖尿病患者。營養師並會口頭詢問患者的飲食、觀察擺放在家中的食物，必要時並會打開患者家中的冰箱查看、確認，同時提供正確飲食觀。

衛教師會針對患者家中的環境，提出運動建議，並檢查患者身體各部位，例如觀察患者的腳指甲，並建議適宜的長度，因為腳指甲太短容易引起「凍甲（台語，甲溝炎）」，一旦凍甲就容易遭受感染，一遭受感染，問題就大了。又例如患者若習慣穿拖鞋，也會建議改穿

包腳鞋，以避免足部受傷。社工師則針對患者的家境、成員、交通等問題進行了解，而志工則在關懷、膚慰上，給予適時的幫助。

不管有錢沒錢 我們都會好好照顧你

在每月一次的往診關懷中，糖尿病團隊總是會從真心的互動中，看到愛在社區裡蔓延。最讓新陳代謝暨內分泌科吳篤安主任印象深刻的是一位住在新城鄉的阿嬤。阿嬤出院後一直都沒有回診，關懷小組於是啟動往診機制前往關懷。吳主任表示，在關懷小組第一次抵達阿嬤家時，鄰居正在為阿嬤洗頭（兒媳雖住附近，但鮮少聞問），她的腳盤上覆蓋著一層布，布一掀開來，蒼蠅一聞到血糖的味道立刻飛撲而上，這一幕畫面，看得令人心酸，誰人無父誰人無

糖尿病何時檢查眼睛？

至少一年一次。若有病變需再增加次數。

母，竟任由阿嬤一人孤獨承受病苦。生活起居方面雖然有鄰居在照顧，卻缺乏飲食控制，致使阿嬤的空腹血糖值超過三百(正常人空腹時，血糖值大約一百一，進食後約二百四左右)，經關懷小組與阿嬤的家人溝通協調後，由團隊帶病患前往醫院治療。

吳篤安主任強調，幸好住家附近有個天主教堂，可以提供阿嬤簡單的傷口清洗和包紮，否則真不知阿嬤的病情會嚴重到什麼程度。而該次往診最重要的目的，是教育阿嬤意識到自己已經陷入慢性病的漩渦，希望她能自動自發的保重自己的健康。

衛教師李璟佩表示，還有一位因糖尿病引發視網膜病變、腎臟病變、視

糖尿病有哪些合併症？

視力模糊、牙齒鬆動、傷口不易好。

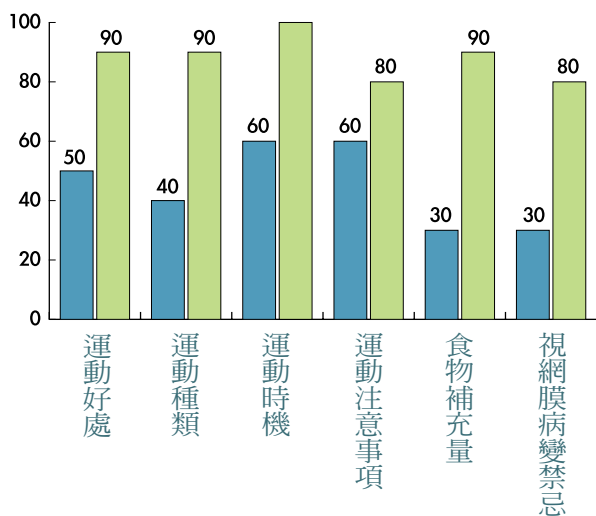
力退化，必須依賴胰島素注射控制的原住民婦女，需由她先生每天幫她打針，但是她的先生因常處在酒醉狀態，所以她便常因高血糖而反覆住院。關懷小組前往她家往診時，她虛弱的臥病在床，左手紅腫。窗檯下置放藥品，早被雨淋濕而受潮。護理師除了為她測血糖、注射胰島素外，並告訴她正確的存放藥品方法。由於個案的居家護理存在有很大的問題，於是關懷小組把此個案轉介給當地衛生所，後續並以電話聯絡家屬，請家屬協助帶她就醫，處理左手紅腫問題。

裴駒醫師有感而發的表示，往診的確是對的，因為醫療行為無法顧及出院後的病人，前往患者家往診，可以更了解患者的後續情形，並做進一步的醫療處置。雖然一個月一次的往診，在醫療行為方面也許沒有太大的效益，但是往診卻像是在患者的心靈上點燈一般，讓患者及家屬感受到人間的溫情。

在病房關懷部分，裴駒醫師也投注不少心力，有一回他在病房關懷一個患糖尿三年多的婦女，這名婦女因不懂控制飲食，雙腳已潰瘍，而且也出現心臟

糖尿病運動

回答正確率平均值：■衛教前45% ■衛教後88.3%





吳篤安主任前往花蓮新城鄉
關懷久未返診的阿嬤。

血糖沒有控制 會有什麼情形發生？

頭暈、昏倒、畏寒。

不適、視力模糊等糖尿病慢性合併症的症狀。剛開始，患者很排斥關懷小組的協助，在團隊誠懇的互動下，慢慢地，她才道出因為沒錢看病，加上不好意思開口求人，才會導致病情加重。裴駒醫師很親切的告訴她，「我們關心的是你，不管有錢沒錢，我們都會好好照顧你……」，在聽完醫師的一席話後，她終於敞開心胸，把積壓在心裡的話一一傾吐，關懷小組在傾聽中，也給予鼓勵與支持，並進一步聯絡社工師去深入了解，以提供及時的協助。

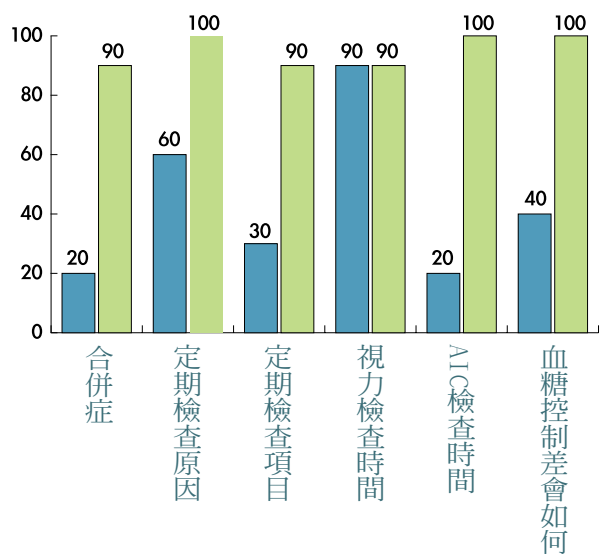
糖尿病患者因為有了關懷小組感同身受的關懷與膚慰，以及志工們「切身之痛」的現身說法，慢慢的願意接受自己的現況，也了解糖尿病患者該注意的事項，並學著積極面對自己的病情。

培育患者成為下一顆宣傳種子

在社區預防及健康宣導方面，糖尿病中心衛教師李璟佩、王懿萱表示，舉辦的相關活動有：每季的糖尿病病友會、每季一至二次的社區健康篩檢及健康講座、每月定點的健康篩檢站及衛教宣導。而糖尿病中心因為有了糖尿病關懷

糖尿病定期檢查項目

回答正確率平均值：■ 衛教前43.3% ■ 衛教後95%



小組這一股後盾的支持，很快的步上運作軌道。如糖尿病中心於今年九月成爲糖尿病共同照護網見習訓練單位，十一月審核通過成爲花蓮唯一的糖尿病合格衛教師訓練機構、花蓮地區糖尿病人教育推廣機構，以及經國健局審核通過，與花縣衛生局合作，成爲花東地區糖尿病個案討論會的承辦機構。並於十二月一日接受糖尿病人保健推廣教室升級爲糖尿病人保健中心的評鑑。李璟佩表示，希望能順利通過，如此一來，更能將糖尿病照護及教育宣導，在花東地區擴大推展。

糖尿患者的運動？

有動總比不動好。只要恆持，一周四天以上，一次至少半小時。(若有合併症者，則需教請衛教師)

裴駟醫師任重道遠地表示，未來希望能訓練專業志工，長期追蹤、關懷固定個案，建立患者正確的糖尿衛生、保健觀念，並培育患者成爲下一顆宣傳種子，讓患者在社區宣導糖尿常識，以減緩罹患糖尿病的機率或者改善糖尿病患者的病情。



糖尿病中心定期前往花蓮復興市場「復興健康站」，為民衆做血糖篩檢。