

慈濟醫療誌

慈濟醫療以人為本
日日上演著動人的溫馨故事
真善美志工與同仁用感恩心
見證慈濟醫療人文之美



- ◆ 玉里慈濟醫院院長陳岩碧帶領同仁，與慈濟基金會社工及志工齊心打掃照顧戶的家，也為他未來的長期照顧作準備……
- ◆ 前進部落！關山慈濟醫院護理師以「講糖人生」為宣導主題，提醒利稻、霧鹿村民關注血糖問題遠離糖尿病……
- ◆ 花蓮慈濟醫院腎臟病照護團隊舉辦講座分享「顧腰子」妙方，從飲食和運動培養護腎好習慣……
- ◆ 大林慈濟醫院與財團法人器官捐贈移植登錄中心合辦簽卡活動，期待大家建立互助的觀念，以愛續命……
- ◆ 臺中慈濟醫院團隊重啟失智照護據點課程，七月至仁愛之家為長者舉辦年度義診，實踐在地健康老化……
- ◆ 臺北慈濟醫院舉辦「跨團隊全人照護分享競賽」，護理師分享溫暖的生命故事，體現視病如親……





玉里

八月一日

院長領頭清理案家環境 居家照護組接力護健康

儘管連日的天氣高溫炎熱，玉里慈濟醫院關懷獨居長者的心不退轉。八月一日上午，陳岩碧院長與李晉三醫師帶領玉里慈院的居家照護組、醫技及行政同仁與慈濟基金會慈發處社工、志工師兄、師姊等二十多人，一起來到了卓溪鄉古風村為高先生打掃家庭環境，玉里慈院團隊也為高先生進行身體健康評估以及長照資源轉介，希望他在清潔的環境裡居住，身體也盡快恢復健康；慈濟基金會也提供高先生新床被、衣櫃、桌椅，將他的居家環境打造的煥然一新。

居住在卓溪古風的高先生，多年前在打獵時不慎遭汽油彈炸傷，右手因燒燙疤痕而影響手臂握力，不方便活動與伸展，再加上三個月前中風，高先生的生活自理能力變得更不好，也不重視自身清潔，身上有多處抓癢抓傷的痕跡，只見蒼蠅與蚊蟲不時停留在他的傷口上。居住環境已經是髒亂不堪，雜物堆到已經看不見地板。據親友描述，屋內垃圾曾經堆積到一層樓高，各角落有大量的蜘蛛、蟑螂，他們花了很多力氣清掃後，但沒多久又亂七八糟。這次在慈濟基金會慈善事業發展處社工的轉介下，邀請玉里慈濟醫院團隊與志工來關懷



陳岩碧院長親自從最髒的地方打掃起。攝影／蘇宏義



玉里慈院同仁不畏蟲蟻，齊心清潔打掃高先生的住家環境。攝影／蘇宏義

並齊力打掃居家環境。

陳岩碧院長表示，「我們以往在打掃關懷戶住家環境的經驗，進到屋內時面對的都是整群的『蜘蛛隊、蟑螂隊』，現在天氣炎熱，還有蛇躲在裡面，大家要小心。」同仁與志工也互相提醒在清掃時注意自身安全，花了一上午三個小

時，終於把整個居家環境弄得乾乾淨淨。張文駿醫檢師說：「今天利用休假，跟著陳院長、李醫師和大家一起來打掃。親眼看到高先生家裡的髒亂，堆滿了許多垃圾、回收物甚至廚餘，完全沒有可以走路跟睡覺的地方。藉由大家的力量，看著環境恢復清潔，真是開心！這是我們幫助他最大的目的。」

有慢性疾病的高先生平時在衛生所及部落巡迴門診時就醫，麻煩的是他自

我照護不佳，或許需要更完整的醫療資源，玉里慈院的居家照護組接下來會依高先生的狀況轉介長照資源。

對於醫護團隊專程前來關懷並協助打掃，高先生說：「百分之百的感謝院長專程來幫我打掃，還有慈濟基金會提供的物資與關懷。」祝福高先生在揮別髒亂的住家環境後，生活品質得以提升，學會照護自己，恢復身體健康。
(文／張汶毓)



整頓出乾淨的住家後，玉里慈濟醫院陳岩碧院長帶領同仁，與慈濟志工一起祝福高先生。攝影／張汶毓

關山

七月一日、十五日

上山衛教顧血糖 部落預防糖尿病

糖尿病是臺灣十大死因之一，每年近萬人因糖尿病死亡，根據國民健康署統計，全臺灣有兩百多萬名糖尿病病人，且每年新增約兩萬五千人罹病，糖尿病引發的併發症不容小覷，然而各種對糖尿病的錯誤觀念，讓民眾無所適從。關山慈濟醫院今年（二〇二〇）實施「海端鄉醫療給付效益提升計畫擴大衛教活動」，以「講糖人生」為主題前進霧鹿、利稻部落，藉由宣導，強化偏鄉對糖尿病的認知，達到疾病預防及提升居家自我照護的能力。

繼七月一日晚間陳桂珠護理師於霧鹿



七月一日晚上，陳桂珠護理師於霧鹿部落開講「講糖人生」得到熱烈回響。也從合影中可見聽眾不是老人就是小孩。攝影／馬秀美

主講的「講糖人生」得到熱烈回響後，張秋燕護理師接力以相同主題至利稻村宣導。七月十五日上午，部落街道上，除了少數農忙的青壯年，山上的村民大多只剩老人與小孩。





七月十五日，關山慈院護理團隊到利稻村進行「講糖人生」衛教，叮嚀部落民眾留意高血糖的問題，也可運用電子化的「健康存摺」管理自己和家人的健康。攝影／陳慧芳

「早上村長已經有廣播了，等一下我再去找人來聽課！」護理人員與村民就像熟識的朋友，一位阿姨趁場地布置期間去幫忙邀請聽眾。活動開始前，衛教團隊將月曆紙貼在液晶電視上當作投影布幕，又將紅布條綁在長桌用石頭壓著，簡單的衛教室就此完成。此時，村民也陸續報到就座。

「糖尿病是一種代謝性疾病，它的特徵是血糖長期高於標準值，高血糖會造成『三多一少』症狀：多食、多飲、頻尿及體重下降，如果不進行治療，可能會引發許多併發症。一般病徵有視力模糊、頭痛、肌肉無力、傷口癒合緩慢及皮膚癢，嚴重更可能造成心血管疾病、中風、慢性腎臟病、性功能障礙、牙周病等。」張秋燕護理師敘述糖尿病可能對身體帶來的危害，教導村民從生活習慣與飲食的改變來控制血糖數值。

「『糖尿病是因為愛吃甜食、喝飲料？』、『有糖尿病就不會低血糖？』、『打胰島素會洗腎？』」這些迷思謠傳，張秋燕一一解疑。最後，也叮嚀要均衡飲食、養成運動習慣、控制體重、勿暴飲暴食和定期健康檢查，才是遠離糖尿病的不二法門。

衛教進入尾聲，為呼籲珍惜健保資源及提升用藥安全，課程中也鼓勵民眾下載「健康存摺」便利醫病溝通，掌握自己的健康大小事，並可透過眷屬健康管理的功能，照顧全家人的健康。

關山慈院自二〇〇一年九月開始推動山地鄉IDS計畫（醫療給付效益提升計畫），透過醫師巡診、衛生所駐診以及居家照顧、訪視、衛教等方式照顧偏遠居民，十九年來持續守候南橫部落的村民健康。（文／陳慧芳）



花蓮

七月十八日

關鍵逆轉「腎」 護腎保健好習慣

甫通過醫策會「腎臟病照護品質認證」的花蓮慈濟醫院腎臟病照護團隊，七月十八日由主治醫師林于立、賴宇軒透過健康講座，分享腎臟病預防及治療的顧腰子生活妙方，邀請民眾加入臉書上的「花蓮慈濟顧腰子」社團，守護腎臟健康。

臺灣目前洗腎人數約有九萬多人，不論發生率與盛行率都是世界第一，為

照護鄉親健康，七月初，花蓮慈濟醫院更開設專責的腎臟內科檢查室，提供腎臟超音波、切片等檢查服務，讓病友就醫時，可接受到門診與檢查的整合式診療。

林于立醫師表示，隨著慢性病人口增加，其中有百分之四十六的糖尿病友若血糖、血壓或膽固醇未控制好，或又有抽菸行為者，有可能在罹病幾年後，出現蛋白尿的現象，這是腎病變的早期症狀，如果危險因子沒控制好，很快會進入大量尿蛋白期；接著尿毒開始上升，終將會面臨洗腎。

錯誤用藥觀念，高鹽、高油脂的飲食習慣都是洗腎人口居高不下的主因。林于立醫師教導長輩們透過按壓，做下



花蓮慈濟醫院腎臟內科主治醫師林于立、賴宇軒透過健康講座，分享腎臟病預防及治療的顧腰子生活妙方。

肢水腫的初步自我檢測。並觀察自己的生活習慣，若出現「泡、水、高、貧、倦」等臨床症狀，分別是小便起泡泡、下肢水腫、高血壓、貧血及疲倦等，若出現兩項以上症狀，就可能罹患腎臟病，應儘快到院檢查。

林于立也提醒，若家中有六十五歲以上老人、罹患高血壓、高血脂、心臟病、高血糖等六大高危險族群，記得「護腎三三制」：若出現疑似症狀而就醫後發現異常，一定要每三個月定期回診，進行量血壓、驗尿、驗血等三種檢查，讓醫護人員隨時掌握病程發展。

需要接受透析治療的腎友常為了「什麼能吃、什麼不能吃」而傷腦筋，賴宇軒醫師建議腎友養成規律運動習慣與採低蛋白飲食原則，並按時服用藥物，可延緩腎臟惡化的程度。

護腎原則除了「五控三避」，控制血糖、控制血壓、控制蛋白尿、控血脂以及控制尿酸外，也要避免感冒、過度勞累和避免使用腎毒性藥物。賴宇軒醫師指出，少鹽、少糖、少油、多纖維、多蔬菜、多喝水、不熬夜、不憋尿、不抽菸、不吃來路不明的藥物、沒有鮪魚肚並控制體重等「三少三多四不一沒有」的健康概念很重要，若出現水腫的病友，也須控制水量的攝取。

賴宇軒建議，應以「運動自覺強度」為依據，每次運動須達到「流汗、呼吸快速、可以說話聊天，但覺得困難」的程度。腎友可採循序漸進方式，將有氧運動、重量訓練及伸展運動做配搭



賴宇軒醫師除了宣導飲食運動顧腰子的方法，也與民眾分享花蓮慈院腎臟團隊與營養科出版的《透析護腎——一日三餐健康蔬療飲食》，教腎友安心、輕鬆吃。



林于立醫師分享腎臟病預防及治療的護腎原則。

執行，每週至少五次，每天三十分鐘，或以十分鐘為單位，慢慢加上去。

養成均衡飲食及規律運動的好習慣，若出現腎臟異常症狀立即就醫，並依照醫囑，接受治療，都可以提升生活品質，預防及延緩腎病惡化的風險。（文／彭薇勻、游繡華 攝影／楊國濱）

大林

七月十三日

鹿草村長照站開辦 守護社區長者

「來！腳舉高！手伸出去、再抓回來，再伸出去，再抓回來！」大林慈濟醫院長照中心社區服務組鄭詩菁活力十足地帶動著老人家活動手腳，為即將舉辦的鹿草村 C 級巷弄長照站開辦說明會暖身。

大林慈院在嘉義縣鹿草鄉老人文康中心三樓開辦 C 級巷弄長照站，提供每週一至週五的長照服務，七月十三日上午特別舉辦開辦說明會，在鹿草村陳世利村長的協助邀請下，約有八十位長輩們前來共襄盛舉。大林慈院長照中心主任陳佳蓉感謝相關單位的協助，同時介紹巷弄長照站的年輕夥伴給在場的長輩

們認識，很高興為大家提供服務。

鹿草村長陳世利表示，大林慈濟醫院用心開辦長照站，不但幫忙量血壓，有專業老師教大家運動、醫療常識，還包括提供免費用餐，是很好的政府政策，希望大家珍惜。

鹿草鄉長楊秀玉稱讚長照站課程安排得非常好，她說，長輩們年輕時「做得要死」，沒有時間關注自己的健康，現在長照站有團隊為大家整體規畫，照顧大家的健康，希望大家踴躍出席，讓鹿草村長照站成為鹿草鄉的典範。

鄭詩菁向長輩們介紹長照站的服務內容，每星期一至五早上九點到下午四點，除了早上的測量體溫、血壓外，每天都會安排不同的課程，包括運動、手工 DIY、藝術創作等，希望讓大家都身體健康、記憶不退化，還能來交朋友，找回自信、笑容，更能共餐「賺呷飽」。

說明會結束後，現場準備了熱騰騰的餐點，邀請參與的長輩們一起用餐。

為了讓大家胃口大開，鄭詩菁先帶著大家做運動，長輩們開心地活動手腳，笑容滿面。(文／黃小娟 攝影／于劍興)

大林慈濟醫院長照中心社區服務組鄭詩菁活力十足地帶動著社區長者活動手腳，為即將舉辦的鹿草村 C 級巷弄長照站說明會暖身。





大林慈濟醫院為推廣器官捐贈，與財團法人器官捐贈移植登錄中心舉辦簽卡快閃活動。

七月十四日

以愛續命 器捐推廣環臺接力

全臺有近萬人在等候器官移植，其中不少人因苦等不到只能抱憾離世！大林慈濟醫院為了推廣器官捐贈，與財團法人器官捐贈移植登錄中心於七月十四日在醫院大廳舉辦簽卡活動。由登錄中心環臺一圈的快閃活動中，結合小麥貝兒、世界金牌小丑、小丑車，及一臺大型扭蛋機，上午宣導活動填問卷共一百一十二人，五十九人簽署器官捐贈卡。

副院長陳金城致詞時表示，大林慈濟醫院從二〇〇一年起為雲嘉地區最早執行多重器官捐贈與移植手術醫院，二〇〇三年起積極發展活體移植手術，至今二十年來都是由同一團隊共同努力完成，術後五年肝腎移植存活率達到全臺平均，特別是活體移植更是達到優良成果，去年（二〇一九）更獲得優秀器官

勸募獎，同時擔起照顧院外移植後病人重任，讓患者不再辛苦奔波。

移植外科主任尹文耀說，人生病後除了開刀、用藥物治療外，隨著科技的進步，有些疾病需要以換器官的方式治療，但藥可以買、開刀有適當的設備就可以開，換器官卻一定要有來源才能換。「希望大家能建立互助的觀念，當自己需要的時候，因為有人捐贈，有機會恢復健康；但有一天，我們生命的使用權結束時，我們的器官也能化無用為大用，延續他人生命。」

根據器官捐贈移植登錄中心統計，二〇二〇年有效等候接受器官移植病人有九千九百零七人，本年度接受大愛器官及組織移植的人卻只有四百七十八人，而本年度同意器官捐贈簽卡人數總計一萬一千六百人。從統計中可看出，簽署器官捐贈同意書的人數增加了，但為了更多在等待器官續命的病人，觀念仍需持續推動。（文、攝影／江珮如）

臺中

七月二十三、二十六日

協助失智病人吃的照護 守護健康愛不間斷

臺中慈濟醫院失智照護據點六月疫情解封後開辦「失智家屬支持團體」，每個月第四個星期四舉辦「誰來午餐」活動，邀請專業團隊與家屬從食、衣、住、行、育、樂等面向討論，協助家屬解決生活照顧上會遇到的問題。

許多失智長輩在吃的方面常遇到的問題是，忘記自己吃過東西而吃太多、胃口不好吃不下、喪失吞嚥的功能無法

進食，都會影響失智長輩的身體狀況。二十三日中午「誰來午餐」，邀請臺中慈濟護理之家營養師阮盈禎與家屬共進午餐聊聊「食」的照護問題。

有家屬反映媽媽半夜起床翻冰箱吃水果，還曾經在家人不注意時，吃掉供桌上整串香蕉的情形，阮盈禎營養師建議準備血糖機監控長輩血糖，有糖尿病的長輩更要注意。如果血糖在正常區間，暫時觀察即可；如果血糖異常，則要避免讓失智長輩隨手能拿到食物，以保持血糖穩定。

「我都是把家裡冰箱清空，只冰當天從市場買回來要用的食材」、「我們家的食物一定要藏好，不能放在長輩看得到的地方」。家屬們紛紛分享「作戰經

二十三日中午「誰來午餐」活動，邀請臺中慈濟護理之家營養師阮盈禎與家屬共進午餐聊聊「食」的問題如何處理。攝影／馬順德



驗」，希望協助解決難題。

阮盈禎營養師也提醒，失智長輩隨年紀增加，未來可能食欲不振或進食困難，使得體重下降或是營養不足，會面臨需要做胃造瘻或使用鼻胃管補充營養。大家可以預先做好心理準備，以應付可能發生的狀況。

臺中慈院社區醫學中心行政主任賴怡伶表示，希望透過活動，幫助更多失智症家屬，遇到問題時，除了有專業團隊可以諮詢，也有家屬團體互相鼓勵，度過難關。臺中慈院失智照護據點除了「家屬支持團體課程」，還有每週三的「照顧技巧成長班」，歡迎家有失智症長輩需照顧的家屬參加，一起面對照顧的各種挑戰！

另一方面，七月二十六日，臺中慈院與中區慈濟人醫會攜手為近兩百位長者義診。「慈愛仁家健康行」今年共計超過八十人利用假日付出愛心，為仁愛之家的高齡住民健康把關。

義診七點半開始，仁愛之家中正堂前早已聚集習慣早起的住民，仁愛之家同仁也總動員，協助行動不便的長輩接受健檢。

七十六歲的詹先生，年年義診都不缺席，他說，有那麼多慈濟的醫療人員來幫忙健康檢查，短時間就能知道身體的狀況，讓老人家不必去醫院排隊，十分方便也很感恩。

健檢活動包括：抽血、視力、理學、口腔黏膜與胸部X光等檢查項目。今年新增中醫諮詢，服務偏好與中醫互動的



七月二十六日仁愛之家義診，臺中慈濟醫院檢驗科同仁為住民抽血。攝影／賴廷翰

長輩，七十一歲的魏女士很高興，能提供更多健康保養選擇。慈濟人醫會則特別前往住房區，為行動不便的近六十位住民進行理學相關檢查。

仁愛之家主任廖文邦表示，透過健檢能早期發現健康問題，早期治療，活動中看到每位長輩都充滿感謝的笑容，「感謝臺中慈院團隊熱心公益，付出無私愛心，與仁愛之家攜手合作年度健康檢查與醫師巡診、健康促進等。慈濟醫院提供豐沛專業的醫療資源，長輩非常珍惜，也讓社會洋溢愛與溫馨。」

臺中慈院社區健康中心主任陳慶元指出，這項活動到今年已是第五年，早已成為與長輩愛的約定，期待醫院與社區夥伴共同陪伴健康、亞健康到醫療與長照各方面需求，實現健康老化，在地老化幸福理念。（文／馬順德、曾秀英）

臺北

七月二十二日

醫療有限愛無限 全人照護經驗傳承

臺北慈濟醫院為落實以病人為中心的全人醫療教育，自二〇一五年起每年舉辦「跨團隊全人照護分享競賽」，邀請全院醫護人員透過競賽分享每個生命的溫暖故事。今年共有二十一組參賽，十二組通過書面初審進入決賽。

趙有誠院長強調，本屆與過往略有不同，報告者身分多為 NPGY(Nurse Post Graduate Year, 畢業後第一年護理師)，可藉此機會讓新人訓練臺風，亦鼓勵現場的護理實習生，今日聆聽學姊或學長的照護經驗後，未來踏入職場要更能體會病人擔憂、恐懼的心，把愛的力量灌注在護理專業中。

身穿隔離衣 但心零距離

第三名由十二 A 病房的 NPGY 邱怡璇護理師與其教師黃琬迪護理師以「被禁錮的蝴蝶——展翅高飛」獲選，描述二〇二〇年新型冠狀病毒來襲，政府立即施行相關措施，臺北慈院在二月將十二 A 設置為專責病房，曾收治一名從海外返臺的二十三歲年輕女性。「她知道要被隔離時非常擔心、焦慮，因為所有的行程、約定、課業都得停擺，如人生被禁錮了一樣。」黃琬迪說道。面



實習生專注聆聽 NPGY 護理師的分享。

對嚴峻疫情，心靈的照護更顯重要。邱怡璇與黃琬迪同理女孩的恐懼，悉心關懷。住院的第二十七天，女孩終於拿到出院的解隔同意書。邱怡璇分享，女孩從一開始焦慮不安，整天只待在床上什麼都不做，後來受到護理人員的鼓勵，開始在房內做瑜伽、觀看線上課程，這些進步讓她學習到：「因為穿著防護衣，他們只能看到我們的眼睛，但只要用心付出，彼此的心就沒有距離。」

承擔重任 成長蛻變

在臨床教師詹宜恩及劉芮苓護理師的指導下，內科加護病房服務的 NPGY 呂姿瑩敘述疫情蔓延期間，臺北慈院收治一名患有高血壓、糖尿病及末期腎臟疾病的八十四歲老先生，其長期接受腹膜透析及慢性阻塞性肺病治療，二月份因發燒和氣喘來到急診，被診斷肺炎入院，後又因呼吸喘、肺浸潤問題進加護病房插管，並因應政府政策進行採檢，

最後確診罹患新型冠狀病毒肺炎，院方立刻將接觸者進行隔離，同時安排病人入住負壓隔離病房。

呂姿瑩猶記當時，單位主管詢問「有沒有人願意照顧這位病人？」，現場一片靜默，她鼓起不知哪來的勇氣，自告奮勇成了少數照顧確診患者的護理師。「一開始穿脫隔離衣都要花上十分鐘至二十分鐘，但熟練了，三四分鐘就能穿脫完畢，而且還能教導其他人；通常一進去就是好幾個小時，出來都滿身大汗，且因長期佩戴口罩，鼻梁難免有壓瘡。」老先生最終因敗血症及多重器官衰竭不幸離去。呂姿瑩內心雖不捨，但透過此經驗，她學習到溝通技巧且能更同理家屬的想法，最重要的，她更熱愛

護理工作、更加正向面對生命，對所有病人只有滿滿的感恩。

心蓮之愛 四道人生

立志成為一位溫暖的人，NPGY 李怡萱護理師選擇來到心蓮病房，在家庭醫學科沈明昌醫師及黃曉芳心理師的指導下，分享「跨越傷痛擁抱你」故事。站在臺上的她，壓抑不住激動，哽咽說到自己從十五歲腦癌病人身上習得的體悟：「死亡並不可怕，可怕的是失去自己與愛人的能力；道謝、道愛、道歉、道別，這四道人生是我們一出生就要去面對、學習的，不要等到最後一刻再去做。若能不留遺憾、用心做自己，自然就能不害怕死亡。」

李怡萱護理師分享從十五歲腦癌病人身上學習的經驗，真情分享，榮獲「跨團隊全人照護分享競賽」第一名。



經歷完整的安寧照護陪伴，李怡萱領悟到病人及家屬的感謝是護理工作最大的價值，亦省思：「生活中有多少時刻沒有表達出自己的愛？有多少愛和抱歉可能來不及說？」她把握此次分享的機會，向著臺下所有為防疫努力的醫護、行政及慈誠懿德爸媽道感謝。真情分享，讓聽眾頻頻拭淚、榮獲第一名。

看見愛 回饋愛

十二組分享完畢，賴清安師兄眼眶泛淚，向所有辛苦抗疫的醫護人員道感恩；何瑞真師姊說，在這段時間，能深深感受到民眾對醫護人員的敬重，並對臺北慈院在栽培、成就人才這塊，給予

高度肯定。

新生醫護管理專校實習老師回饋：「聽完分享能體會護理是美的、是很棒的事，可能只是一句關懷，但病人都會記得。」並表示要將此經驗帶給學生，讓他們知道護理不只是臨床的生理層面，還有心靈上的照護。護理部吳秋鳳主任感動道：「每組報告在我心中都是第一！看見學弟妹們在護理工作上獲得省思與學習，我覺得非常驕傲。」

期望透過活動，讓所有醫療同仁了解，全人醫療並非口號，並能將此精神深植於心，反饋到日後的照護工作中。

（文／許嫚真 攝影／盧義泓）🌱



院部主管及參賽團隊留下歡喜合影，期望透過競賽活動，將全人醫療的精神深植於心，反饋到日常醫護工作中。