

活動感想

衛生福利部臺南醫院附設護理之家實習心得

周杰穎¹

一. 實習項目

實習單位指導人員：黃秋芬 護理長

實習期間：107年08月01日起至107年08月16日止

實習目標

為使成大老年學研究所學生有更完整的臨床實務經驗，以跨專業領域(醫療、復健、營養、長照、護理、社工)的觀點，建構完整的長期照護訓練計畫，俾使研究生能將所學理論化為實際運用於社區及高齡照護。

實習活動與內容

- 1.學習護理之家住民常見問題之處置
- 2.學習機構住民藥物整合
- 3.學習與住民、家屬、同仁、專業人士溝通之技巧
- 4.學習與各種不同領域專業人員合作之運作模式
- 5.了解長期照護服務之其他層面問題，如財務、倫理與法律等
- 6.參與護理之家照護人員之日常臨床工作
- 7.瞭解垂直整合的醫療體系之建構
- 8.瞭解長照機構問題，學習如何提升機構照護品質

與老年學領域之相關性

- 1.護理之家為高齡失能長者照顧的第一線，將研究所所學之老年醫學、老年心理、老年社會、老年政策等相關知識，應用於臨床照護上，對照兩者之間有無差異。
- 2.護理之家之成員為跨專業跨領域之結合，與成大老年所的學生組成相似，皆為不同領域及背景之專業人士，可以學習不同專業間的溝通技巧及彼此想法。
- 3.護理之家為混合專業臨床照護與基本生活照顧的場域，可以學習機構住民身體、心理、社會層面的完整照護。

¹國立成功大學醫學院老年學研究所

二.實習內容

實習時間表

	7/30(一)	7/31(二)	8/1(三)	8/2 (四)	8/3(五)
AM			環境介紹 慶生會	義剪 護理之家醫師巡診	志工卡拉 OK 語言治療師實地觀摩
PM			護理長介紹	社工師介紹 物理治療師實地觀摩 職能治療師實地觀摩 中醫針灸實地觀摩	X
時數			8	8	4
	8/6(一)	8/7(二)	8/8(三)	8/9 (四)	8/10(五)
AM			物理治療師介紹		
PM			營養師介紹		
時數			8		
	8/13(一)	8/14(二)	8/15(三)	8/16 (四)	8/17(五)
AM		X	團體衛教活動		
PM		跨團隊會議	X		
時數		4	4		

實習內容介紹

環境介紹 實習第一天早上一到護理之家，黃秋芬護理長就非常鉅細彌遺的介紹整個護理之家的環境，包括本護理之家緣由、收費標準，整週的住民日程表，及環境介紹和特有的設備及服務。護理之家位在台南醫院門診大樓的五樓，下面的一個樓層就是復健科的復健區域，一二樓為門診，連接急診旁的走道就是中醫針灸的地方，所以可近性非常高，不用走太遠或推床太遠，整個醫療的 power 非

常強大。本護理之家總共收治 98 床，平均年紀約 80 多歲，失能程度較嚴重，但目前沒有收治重度失智症及 HIV 梅毒患者，由於環境及病患屬性的關係，所以這邊住民復健與針灸的比率非常高，約八九成，另外，收費也因為公立醫院的關係，都無調整，無管路的住民每月約三萬，多一管每月多一千五，以這邊的照護品質來說，CP 值算非常高。住民的日程表也都排得滿滿，包括每天皆有復健及針灸的時段，每週兩次的家醫科醫師巡診，兩天一次的洗澡，每週兩次的卡拉 OK 時間，每週一次的剪髮，每月一次的慶生會，一年四次的戶外活動等。整個環境的設置因為已經開立快二十年了，所以硬體的部分當然不可能像其他新設護理之家，但是該有的佈置及環境整潔的維持都做的很好，沒有很難聞醫療機構的味道，且全天候的空調放送，在裡面工作者及照護者都非常舒適。

護理之家醫師巡診 護理之家定期每週兩次的固定巡診時間，由家庭醫學科毛醫師主責。家醫科毛愷民醫師為台大家醫科訓練完後，至台南新化分院服務，那時就已經支援護理之家，至今也有多年的服務經驗。整個巡診的團隊包含醫師、護理師及專責藥師。首先毛醫師會在護理站 run 過所有的病歷，一一詢問護理師住民最近發生的事情，有沒需要做藥物的調整，體重大小便情形是一定會詢問的並適時處理。專責的藥師會同時確認藥物有無需要調整的地方。Run 完了病歷，毛醫師會到 bedside 一一確認住民情況以及理學檢查，是個認真負責的巡診醫師，住民的大小事情都在毛醫師的掌握之中，而且毛醫師對於這些臨床工作也樂在其中。

社工師介紹 護理之家的專責社工師為方郁雯社工師，有一整個下午的時間為社工師介他們在護理之家的業務內容，社工師首先用投影片介紹老年長照的現況及護理之家近年的成果，令我訝異的是原本以為社工是在處理個案經濟或家庭的問題，但是他們還需要負責其他的業務包括日常團康活動，各大節慶慶祝活動及戶外郊遊活動等，內容包羅萬象，連醫院的捐血活動業務也是社工在統籌處理，非常辛苦。

營養師介紹 此次幫我們介紹的是營養科蔡佩芬主任，主任介紹護理之家的營養供給及評估狀況給我們了解。護理之家每個月都會量測體重，每三個月要有營養的評估，但是主任每個月都會給每個住民評估，照護的品質非常不錯。關於住院病人護理之家住民的營養供給狀況，也都有所著墨。這裡的護理之家有飲食

主要有一般飲食跟管灌飲食，管灌飲食約佔四成，而一般飲食的部分會依住民的狀況給予餐盤、碗裝、碎切、攪打飲食等。

物理及職能治療師介紹 此次幫我們介紹的是黃挺源物理治療師與簡福佑職能治療師，部立台南醫院的復健區域為門診大樓的三樓，整個空間非常遼闊，應有盡有，除了一般復健科診所常見的電療區域外，還有物理治療徒手治療、小兒復健、職能治療和語言治療的區域。電療區的病患族群大宗為骨科病人有肌肉骨骼酸麻痛等症狀處理，機器包含熱敷、牽引機、經皮電刺激和干擾波等，徒手治療區的病患族群大宗為神經科的中風病人，有許多治療床和站立床等設備，大多是物理治療師靠著徒手幫患者做關節及肌力的復健。而職能治療區有很多中風後期的患者，在訓練完基本的肌力和耐力後，開始訓練精細動作，區域內有很多琳瑯滿目的復健工具及道具來訓練。職能治療師與物理治療師幫我們簡介完這邊的族群與臨床工作內容後，一併也提及健保制度下的復健給付制度，和未來長照的發展現況，收穫很多，也了解到他們工作的辛勞。

語言治療實地觀摩 此次主要介紹的語言治療師為顏秀靜治療師，首先藉著個案的實地操作來介紹他們工作的內容與範疇，由於語言治療師在基層醫療院所比較少可以看到，此次終於可以一窺他們工作的現況。這次第一位觀摩的患者為中風後再執行吞嚥的訓練，治療師先以一些影片及圖片來幫忙患者練習口腔肌肉的動作與靈活性，有點像國健局的健口操一樣，由於患者是以動作障礙來表現，所以目標就是擺在吞嚥肌肉的訓練。第二位個案為中風後造成失語的情形，應該是 Broca' s aphasia，所以訓練起來相對困難，治療師用的方法，需要叫她先練習寫字，而後發出聲音，並搭配一些圖形來輔助提醒，最後要她回去練習唱歌，整個過程需要花費很多時間以及誘導的技巧，不過也同時可以看出他們的專業性。

跨團隊討論會 護理之家約略每月一次會舉行跨領域團隊討論會議，由之前的實習過程就可以了解到這邊醫護團隊的是非常緊密結合的，不是流於各個專業互相單打獨鬥，所以期望這邊的跨團隊討論會應該也會很精彩，而不是只是為了評鑑非衍了事而已。親身參加過這次會議後，發現這邊名符其實，整個會議有各個專業的人員出席參與討論，包括醫師、護理師、藥師、物理治療師、職能治療師、營養師、社工師、照服員等，所有的職類都有參與討論，而且會給出確切的建議幫助住民，另外，讓我比較驚豔的是連照服員都可以參與，這樣更可以回報

住民最真實的問題出來討論，非常特別。毛醫師與護理長表示這個跨團隊會議已經行之有年，每年至少會舉辦十場以上，約略是每個月會有一次，每次由護理師挑出一個需要討論的個案，通常是新住民或是照顧上有問題需要介入的。雖然評鑑只要求三個月一次的討論，但是這邊居然可以每個月舉行，且各個職類的參與率非常高，很令人驚艷。

團體衛教活動 護理長在 orientation 時就交代給我們這個業務，雖然平時就有在做團體衛教的活動，但是這次的聽眾特性比較特別，還是花了一段時間來重做投影片，以符合聽眾的需求。此次學姊和我也都演講很簡單但是實用的主題，題目是淺談高血壓和糖尿病，題目雖然簡單但是我相信聽眾們應該會得到不一樣的收穫。由於聽眾族群的關係，衛教的過程講述都要全台語，投影片內容也要以圖片為主，文字為輔，還要跟聽眾有所互動，搭配小禮物以增加住民的聽講的動機，所以比起一般的衛教要更辛苦許多，不過經由衛教的過程，也可以拉近與住民的關係，更加了解他們對於慢性病控制的觀念，進而提升住民的健康。





3. 遭遇之困難

由於先前住院醫師訓練的時候需要有居家醫療的業務，那時就已經接觸過護理之家，而且由於是在工作屬性的關係，對於護理之家的設置、環境、工作內容與住民的溝通等，都沒有遭遇什麼特別的困難。唯一的困難大概是本身臨床業務繁重，很多的時間都是硬擠出來的，不過也因為護理長的體諒，可以讓我們很彈性的安排合適的時間過來學習與交流，也因為有事先規劃，提前關診請假，所以時間上還應付得過來，很多重點要看到的東西都有學到，沒有漏掉。

4. 心得

經過這半個月的自選實習，讓我對於有品質的護理之家的營運模式更加認識。由於之前訓練及工作的關係，對於基本的醫師巡診、護理之家照顧方式等都有相當程度的瞭解，收穫較多的為治療師的介紹與實地觀摩和跨團隊會議。在這邊實習了半個月，不得不說這邊的復健資源是非常龐大的，因為場地設置的關係，下面一個樓層就是復健科的大本營，不論場地大小、復健工具與機器、人員素質等，都非常優秀，由牆上排滿滿的復健人數就可以窺知一二，實地觀摩中可以由住民的口中得知復健的成效，對於有復健潛能的住民來說，這邊真的是他們可以扭轉人生的一個地方，而且每位治療師對於自己的個案都有設定一定的目標，不是讓住民虛度時間而已，而是一直在挑戰他們的極限。而每月定期的跨團隊會議舉行也

是令人驚艷，在醫療人力相對不足的地方，各個職類還願意撥出時間來一起討論需要的個案，也是令人感到佩服，至少目前我工作的地方還沒有辦法達到這樣，佩服他們堅持品質的決心。另外，整個實習的過程最感謝的就是護理長與其他專業人員們願意無償的撥出時間出來教學，個人覺得這邊是個可以學到東西且看到長照現況的地方，能在這邊實習是一件快樂的事，可以推薦給未來想要來實習的學弟妹們。

5.建議

整個課程的設計規劃，醫療團隊包含醫師、護理長、營養師、社工師、治療師師都非常盡心盡力的教導與教學，收穫很多，對於實習總體時間上對於研究所學生的訓練也已非常足夠，護理之家的設計與環境對比我先前住院醫師所接觸外面的護理之家也相對完善許多，沒有什麼要特別建議的，個人覺得如果可以一直維持這樣的教學品質與實習的環境就已經非常足夠了，謝謝護理之家願意提供我們這次實習的機會。