



心甜 家族

Sweetheart Diabetes Support
Group in Taichung
Tzu Chi Hospital

■ 文 | 陳佩宜 臺中慈濟醫院糖尿病個案管理師



回想自己從畢業後踏入職場至今已經 19 年，原先是臨床的病房護理人員，直到 2008 年擔任個案管理師，轉眼也近 9 年的時間。

接手糖尿病人照護 衛教避免後遺症

回想自己初接觸個案師這個工作領域時，有著許多的擔心和害怕，但是「做就對了」，一步步將困難化為學習的助力，盡自己的力量用心關懷照顧手上的每一位病人。

原先照護的是肝炎病人，由 2013 年開始調至糖尿病團隊，糖尿病的病人，年齡層遍布老、中、青三代，尤其臺灣日益走向高齡化，老年人有很大比例罹患糖尿病，但是許多病人對於血糖控制及併發症都不清楚，常常延誤就醫或疏於控制，造成日後無法彌補的後遺症。

接觸糖尿病衛教的領域後，發現這個領域的知識很深很廣，因此在衛教病人的同時仍持續不斷學習，吸收新知識，期望在每次的衛教過程，以開放式的討論方式，讓病人能在每次衛



陳佩宜於心甜家族活動中的衛教分享。

教過程都有收穫，並增加控制血糖的行動力及持續力。因為，對於個管師而言，病友的健康改善是我們最安慰的一件事。

創意病友活動 血糖控制成果佳

糖尿病衛教室從 2010 年開辦糖尿病病友會，取名為「心甜家族」，我自 2013 年負責舉辦糖友們的相關活動，帶領這群大孩子，1 年平均上 6 次課程。每年安排課程總是傷透腦筋，感謝糖友們的意見，再經過團隊的討論，而完成了每年精彩豐富的課程。

每次課程中，看到糖友們努力紀錄重點，互動時也不吝於分享自己控制血糖的經驗；每次活動結束後，大家開心滿足、收穫滿滿，並且以正向積極的態度面對糖尿病，彼此鼓勵；能帶領這個團體，跟糖友們一起成長，真的很開心。

心甜家族的活動參加人數年年成長，糖友們的控糖成績也逐年進步。而在 2015 年，關心糖友們的心理調適，與社工師靜宜商討後，安排了 2 堂不一樣的心靈課程，透過影片分享、共同討論、畫觀音等活動，希望糖友們的身心靈都能得到安適。

2015 年度心甜家族的控糖成果，也得到第七屆全國優良糖尿病支持團體的肯定，得到了「運作良好團體獎」及「運作良好團體輔導員獎」。

團體獎，是對心甜家族最大的鼓勵；而我得到的輔導員獎，對我來說，也是極大的肯定和殊榮。希望臺中慈濟心甜家族能越來越棒，自己的護理生涯也因為大家而更加豐富了。☺