守護記憶的樂天派

劉秋滿 大林慈院失智症個案管理師

The Optimistic Guardian of Memory - A Profile of Chiu-Man Liu, Case Manager at the Alzheimer's Center, Dalin Tzu Chi Hospital

■ 文、攝影｜謝明芳　內文攝影｜黃小娟

一身輕便的運動服裝，讓原本清秀的臉龐顯得更加青春洋溢，劉秋滿的抹抹微笑，鼓動每一雙失了記憶的眼眸，再次靈活起來。

來去學堂　看老朋友

「阿嬤，老早！我幫您量一下血壓。（臺語）」

這一天，劉秋滿又跟隨失智症中心團隊來到嘉義縣溪口鄉游東村的長照樂智學堂。正式上課前，她忙著先幫每一位阿公、阿嬤量血壓和體溫，時而俯身或坐下與他們聊聊近況。

九十三歲輕度失智的江阿嬤，是學堂裡最年長的學員，近日退化快，行走時都忘了要抬腳，「雖然許多事她不記得了，卻能記住來學堂時的氛圍是快樂的。」多年來，陪伴失智長者的大林慈濟醫院神經內科主任曹汶龍，醫療專業和細膩心思教他忍不住想和團隊分享他的觀察與感受。

眼前這位近七十歲、被大家暱稱為「曹爸」的曹主任，在劉秋滿眼裡，也是一位長者，但這一位長者很特別，老是充滿活力、老是滿臉笑意、老是有許多失智照護模式在腦子裡……

曹主任「人老心不老」的服務精神，令劉秋滿敬佩不已，她很欣慰能在這樣的醫師長者身旁學習，也慶幸當初沒有離開護理。

媽媽的辛勞　再造一位白衣天使

「當護理師並不是我的夢想。」劉秋滿憶起中學時代，課業成績普通，也就沒打算升一般高中，看見當時就讀護理系的姊姊讀得還不錯，也想跟姊姊一樣，另一方面，由於一家之主的爸爸對家庭少了責任心，懂事的劉秋滿，為分擔媽媽一肩扛起扶養三個孩子的重擔，只期望畢業後能有工作最要緊。

從小的家庭環境，塑造了劉秋滿不怕吃苦、比同齡孩子成熟的特質，也因早熟的心靈，成為她日後與年長者互動的資糧。

從專科學校畢業即進到大林慈院服務的劉秋滿，臨床工作兩年時，升起倦怠感，覺得護理怎麼做就是那樣，不如離職轉行，所幸，「不然去進修」的念頭浮現，劉秋滿決定在職進修，姻緣也正巧到來，她在大林成家立業了。

進修的第一年懷了老大、畢業前懷上老二，兒女們在她一邊工作、一邊讀書、一邊打理家務的忙碌生活裡逐日長大，如今，老大已七歲、老二已四歲。

為分擔媽媽養家的重擔，劉秋滿務實地選擇護理工作。

2012 年，醫院成立失智症中心，從沒想過投入失智症領域的劉秋滿，為能多陪伴家人，轉而加入失智症團隊，2013 年正式擔任失智症個案管理師一職。原本計畫換個不需輪夜班的工作，未料，工作變得更忙碌，「這都是過程，重要的是我在當中學習很多實務經驗，也認識一群志同道合的夥伴。」

步出診間　走入社區

前六年的病房經驗，照顧對象雖是老人家，但他們頭腦還不致退化，轉到失智症中心後，接觸的都是失智症長者，劉秋滿得重新調適她所照顧的病人，只有愈來愈退化的可能。

「通常會來就診的病人已算嚴重，且會一直退化下去……」劉秋滿深感無力，然而，隨著失智症團隊一步一步向前行，她的心緒也隨之轉變，「我們對這些失智症長者幫助不大，但我們能幫助這些照顧的家屬，讓他們有支持、受鼓勵，甚至依他們的需要給予協助。」

失智症中心除了開設失智症特診，也成立了由醫師、護理師、營養師、物理治療師、社工、志工等成員組成的失智症家屬支持團體。藉由病友會帶動長者做健康操、分類資源、摺報紙、比手語等來活絡筋骨和腦力，家屬們則共聚另一空間，彼此交流照護經驗、去疑解悶，讓家屬們有相互打氣和喘息的機會。甚至，失智症團隊直接到病友家家訪，了解病友的生活起居、關心家屬的照顧心境和環境。

劉秋滿（左）投入失智症照護後，學到許多實務經驗，也認識了志同道合的夥伴。

醫療結合慈善，失智症團隊緊接舉辦一梯又一梯「失智症關懷志工」培訓課程，觸角從雲林、嘉義、臺南、高雄擴及花蓮、臺北、臺中等地，以培養一群種子志工認識、了解使用「AD-8 極早期失智症篩檢量表」，並回到社區發揮關懷良能，讓極早期失智症患者及時接受治療。

「到病人家裡去不難，找到病人也不難，但要轉到醫院讓醫師診斷，比較困難。」曹主任提及過去病人要先掛號、看診，若要等候檢查和看報告又待下回了，如今，志工篩檢

出有問題的民眾，只要聯絡失智症中心，即可直接排檢，檢查當天立刻看報告，若有問題則進一步安排檢查，有問題者進入治療流程、無問題者半年後再追蹤。

走出診間的協助掛號，劉秋滿跟著失智症團隊拜訪村里長，期望藉助社區單位的力量，深入社區為民眾做篩檢和提供相關衛教訊息；在曹主任的積極推動下，與嘉義縣衛生局合作，2013 年將 AD8 篩檢納入各鄉鎮複合式篩檢項目之一，隨後發展出由失智症中心人員進一步做「迷你智能狀態檢查 (MMSE)」，失智篩檢的腳步也延伸至嘉義市。失智症不可治癒卻可治療，若早期發現，可向健保署申請用藥，讓病人生活品質得以改善。

大林慈院失智症團隊深入社區，為成立照護據點不斷奔走。

匯聚一群慈悲的力量

大林的失智症關懷模式，也複製到臺南佳里慈濟聯絡處和歸仁環保教育站等處。2015 年失智症中心獲衛生福利部補助，成立嘉義縣市唯一失智症社區服務據點，位於溪口鄉游東村社區活動中心的長照樂智學堂，提供社區早期失智長者認知訓練、音樂及運動等課程，幫助延緩失智症狀及舒緩家屬照顧壓力。

民雄大崎和三興、雲林北港、臺南佳里、梅山鄉梅北村等社區，也如雨後春筍般成立記憶保養班或記憶保養學苑。「雖然進到醫院服務將近十年，我對慈濟志工的運作卻一點也不了解，經過一次又一次互動中，才慢慢熟悉。」各地失智症關懷的推動，劉秋滿感謝背後有一群志工們的扶持。

成立關懷據點並不容易，拜訪村里長過程，會遇到很支持或意願不高者。有一陣子，遇上一些長者覺得自己被污名化，而不願參加活動，但團隊們的愛並未停歇，也因此，他們的真誠感動了長者們。

而一開始以慈濟靜思堂或聯絡處做為活動據點時，社區長者們比較不敢踏入，願意走進來的，大部分為身體機能都還健康、情況輕微者，「我們把活動地點改

成他們平時最熟悉的社區活動中心，願意出來的長者變多了，但變成要克服供餐、志工人力等其他問題。」劉秋滿說及團隊經多方考量，最後決定回到靜思堂或聯絡處舉辦。

相較過往的臨床照護，劉秋滿感覺自己變忙碌了，「活動前要規劃、聯繫事項等，活動中一人飾多角色，擔任演講者又協助做篩檢，也充當司機，」整日忙下來，雖然有點疲累，但她很有成就感。

我懂您的心

照顧失智長者是一條很長的路，「我們多關照家屬，相對家屬面對失智長輩時能更有能量。」

只要家屬有任何問題，打通電話至失智症中心，劉秋滿都不吝給予協助，過程難免遇到家屬因照顧壓力而有情緒，她就是傾聽，有時提供的建議對家屬或許不實用，但家屬們的「心聲」已被聽見且安慰。

吳先生一個月的薪資兩萬多塊，為了照顧生病的媽媽，五十多歲的吳先生必須提早退休，考量自己每月所得與請看護的每月支出相當，還是希望親手照顧失智的媽媽，「他能領的還有媽媽的身心障礙補助款，我們則協助提供其他的社會補助資源。」

提供社區早期失智長者認知、音樂及運動等課程，有助於延緩失智及舒緩家屬照護壓力。

另一位家屬簡太太向劉秋滿傾訴，媽媽深夜都不睡覺，吵著要找一個人，所想都是過往的事。當時，劉秋滿曾聽過曹主任說，可利用照片或影像把她想找的那一個人事先拍下來，等媽媽晚上不睡覺又要找那一個人時，再利用手機播放給媽媽看，或許可以減輕媽媽不安的心情。

當下，簡太太覺得這個方法很好，「這是我這幾天來聽到最想聽的話了，我願意回家試試看。」一個月後回診，劉秋滿關心簡媽媽的情況及使用效果如何，簡太太答道：「服了神經內科傅進華醫師給的情緒藥物後，媽媽情況有好轉，所以，妳上次教我的方法沒有使用。」

聽完簡太太的話，劉秋滿感受到她應該要有更多的同理心及耐心，「我們一味要給家屬東西，希望她照著我們的方法執行，其實，我們應該是多重角色，時而扮演一位傾聽者，時而扮演一位教導者，而且更接受、同理他們的處境，畢竟我們只有幾十分鐘的陪伴，家屬們卻是二十四小時照顧。」

劉秋滿與曹爸曹汶龍主任。

為照顧長輩努力　築夢踏實

一路的東奔西跑，劉秋滿從最初的無力感，漸漸地自我肯定，而家屬們的點滴回饋，已讓她心滿意足。

「在醫院不到十年的歲月裡，感覺經歷了很多事情，難以置信之前怎麼度過繁忙的日子。」儘管選擇的路走得忙碌，劉秋滿卻感到充實。偶爾，工作上遇到逆境，同仁們的支持、體諒，「事情終究會過去，不要把不好的情緒一直留在心裡」鼓勵著她，而病人、家屬這一群好朋友，也是她繼續前行的動力。

今年 5 月起，劉秋滿專責社區的長者陪伴，對她而言更是歡喜，「走入社區與在醫院面對的長者類型不同，院內的就診病人較嚴重，社區長者的情況通常較輕微，是一群有『希望』的老人家。」

回憶人生不同階段，劉秋滿的想法也不斷躍進，至今，她仍持續充實專業，在職進修社工系碩士班，「臺灣的長照還無法像國外那樣完善，我期待未來能建立起完整的長期照護模式，這是我的目標，也是幫曹爸實現理想。」

受到曹主任「有想法就去闖」的鼓舞，劉秋滿勇往直前，「機會是留給有準備的人，雖說有些事情要靠運氣，但我覺得把握機會更重要。」白天上班、晚上上課、回到家做家事，加上課外實習，休息時間被壓縮，劉秋滿笑說臉上都長出青春痘了。「看到曹爸的精神，自己是年輕人，應該要更努力！」與曹主任共事多年，劉秋滿把曹主任歸為樂觀派，她覺得自己也是。

「社區的爺爺、奶奶很可愛！我喜歡與老人家在一起，他們也都很期待我們每一回的到訪。」三十出頭的劉秋滿，仍是青春朝氣飽滿，也在歷練後多了沉穩和定見。