

出院到居家 溫馨長照情

Discharge to Home Care Long-Term Relationship

■ 文 | 溫欣菁 大林慈濟醫院社區健康照護室副護理長
攝影 | 江欣虹

李阿嬤是位 70 歲的退休農夫，與兒媳一家人同住，身體依然健朗的她不再為農事忙碌，每天最快樂的時光，就是騎著「歐兜拜」到田裡巡視，或是到隔壁村莊去找老朋友聊天。有一天在探訪老友途中發生車禍，撞傷頭部，經過緊急處置後入住外科加護病房，李阿嬤意識清楚，但四肢乏力，日常活動皆需家人協助，進食時偶而會噎到，所以醫師幫她插上鼻胃管，透過灌食協助她攝取足夠的營養。病況恢復穩定後，李阿嬤轉到神經外科病房繼續接受治療。李阿嬤的兒子、媳婦雖然在加護病房已學習過灌食及換尿布技巧，但原本活跳跳又開朗的阿嬤，無法翻身、無法由嘴巴進食、全身軟弱無力，這樣的狀況讓家人手忙腳亂，對未來也毫無頭緒。

出院前就介入 家屬從誤會到信賴

病房護理師照會出院準備服務，我們在收到照會單的兩個工作天內，會去探視個案的情形。

「您好，我是出院準備服務護理師溫欣菁，今天來關心阿嬤目前照顧有沒有問題……」第一次前往探視並自我介紹的時候，兒子的反應跟過去無數次的家屬反應一樣，非常生氣的說：「才剛從加護病房轉出來，就要趕我們出院！」經過一番溫言軟語的解釋，用了百分之兩百的誠懇跟關心，這位無助的兒子終於解開心防，對於母親未來不可知的病況，大吐他的照顧壓力跟焦慮。

我們會先評估病人住院時的日常活動程度，跟家屬討論住院期間及出院後照顧問題，如果家屬有資源需求，我們就會協助轉介，如果家屬的照顧技巧不熟練，我們會常常前往探視，追蹤照顧者學習照顧技巧的狀況。

阿嬤的兒子、媳婦非常孝順，對阿嬤未來的照顧想親力親為，但是從沒有照顧經

驗的他們，眼前的各項日常照顧工作就已讓他們很有壓力；擔心弄疼阿嬤所以不太敢幫阿嬤翻身，許多必須的照顧程序及技能，在種種擔心下，變得寸步難行困難重重。為了舒緩家屬幾天來守候加護病房外的疲累，我們出院準備團隊積極的評估家屬經濟狀況後，建議家屬先請看護協助稍做喘息。同時，我們示範照護技巧，讓家屬先觀看再練習，熟練後再由家屬接手照顧。

每次的探視時，只要兒子跟媳婦的照顧技巧有進步，我一定立刻讚美他們「做得真好」，鼓勵他們這並不難，熟能生巧。也提醒照顧過程需要加強及調整的注意事項。

協助找資源 回家有靠山

阿嬤住院期間，營養師評估阿嬤灌食的狀況予以調整飲食攝取，物理治療師及職能治療師們也協助安排阿嬤的復健計畫，在整個出院準備團隊的協助下，阿嬤漸漸恢復，開始下床接受復健治療，兒子、媳婦不但學會了日常照顧技巧，也主動討論阿嬤的出院照顧計畫。

因為阿嬤意識清楚，孩子們覺得讓阿嬤回到熟悉的環境，進步會比較快，所以我整理了阿嬤回家後需要的輔具清單，並提供輔具租借資訊給家屬。兒子也順利的幫阿嬤準備了照顧床、輪椅及助行器，並用斜坡克服了門檻的問題，營造無障礙的空間及環境。





善用長照 2.0 失能老人有所依

雖然兒子及媳婦已學習了照護技巧，回家又是家屬重新適應的開始，為了減輕家屬的負荷，政府推動的長照 2.0 計畫非常適合目前的阿嬤及家屬，所以協助家屬申請了居家服務，讓居家服務員定期到家中協助阿嬤身體清潔及簡單的家事服務，並申請居家復健由治療師到家中，教導家屬利用家中的環境協助阿嬤執行復健治療。

在阿嬤出院後第二次回診追蹤時，即順利的移除了鼻胃管，並可以助行器活動約 50 公尺，我們看到了進步的阿嬤跟家屬寬心而喜悅的眼神。

大林慈院出院準備服務近年來在政府長期照顧政策的推動下，與長期照顧管理中心進行接軌，讓失能病人從住院到出院可即時獲得長照服務資源，讓照顧者得到實質上的協助，減輕照顧者的負擔，在這高齡化、人口負成長、低經濟型態的雲嘉地區，長期照護是許多人共同面對的問題，近期許多民眾口耳相傳，或是有看到電視媒體的宣導，民眾已能大致了解出院準備提供的協助，利用長期照顧資源對病人及家屬在照顧層面上有很大的幫助，在出院準備服務團隊共同的努力照顧下，病人可得到穩定的照顧，出院後有良好的照顧品質是大家共同的目標，也是家屬盼望的生活品質。