



[No. 1]

出院接長照 多元復能照顧

Discharge & Long Term Care Link for Continuous Rehabilitation

■ 文、圖 | 張舒婷 臺北慈濟醫院長照服務部暨健康關懷中心長照個案管理師

在我過去的職業生涯中，待過加護病房、一般病房，也當過出院準備護理師，目前則是擔任長照個案管理師。

因為擁有從急性醫療到出院準備到長照的經歷，我完全了解急性醫療銜接出院到長期照顧的重要性，最好能兼顧時效性，長照的多元資源也是許多家庭所需要的。長照個案管理師的工作內容，就是為每個病人在出院回到家裡的每個階段，提供所需要的服務項目及資源。

我接觸過很多案例，了解家屬的心情起伏；在住院初期擔心病人生命垂危，病況穩定後就開始擔心回家後怎麼辦？中風癱瘓了是全部只能躺床上？還是有半邊可以行動？大小便呢？能自己吃還是要靠人家餵？生活需要什麼輔具？買新的要花多少錢？舊的租得到嗎？有人能到家裡來幫忙復健？請人照顧要花少錢？……各種問題一一浮現。如果在出院前沒有做好準備，可能隔一兩星期又會再度住院，或是全家會愁上天了。

2019 年度臺北慈濟醫院加入新北市出院準備友善醫院，醫療團隊與病人及家屬討論有決議後，主治醫師會開立長照醫生意見書，由出院準備護理師協助申請長照，並先連結專業服務，讓個案出院後一週內就接受到專業服務，經照管中心（新北市衛生局長照中心）核可過後，會派給長照 A 單位（如本院之長照 A 個案管理師，或其他有申請成立 A 單位的養護機構、居家護理所、基金會等），於 3 天內長照 A 個案管理師至家中訪視，確認個案在家中照顧狀況，有無輔具、返診福祉車和居家服務需求，完成照顧計畫，讓居家失能個案得到完整的照顧。

此外，長照服務項目裡的「居家復能」是一般人比較陌生的，但其實對個案非常有幫助。



如果是肢體障礙或是年邁造成失能，導致生活功能障礙需要他人協助，醫療上建議到醫療院所復健，復健的介入大多為練習翻身、被動運動、躺著抬腳或抬臀運動、床邊踏步運動等，增加個案肌力。「居家復能」的目標，則是協助個案可自行於床上起身、學習使用湯匙吃飯、自己擠牙膏刷牙、自己擰毛巾……等，所以在擬定復能目標前會先評估個案現況，了解個案和家屬對於居家復能的期待，不單是要訓練失能的部位，且要利用現有能量，列出想達成的目標，一同整合訓練，在短期內解決生活上的困境，達到居家生活品質，也提升個案的自信心。

王伯伯的糖尿病足已經拖到不能再拖了，才接受醫生的建議到醫院來截肢。出院準備護理師到病房探望時，了解他非常煩惱出院返家後的照顧事宜。而且，也不會是短期需要人照顧，說不定要很長期，他只剩下一個老母親，即使母親願意照顧，萬一她自己身體撐不住那該怎麼辦？

出院準備護理師陳怡文請王伯伯不要擔心，協助他申請長照，還有多元復能計畫，包括營養師和復健治療師。除了居家服務員到家裡來協助沐浴、陪同運動，申請長照輔具補助輪椅和助行器，到醫院返診也申請了無障礙交通資源，有專車服務。居家復能的部分，就由復健師來到家裡，教導王伯伯綁患肢、穿義肢、起身走路，陪他練習上下樓梯。

王伯伯出院前擔心煩惱的事，我們一一幫他處理好了，他的母親的照顧壓力獲得紓解，比較輕鬆，王伯伯的康復情形比預期來得快又好。這是妥善運用長照 2.0 的最佳案例之一。