

老年醫學 護老健康

Major in Geriatric Medicine to Assist the Elderly Stay Healthy



高聖倫

花蓮慈濟醫院
老年醫學科主任

接受家庭醫學科住院醫師訓練期間，經常會照護到高齡的長者，我發現長者的健康狀態受到多方面的影響，不僅僅是疾病本身，還包括身心靈、環境、社會和經濟等方面，也讓我深受吸引，想投入守護長者的這一塊領域。經過2016年至2017年臺大醫院老年醫學訓練，而後回到花蓮慈濟醫院升任主治醫師，一轉眼，我已經致力於高齡醫學領域達7年。

花蓮慈濟醫院在2018年8月正式成立老年醫學科，也開設門診。在我的診間，總是會見到許多可愛可親的高齡病人，但他們也總是帶著各種不舒服及煩惱進診間。有些長者抱怨食欲不振，體重一直掉；有些則因多重慢性病而需服用多種藥物而出現副作用；有些長者很衰弱，有跌倒的風險。此外，認知功能退化或情緒不佳，更可能導致病情加劇。

為了全方位照護長者，我們老年醫學科的團隊，包含了醫師、護理師、高齡個案管理師、物理治療師、職能治療師、藥師、營養師、社



工師等各職類專業人員，提供最適切的老年醫療照護。

其中，「高齡個案管理師」在我們團隊中更是不可或缺。高齡個管師不僅使用周全性老年醫學評估了解長者的身體、心理、社會和功能狀況等各方面問題，還能統整各專業的意見和治療計畫，使病人能夠安心接受治療並進行後續的追蹤。

高齡個管師展開一天的工作模式，不同於一般護理師，並不是先進行交接班，而是先著手整理照護長者所需的資料和資源。在老年整合門診中，經常可以看到高齡個管師忙碌的來回奔波，她們對待高齡長者充滿關懷，就像是自己的家人一樣。她們幫助確認長者的最近健康狀況和用藥情況，提供適當的飲食和運動建議，協助安排或轉介照護資源。面對長者提出的各種問題，高齡個管師總是耐心地傾聽，迅速解決問題，這實在令人感動。

我一直非常欽佩護理師的工作，從擔任住院醫師時期就是帶著這樣欽佩歎服的心情。當高齡病人有需求，例如身體不適或想找家人，卻因無法溝通而激動時，臨床護理師總是能夠冷靜的安撫病人情緒。

在老年醫學門診，每當上班時間到來，門診護理師及高齡個管師總是帶著微笑，熱情地問候「阿公、阿嬤，早安！」在各個不同工作崗位的護理師，她們的活力和工作動力時常激勵我，真心感謝。

我相信，在面臨高齡化的社會環境，長者在專業醫療團隊的照護服務下，能夠有效改善生活功能和身體狀況，我們團隊的最終目標是幫助長者預防衰弱，延緩失能，老年人也能享受健康的生活。☺