



Australia

# 快樂老人村

A Pleasant Village for the Aged

■ 文 / 許雅茹 慈濟大學護理學系三年級

RSL Care全名為Returned and Service League Care(退伍軍人協會照護組織)，是目前澳洲最受尊重的非營利居家照護組織，主要針對社區民眾為照護對象，也對退伍軍人和他們的家屬給予特殊照護。從1936年開始至今，RSL已經服務超過13,000位民眾。

## 各得其所 老有所歸

RSL Care整個範圍主要分成4區域，主要以民眾所需要照護的等級作區分。分別是旅社式膳宿區(Hostel Accommodation)，護理之家(Nursing Home)，特殊照護區(Special care Unit)和獨立生活區(Independent Living Unit)。

旅社區屬於低照護區域，總共有四十個床位，一個房間限住一位居民。主要住的是年紀較大、仍擁有基本自我照顧的能力，行動上沒有太大的不便的民眾。每位居民私人的設施包括單人套房、家具、衣物和緊急救護鈴。公家的設施包括廚房、餐廳、客廳、電視區和庭園。

護理之家屬於高照護區域，總共有四十個床位，一個房間可以住2至3人。主要都是需要看護的患者，日常生活起居都需要

協助，無法自理，大多數都是長期臥床的民眾。在護理之家會有一位固定的物理治療師定期來協助這些居民做復健，讓這些長期臥床的居民除了能夠盡量恢復健全的肢體，也能夠排遣無聊。

## 老人照顧學問高 細心照顧人性化

白天護理人員們都會盡量讓居民起床，將他們的床或輪椅推到房間外甚至是屋外，除非居民有不舒服的現象才會在房間休息。這樣的舉動是為了讓他們不要自我封閉導致體力越來越差，反之要讓他們多在一起，感受到有人陪伴，這樣對心理層面會比較有正向的幫助。另外也是讓護理人員可以看到每位居民的情形，有利於照護。

在沐浴方面，他們發現老年人的皮膚比較脆弱，容易破損，所以他們平時只會以擦澡的方式替居民們清潔身體，然後一個禮拜才會使用沐浴床，完全的將居民從頭到腳清洗過。

另外這裡的居民都有行動不便的問題，所以這裡的機器會比其他地方還要多當，當需要移動他們時，就會使用機器協助移動或站立。這樣的方式遠比人工搬運法還要安全、省力，病人也比較

不會感到被硬拉扯時所產生的疼痛。

## 日常貼心設計 協助老人生活機能

特別照護區也有分為高照護和低照護區，共有20個床位。這裡的居民都是經過評估後，證明他們是患有失智症的老人，需要加強生活品質和安全上的照護。

在這裡一個房間限住一位老人，原因是失智症的患者有時候會有非常強烈的佔有慾，不希望別人踏進他們的領域，甚至會有攻擊的行為。有的老人雖然有失智症但是行動正常，有能力自行走動，這些都可以列為低照護。但有些因為會有肢體攻擊行為或是言語攻擊行為，就會被列入高照護，換句話說就是以他們行為來做評估。另外一旦他們因罹患疾病，或是任何原因造成他們須長期臥床無法行動時，就會被送到護理之

家，接受高階的照護。

特別照護區的房間都特別為失智症患者設計過。例如每間房間外面都會貼上他們的照片，而且每間房間門的顏色都不一樣，就是要讓他們若突然忘記自己的房間在哪裡時，可以藉由照片或是顏色找回自己房間。值得注意的是，這區的牆壁油漆顏色也比較淡，原因是有專家研究出亮系顏色容易引發失智症患者躁動、不安的情緒。另外，因為有些失智症患者會就地大小便，所以可以看到這區的地板都是以瓷磚為主，沒有鋪設任何地毯，方便工作人員清理。

飲食方面，特別照護區和護理之家都是使用在外面準備好的食物，送到這裡來只要微波就可以食用。廚房只有微波爐，而且限工作人員使用並不開放給居民，原因是怕設有爐火會造成居民想要自己煮飯，導致受傷甚至火災。



RSL優良的環境和人性化的照護，讓慈大護理系三年級的許雅茹(左二)看到老人照護深奧的學問，住民也熱誠待客，與學生們合照。(攝影/劉長安)

## 退休樂活 老人村搶手

最後是獨立生活區(Independent living unit)，主要是給退休後不想要住在旅社區(hostel)裡的老人居住。優點是比較自由，能夠邀請親朋好友到家裡來作客，甚至出門旅遊。生活起居與平常的住家沒什麼兩樣，唯一的不同是家裡設有緊急叫鈴系統，若是臨時有狀況就可以馬上找到人協助，生活多了一層保障。只是這麼好的設備人人都搶著要，所以政府並沒有補助，而是要自費。

在澳洲政府必須全額負擔人民的醫療費用，其中包括安養中心和護理之家的支出，這筆金額是很龐大的。加上現在安養中心或是護理之家這些場所和人力

都非常不足，所以澳洲政府強力提倡居家照護，希望可以讓民眾在家也擁有包括個人照護、家管、交通工具、準備餐點、社區護理、暫時協助看管家務、居家關懷、社會關懷等的福利，而會想要待在家裡。這麼一來，不僅可以省下許多人力，也可以減少安養中心和護理之家的負擔。



RSL 貼心乾淨的衛浴(上圖)以及寬敞溫暖的起居空間和會客室(下圖)，讓照護機構充滿家的味道，已經成為澳洲首選的養老中心。(攝影/劉長安)

