

# 助長者 身心安然

## Help the Aged in Comfort and with Respect

◆ 文 | 賴惠玲

一位老人馱負一只用塑膠繩編織而成的大米袋，步態蹣跚地從醫院大廳走向院外，一邊遲緩地整手上的藥袋、處方箋和健保卡，試圖裝入米袋中。在一旁已觀察許久，揣測應是獨自就診，上前關心，詢問是否需要協助，他毫無戒心的讓我協助處理手上的零錢，閒聊幾句，確定是獨居老人獨自來看診。夕陽餘暉中他滿懷感恩地離去。雖非親非故，但不捨的情緒盤繞心頭難以言喻。目送一程，直到他的背影消失在路口轉彎處。院區環境青山環繞，這一幕演活了唐朝詩人劉長卿的詩句「荷笠帶斜陽，青山獨歸遠」。

超過九成以上的臺灣老人在過去一年內曾經使用過醫療服務，門診區每日有很多的長者來來去去。經建會以人口老化的速度推估，臺灣將很快地成為全球最「老」的國家地區。教育部在早些年就已函請各校需規劃老人照護的相關教育課程，高齡長者的健康照護人才培育，刻不容緩。而國民健康局也在今年

推動全球首創的「高齡友善健康照護機構」認證；全臺有八家醫院獲得認證，而慈濟醫療所屬幾個院區更獲得典範和優良獎的殊榮。

老年人口愈來愈多，但是家庭型態轉變使得年輕人接觸老人的機會卻愈來愈少。因此，課程設計上，刻意安排學生能有機會實際參與協助獨自就醫的老人的歷程，希望學生能透過服務學習，體現教科書上的知識。為此，自行先到門診區觀察，評估學生進行此項作業的可行性。駐足在人來人往的門診領藥區觀察獨自離開院區的幾位老先生老太太們，隨著風霜的堆積，體態變形、容顏老去，搖搖晃晃的步態，盡是風中殘燭，斜陽西下的寫照。

為了讓學生體會老人生理機能退化對日常生活所造成的不便利，每一位學生有機會穿戴老化體驗服，體會老人的行住坐臥。這一群年輕的大學生中，部分果然是年少輕狂，一身老化體驗服上身，仍頑皮地硬是要挑戰極限，硬是要

表現能急速奔走上下階梯，充分彰顯年輕氣盛，「老不倒我」之勢。直到學生到醫院自行尋找獨自就醫的老年個案，經歷老人陪伴過程，學生才深知老化帶來的限制以及老人是如何地需要被關懷與照護。

每一組學生都很幸運地很快被候診老人接納。前來就醫的老人有了學生的陪伴，身心皆感安然，而學生也因為被老人陪伴，學得了老人面對老化的身心靈的轉變。老人也很開心跟學生說：「話不要說完，下次才有機會繼續說。」可見老人們多渴望每次的回診都能有人相為伴。從學生反思心得知道這種雙方互惠式的學習安排，學生獲得不一樣的學習經驗，尤其從老人的口述，感受到老人雲淡風輕的生活點滴與晚晴的人生智慧。學生也留意到機構的設施除了用心於老人就醫的便利之外，櫃臺書記還會對老人個案提供特別的服務，例如在領藥號上畫一個紅色大圈圈或用不同顏色筆寫一個更大的領藥號數字，讓老人可以一目了然。門診護理人員也很細心地注意到今日有陌生人陪伴老人就醫，因此會再三確認陪伴者的身分，就怕老人吃虧受騙。學生透過參與觀察學習，見證機構對老人的人文關懷的表現。

平均壽命反映醫療及健康水準，也依性別和地理區域不同而有差異，根據美國人口資料局的統計 2003 年人類平均壽命為 67 歲，較 10 年前增加了 2

歲。唐代有位名僧鑑真和尚卻是在 66 歲的高齡又眼瞎的情況下，應邀到日本弘揚佛法。在一千兩百五十多年前的健康照護體系，人類平均壽命當然更短。在公元七、八世紀年代的鑑真和尚 (公元 687~763 年)，是所謂的人生七十古來稀；當時前去日本的交通，唯有渡海；但六次渡海，五次失敗，卻仍不改其志，成功地奠立日本成為佛教國的基礎。當時鑑真法師以一個高齡長者，又老又瞎，其所要承受的身心的挑戰，實非現代的我們能想像。

艾瑞克森 (E. H. Erikson) 的心理社會發展理論將一生的人格發展分為八個階段，在不同的人生階段有它各自的發展任務。在最後一個階段——老年期，有的老人能隨心所欲，成功地展現自我統整，如鑑真和尚；但也有悲觀絕望，如眾所皆知曾獲諾貝爾文學獎的文學家海明威以自殺結束 62 年的生命。

聖誕節將近，夜裡都會區的街頭有聖誕老人與來往人潮的歡樂互動。揣測這些卸妝後的「老人」應該都會還原成青春的樣貌。依艾瑞克森的理論，人生每個階段都建構在成功地完成較早的階段任務的基礎上；讓學生盡早接觸老化生理與評估技巧並體驗老人心境，也透過反思準備，學生自己很快也會面對的老年問題，以及老人陪伴所需具備的功夫。也期許老人照護在臺灣漸快發展成熟。☺