

護理溫暖 助提升老年五大力

Warm Nursing Professionals Help Enhance the Five Power for the Elderly



張舜欽

大林慈濟醫院
老年醫學科主任

臺灣人口正以極快的速度老化，老年病人的照護也面臨其發展之必要性與急迫性的雙重挑戰。大林慈濟醫院位於臺灣人口老化最嚴重前三高的嘉義縣、雲林縣、南投縣交界處，服務民眾多為老年病人，高齡照護需求高。我在 2017 年取得家庭醫學專科醫師資格後，至成大醫院老年醫學科受訓一年並考取老年醫學專科醫師證，返院後負責高齡整合照護門診、居家醫療、安寧照護、老年醫學病房等相關業務，希望針對多重慢性疾病、老年症候群及衰弱之老年病人提供急性期至急性後期的照護，除了疾病治療之外，還需要預防衰弱失能並恢復其功能，並經由完善的出院準備連結現有照顧體系包含居家醫療、長照服務、護理之家等。當老年病人功能衰退致無法恢復或疾病末期時也可連結安寧緩和照護，未來朝成立跨科部之高齡緩和暨整合醫療中心為願景，目的為提供老年病人從功能狀態開始衰退至失能末期的連續性照護。

過去醫療模式較強調治療疾病，但老年人常會伴隨功能下降、衰弱與老年症候群，例如之前照顧一位 85 歲的阿公，跌倒後導致壓迫性骨折至外院灌骨水泥後，因解尿不順被放置尿管。之後



就因反覆泌尿道感染住院，但因為沒有解決疾病之外的老年症候群問題還是反覆住院，直到入住老年醫學科病房後，我們運用跨團隊照護方式，透過扶手椅、床上腳踏車、站立式輪椅、腳踏式輪椅的輔助，協助阿公練習站立、走路，並透過吞嚥訓練、改善飲食、認知刺激等方式來延緩失能。讓阿公下床行走變有趣，而肌肉逐步有力，最後可使用助行器行走且拔除尿管。此評估與介入之方式，我們團隊腦力激盪將它簡化為一個口訣「呷老愛五（有）力」，意思是若老年人除了疾病控制外還要有良好的老年五大力包括行動力、飲食力、輸出力、好腦力及社會力，才会有好的生活品質。現在阿公重拾規律生活後，每天早上起床後都會去參加社區據點課程。阿公說：「現在比較有信心出門，感謝大林慈濟醫院醫護同仁的照顧。」



在這過程當中，護理師扮演很重要的角色。高齡照護護理師的周全性評估及整合跨專業團隊提供訊息，讓醫師可以更精準及快速捉到病人的問題，以便提供適切的醫療及照護計畫。除此之外，這幾年團隊從住院照護到走入社區，居家醫療關懷巡視出院老人家在家照護的狀況，居家護理師經由每週定時到居家及長期照護機構的個案訪視，並配合病人的照顧需求給予居家衛教、訓練居家照顧的技巧，改善老人家衰弱、延緩失能，提升高齡照護品質。除了感謝所有團隊的共同參與及投入外，要非常感謝護理師的付出及護持。有護理團隊介入無形之下給予醫療團隊注入一股暖流及力量，因為感受護理團隊在整個醫療體系之下，護理不僅是最大團隊也是給予病人家屬關懷及醫療團隊後盾的最重要的人物。因為有護理存在使得我們能夠持續提供有溫度的醫療照護。☺