



衛教社區 好健康

Educating the Community with Good Health

■ 文 / 曾千香 台中慈濟醫院社區健康中心護理師

身為社區健康中心的護理師，簡而言之，就是從醫院內和醫院外所有人的健康都是我們的責任。

提前發現病因 社區篩檢助健康

當我在院內教病人怎麼做好居家保健時，會順便了解他是怎麼發現自己生病的？當聽到：「是慈濟醫院在我們社區篩檢時發現的。」這就是我們走入各個社區舉辦活動的最佳回饋，再怎麼辛苦都值得了。

兩年前單位只有三個人，平時開著小車四處舉辦健康檢查，累計起來不下數百場，慢慢獲得院方及地方的支持與肯定，現在的社區健康活動可是全院動起來，從初期的「一般健康篩檢」推展成「多元整合式健康篩檢」。

任勞任怨跑第一 功能多元樣樣通

原本在病房服務，臨床經驗四年的自己在醫院刷卡機發現有「衛教師」的職缺，細數相關條件都符合，就報名徵選，當時對衛教師一點概念都沒有。記得那次面試主管問我：「您覺得現代好女人的特質是什麼？」我心裡想，這跟衛教師有什麼關係啊？但我還是很認真

的想一想後回答，腦裡閃現一句台語俚語，意思是「耐力、毅力、衝第一。」傻笑回答完後繼續回病房上班。但沒想到往後的日子裡，這三大要件似乎成了我的「宿命」，我的工作範疇，也自此由院內擴大到院外，深入社區。

社區衛生護理強調的是預防性的健康服務，服務的對象涵蓋個人、家庭、團體以及社區，我們好像必須十八般武藝樣樣精通，勤奮地在醫院附近社區出沒，這樣的工作屬性果真十分符合「現代好女人的特質」。可是多元化的工作內容有時很難讓一般人了解，每當親友問起：「您當護士喔？在哪一科？」聽我解釋完的反應常是：「啊，我知道了，就是去郵局存錢都有人在門口量血壓的那一種嘛！」以前會覺得受挫，但是想一想，這何嘗不也是健康促進的一種方式，所以現在我都回答：「是啊！除了郵局，菜市場、廟口也有呢！」

除了疾病個案管理，我們的工作包括要支援社區活動及健康諮詢等業務，一開始也覺得超過體力負荷，但在調整腳步後，漸漸愛上與夥伴們在社區辦活動的感覺；到民眾住家的社區教導大家保健常識，或藉由篩檢活動早期診斷，

這比在醫院裡等著病人來找我們更有意義。

志工作伴看健康 社區民衆笑開懷

印象最深刻的一次是連地點在哪裡都不知道，也可以去辦活動。那次是配合一座廟宇舉辦神明開光儀式，與衛生所合辦健康節檢。事前詢問地址，衛生所人員說沒有地址也畫不出來，心裡想這是什麼回答啊，廟宇好歹也有門牌啊？當天跟車到現場才發現，原來在田邊的產業道路上，真的沒有地址也沒有路名，七彎八轉好不容易才找到。緊接著發現沒有電源，這下可好了，沒有電源再好的儀器都無用武之地，於是找最近的一戶民宅借電，可是延長線不夠長，只好硬著頭皮再找另一家借，還遇到家有惡犬，怕被咬，只敢在門口呼喊……。真是感恩社區的志工師兄師姊，平時在社區結善緣，居民都十分樂意借我們東西，讓我們順利的完成社區活動。

回首這兩年社區工作，在炎熱的夏天，汗水從背脊流下的感覺，在刺骨寒風中雙手僵硬的感覺，害怕上台雙腳顫抖的感覺……，真的很辛苦，是什麼力量支持自己繼續走下去，我想是民眾獲得健康時，開心的笑容與感謝的眼神。

如果再次選擇，我依然會選擇做個社區護理的「現代好女人」，因為這些經驗讓我的人生更豐富，也能更深刻體會助人的幸福與快樂，期望未來能在社區盡己綿薄之力，繼續深耕社區。



越來越常看到社區的許多角落，不管是學校、菜市場、廟口等等，都會舉辦健檢活動，或是衛生教育宣導，社區健康中心的護理師就是其中的主力成員。

