

新聞園地

6/17—攜手：銀髮族也可以有活力~爺爺奶奶音樂治療秀 show in 仁愛醫院
由頂朝梅老師指導的文山養護中心銀髮學員於99年6月17日在仁愛醫院大禮堂發表「音樂治療成果秀」



頂朝梅老師



▲ 李秋緣主任及照護服務員們賣力合奏



▲ 鼓隊合奏「雙鷹進行曲」



▲黃景澤爺爺唱「望春風」悲從中來唏噓不已



▲王雪嶺爺爺為大家唸祝禱詞

6/18—仲夏音樂會 in 文山老人養護中心

董事長的千金王懷瑩小姐今年 5 月獲得美國紐約大學音樂碩士學位，回國探親期間，特至文山養護中心擔任志工，為長輩們獻上一場音樂會，並請長輩們一同歡唱。演奏歌曲有：Over the rainbow、月亮代表我的心、夜來香、Memory、何日君再來、茉莉花……之後，長輩們懷念不已，一直問主任，何時王小姐能再來表演同樂。



文山的後花園



獎卿文山老人養護中心 王雅慧

「機構綠美化」是本中心今年的重點計劃之一，同時也希望藉此讓機構全體總動員，一同打造既舒適又健康的生活環境。

初步的準備期由主任、總務、社工至臨近的興隆花市進行採購，並邀請到園藝達人楊老師(也是中心個案的家屬身份)一同前往提供建議。採購的過程中，不僅要考量到植物的外觀、功能，同時也須考量到植物的養植難易是否適合長者來照顧，得以提升他(她)們的成就感。經一番討論及徵詢店家意見後，決定選購火鶴芋、非洲堇、大岩桐、愛玉、蜜月天使等植物來養植。接下來中心舉辦園藝講座，邀請楊老師來與中心的長者們及工作人員分享一些植物的養植技巧。課程中也讓爺爺奶奶們實際演練移盆、撒水，更開放讓長者們自行認領盆栽養植。大家反應熱烈，每位長者都爭先認養至少一盆盆栽回去照顧。

前置作業及教育講座陸續完成後，接下來的照護才是一大學問，除了爺爺奶奶們對此活動相當熱衷外，中心所有的員工也都一同參與機構綠美化的執行，除了平時協助照顧外，也隨時留意不讓植物因澆水過多而淹死或因遺忘澆水而乾死的情形發生。為避免盆栽意外，中心於3樓行政辦公室內設置「植物緊急救援中心」，對快枯萎的盆栽進行特別照顧。此中，也有長者對園藝相當專精，在他們手上照顧的盆栽，皆長得相當茂盛，也開出鮮艷的花朵來，博得大家的佩服及稱讚。



「環境綠美化」業已執行約半年了，在文山老人養護中心全體總動員共同維護照料下，不僅讓年長們體驗到生命的奧妙，提昇自我的認同感及價值感，同時也無形中改善了中心的環境品質及提升住民的舒適度。當然半年執行的成果仍未盡如人意，但也讓我們更有信心繼續推動機構的綠美化，共同打造一個如世外桃源般，一個更舒適更高品質的家，相信也是大家期望的。



生命的另一種體會

文山照顧服務員 賀恕慧

清晨 6 點鬧鐘響起，我瞬間清醒，像往常一樣盥洗之後，騎上我的 125 小野狼，飛奔地往木柵方向前進。一路上默唸著祈禱文，希望菩薩保佑今天工作順利、爺爺奶奶平安快樂、同事相處和諧愉快。

獎卿文山養護中心路口斜對面的丹堤咖啡店是我每天早餐活力的來源。用完早餐還有一點剩餘的時間，隨手將今天工作的流程 run 一下，準備上工囉！

進入「文山」4 樓，不少爺爺奶奶們早已起床，即將開始晨間活動了，道聲『早安』，打好卡回到 5 樓，但見大部分的爺爺奶奶們都起床了。走到工作間，看到夜班的同仁仍然忙碌著。換上制服交班後，表示今天的工作已就緒。今天是我替長者們洗頭洗澡的日子，趕忙將前置作業準備好，開始洗澡囉！

拉上隔簾，脫下長者的衣服，抹上香香的洗髮乳與沐浴乳，希望「受洗者」有如頂級般的 SPA 享受。仔細的檢查長者的皮膚狀況，擦乾身體，抹上凡士林與乳液俾保持皮膚的濕潤度，火速地替長者穿上衣服以免感冒。最後吹出個漂亮的法拉頭，大功告成，YA！

在外場的同仁更是忙碌，將未洗澡的爺爺奶奶們會陰沖洗後，並協助下床及坐上輪椅。生命徵象的檢測也是每日不可或缺的例行公事。長者們大家洗完澡後，我已飢腸轆轆，聞到大廚為個案特別精心設計的菜肴香，差點流下口水。唉！好餓哦！雖然我的餐點也近在眼前，可是還是要先讓爺爺奶奶們吃飽囉。盛上湯後，鼓勵爺爺奶奶們慢慢吃、多多吃。餵食與協助用藥真是一大工程啊！將吃飽飯的長者們去刷牙、上廁所後，還要協助上床午休。接下來仍不得閒，還要趕快記錄個案的『每日生活紀錄表』，包括午餐飯菜湯量、喝水量、大小便次數、耗材使用狀況等等一五一十都要記錄清楚，好不容易挨到我的午餐時間了，奇怪，好像不餓了耶！

午休後，忙碌又將開始，不外乎會陰沖洗與協助下床，帶個案去做復健與活動參與。光陰似箭，又到晚餐時間了；晚餐過後，忙碌的一天即將過去，就像到「獎卿文山」一樣，轉眼快過去半年。

來「獎卿文山」使我預先體會生命的真諦，在我的餘生中能有此機會，是何等的榮幸！

在『剛達爾溫柔之光』一書中曾提到「人生不是取決你擁有什麼，而是取決於你的身邊有誰，和你有多少愛。」席慕蓉在「所謂的曾經，就是幸福」一文中也說：「當你碰到某個



對你特別的人，不要太輕易感動；當你碰到某個讓你心儀的對象，也不要馬上深陷；當某天有個人向你告白，也請你慢慢發現他的好；當某天有個人對你傾吐，也不忘靜靜聆聽他的心。欣賞你的人可以使你充滿自信，批評你的人可以使你愈挫愈勇，傷害你的人可以使你更加堅強，疼惜你的人可以使你知道感恩〈付出〉，依賴你的人讓你擁有能力，想依靠的對象可以让你歇歇腳。沒有不好的人、事、物，只有欠缺不好好用心體會的人。付諸熱誠還以原色過個好的藝術生活，饗宴週遭。一直以為幸福在遠方，在可以追逐的未來，我的雙眼保持著眺望，我的雙耳仔細聆聽，唯恐疏忽錯過。後來才發現，那些握過的手，唱過的歌，流過的淚，愛過的人，所謂的曾經，就是幸福。」是的，生命的本身，提供了永無止息的學習機會，產生能量的共振效應；我能夠在每日與長者們相處的過程中獲得智慧，就是一種幸福的能量！

無題

詹桂英

我在美商煙酒公司擔任業務工作 20 幾年，推銷煙酒，接觸人或事不離“煙酒人生”。錢賺得快，花得也快，不知不覺中，我也養成每天吃喝玩樂，對於人生並沒有多大的體驗。或許因大環境不景氣，工作丟了，休閒在家吃老本。有一天表姊跟我說已幫我報名獎卿護理展望基金會照顧服務員的訓練課程，無所事事的我抱著一顆好奇的心，就去上課了！未料在老師的安排下，至台北市文山老人養護中心參觀，也正是在這個地方，開啟了我另一個不一樣的人生旅程。

接下了文山老人養護中心照顧服務員這份工作，令我獲益良多。以前在商場上酒醉金迷的人生，我以為人生就是如此。然而，在真正踏入照顧服務工作，與爺爺奶奶們相處後，才發現自己是這麼微不足道。在服務爺爺奶奶們的過程中，了解到他(她)們很多因想念子女，想法都很悲觀，情緒也很低落。為此，我總是利用機會安慰他(她)們並逗他(她)們開心，讓他(她)們心情愉快。即使一個擁抱，奶奶們也可以直接感受到我對她們的關懷；一個問候，爺爺們更可以體會到我就像他們的家人一樣。我喜歡及珍惜這份工作，也因有這份工作經驗，讓我體會及知道尊重生命的價值。

我願用我今後的人生，做好照顧服務工作，期許自己可以在有生之年『陪他(她)們走過他(她)們不能獨自走的路』，讓他(她)們活得更有尊嚴，也使自己活得更有意義。



淵、緣、遠、願

護理之家 林曉玲

首先必須事先聲明，以下的文字內容，真的純屬我個人發自內心的感想，而且是有好幾次，這樣的念頭一再的出現，要我勇敢的表達出來。

話說來到獎卿的「淵」源，就必須回溯到十一年前，當時我剛考上夜二專，想找一份工作，單位也願意配合我上課的時間，其實很不容易，經朋友介紹就來這裡面試，當時不敢抱太大的希望，也不知道自己能不能勝任這份工作，因為獎卿對護理人員的要求很高，須有相當豐富的經歷。所幸當時秘書長就笑臉盈盈的鼓勵我說：「沒關係，反正畢業以後也是護理師，加油！」。而「護理之家」的屬性，真的和其他急性單位不一樣，裡面的長輩有可能要相處三、五年，甚至十年，所以不論我喜不喜歡都得去面對，所以如何在最短的時間，調適自己來熟悉並認識每一位住民，甚至家屬，真的是件苦差事，也是一門高深的學問（因為要清楚每位住民名字？有沒有偏名、綽號？有甚麼特徵？診斷？住在哪一樓？哪一床？哪位家屬較常來？有事情時該連絡哪一位家屬？甚至還有分單月、雙月該通知的家屬居然還不一樣？）剛開始，還真的是體會到什麼叫「失眠+惡夢連連」。

「緣」份，它其實真的很奇妙，在機構工作的十一個年頭，我結識了好多好的人，包括曾經照顧過的個案、家屬、機構的主管、同事...等等。在外頭偶遇時，總還能哈啦幾句，彼此問候，其實感覺真的是超開心的辣。獎卿在高雄設有護理之家、居家護理、居家服務、宏昌老人活動中心（預計將於九十九年底於七賢路上再開辦日間照護中心），這幾個單位。因為除了宏昌活動中心是最「遠」的，由社工師主導外，其餘的單位，我都“因緣際會”的去過了。但這個該歸功於誰？？嘿嘿！我實在是不知道耶！！其實我真的不懂得為什麼總是能有各種的機緣能一直換單位？但轉個念頭，我告訴自己，當在某一個單位出現工作倦怠期時，反倒覺得自己很幸運，嘻嘻！因為我總有機會再跳到下一單位去“嘗鮮”。

經歷在各個單位工作後，覺得在獎卿裡每個單位的同事真的都必須有二把刷子。護理之家的護理師，除了有相當程度的照護知識與文書能力外，還須要有耐心傾聽家屬、個案、甚至照服員的情緒都須適時的給予支持，有時辦活動，也需要能應變，察言觀色的提供各種的協助。護理之家的照服員也很勇猛，除了需要熟稔的照護技巧外，更需要有強健的體魄。因為獎卿的照護，在長期照護業界是出了名的「操」，所以能待得下來的也算是同業中的佼佼者了。居家護理師也真的很強喔！因為我們除了少數的居家個案外，合作對象大多是機構，它們有些希望知道評鑑該如何準備，有的則是希望提供在職教育，所以我們必須先開個會，

整合大家的技術，有些甚而是...，總之是五花八門的需求，在這應對進退中如何能取得雙贏互利，尺度如何拿捏倒也是一門學問。另外居護還有支援教育訓練的術科監考，如何去事先熟悉每位個案的照顧技巧，也需要事先下點功夫。但其中最恐怖的莫過於接到「健保局」的電話。有時我們正在協助換管，接到同事電話轉述健保局來電說到『某某某的健保伸延好像沒提出。』又或是『某某某的日期有問題。』當下一股寒意直衝腦門，管路實在是快要換不下去，只想馬上拿出記錄來求證，自己是否真的有疏失？有好幾次真的是虛驚一場，差點被健保局的小姐嚇死，又不敢給他兇回去，唉唉...。

居服的督導也真不是蓋的，接到新個案時，也必須頂著大熱天，先到新案家熟悉服務範圍與約定，再來挑選適合的居服員提供居家服務。平常電話也總是接個不停，一會兒居服員生病請假找代班，一會兒家屬有抱怨要求換人，一會兒居服員覺得太吃力做不下去，或者與案家互動不良，雙方都會提出要求換人。居家服務員也真的超辛苦的，有些案家會要求每星期洗紗窗、窗台，有些案家還堆了幾天的衣服請他們協助清洗，協助個案洗澡時，有少數的個案又會有不同的...，面對種種的問題迎面而來時，是家屬的要求過分了？又或者是居服員自己亂了腳步，超過服務範圍？端看有如「包青天」一樣的督導員角色，來居中協調，讓雙方都能和睦相處。曾遇到失智症長輩需要家務整理時，居服員一進門撲鼻來的臭味，差點把他嚇暈了，因為牆壁已經到處被失智的長輩不自覺的塗上便便，讓他慌了陣腳打電話進辦公室求救時，也讓我哭笑不得，這時該適時的給予居服員心理支持，讓他能清楚長輩這樣的行為完全是疾病導致，絕對不是故意找麻煩的。哎喲！反正是千奇百怪的事情都會出現在居服，督導員的性情不夠溫馴+果斷，還真是會令人時時抓狂。

最近的一項任務則是完成照顧服務員的開課計畫書了。今年度因整個計畫案改由職訓局來做指導單位，許多的內容都有大幅度的異動，剛開始召開說明會時，有經驗的前輩踴躍的發言甚至還砲轟，而我實在是「鴨仔聽雷」，有聽沒有懂，但還是沒得選擇，就先一頭栽進來了。結果真的是換了個位子，就必須換個腦袋，計畫書的內容除了他所要求的十多種相關附件以外，我們還需請教會計該如何寫預算。還有還有喔！哪一類的學員報名，所需繳交文件是哪些？特定文件又是哪些？請領相關補助，該附上的證明文件也還不同？救命喔！真的是把我搞得七葷八素，簡直快瘋了。而且這個要先等收到這個**文，才能再送出那個**文，光一份招生簡章一改再改（真要命，一共被折騰了五次），公文的往返、所花費的時間、精力，還真不是三言兩語就能涵蓋的。當然在這個過程，我也認識許多的盟友，主任還笑稱我的名字最近很紅喔！

說了這麼一拖拉庫，其實心裡頭還是開心的成分多一些啦！在獎卿的時間，我常自嘲，自己的個性已經被磨練的由尖的變成圓的甚至是鈍的了（神經大條）。我們還常常與同事們互相打氣，說我們時時像在打仗一般，常覺得這一關我死定了，但總還是能「關關難過關關

過」，一切都能逢凶化吉，化險為夷。但我內心只有一個小小的心「願」，希望有機會告訴每個單位的每一位同事，大家真的真的都好棒、好厲害、都是不可取代的，目前我們在各自的工作崗位上，還“禁得起”種種的磨難下，大家都要互相加油打氣，度過低潮，因為這份工作除了能圖個溫飽外，還能真正幫助到需要幫助的人，這真的真的是一份很不錯的工作，希望我們為了不僅為了自己，也為了別人，都要繼續努力加油喔！



高雄居護 洪來鞠

猶記第一次接觸到居家護理這份工作，心情有些緊張，因為沒有長期照護的經驗，也沒獨自面對家中個案的經驗，而在學習中自己成長不少，時間過得很快，一轉眼，從事居家護理已近三年，雖說資歷不久，但服務的個案卻讓我成長不少，居家個案多為慢性疾病導致長期臥床，需要醫療人員到訪更換鼻胃管、尿管、氣切、壓瘡護理指導，並指導居家照顧者相關照護的技能，提升居家個案照護品質，在指導個案中，自己也在教與學中有了成長。

而在居家護理服務中難免會接觸到死亡，面對死亡讓人覺得無力，一位個案王先生，81歲，97年6月收案，不是因為中風，而是因肝癌轉移的個案，因轉移至脊椎壓迫神經，導致下肢無力、排尿困難，因而插有導尿管，個案並不知自己的病況，一直認為自己是脊椎的問題，只要開刀就能再走動，曾和家屬討論是否告知個案，讓他知道自己的疾病，但家屬決定不告知，怕他知道了會承受不了，希望他能平順的走，一直到個案食慾變差，進食量變少，醫師建議插上鼻胃管，以供生理所需，家人都未同意，因他們不願個案在清醒下插管，增加他的不適，也認為一切順其自然，不願延長他的痛苦時間，而在了解家屬的心理準備與接受程度中，才知原來他們都做了準備，在醫院醫師告知無法再治療時，他們已在做後面的安排，而個案在97年11月份再次入院後，我卻只等到媳婦的一通電話，告知他公公走了，要回鄉下辦理後事，謝謝我的照顧，心頭一顫，卻不知該說些什麼，心中念著，不知他是否沒有遺憾呢？走的平順安詳就好。當疾病無法再做治療時，所能給予的只是心靈上的慰藉而已，讓人覺得相當無力與無耐。

在居家護理中，面對生離死別一定也比別人多，而每一位個案都讓人有不同的感觸和感動，不是只有我們付出，個案及家屬也讓我們在護理領域成長許多，在護理工作中需要有視病如親的心，才能走的長久，不是嗎？



居家護理——有如特別護士的家人

大台北居家護理家屬 林綺雲

居家護理，這個名詞在你不需要它的時候，你會覺得，那是什麼？從來都沒聽過，跟我有何相干？然而，一旦你需要它，你會發現，它跟你卻是那麼地密不可分，幸好有它，有它真好！

我的媽媽於民國九十三年十二月腦部腫瘤開刀後，即癱瘓在床。剛開始的照顧，擦澡、更衣、翻身、拍背、活動關節、餵食等等的工作，住院時護士小姐不厭其煩地一再衛教指導我們，因此出院返家後的照顧工作尚可應付。但是隨著臥床日子的增加，媽媽的照顧需求越來越多，愈覺得對沒有醫療背景的我們帶來極大的衝擊。鼻胃管、尿管的留置讓我們害怕、耽心、怕感染，怕一旦回家，有狀況時該怎麼辦？住院期間，醫師、護士都在身旁，有任何問題可以隨時尋求幫助，但是總有出院的一天，總不能賴在醫院不回家，回家後又該怎麼辦？送養護中心，不放心，可是自己又什麼都不會，六神無主，真不知要如何是好。此時，第一次聽到「居家護理」這個名稱。出院前，醫院的社區護理師告訴我，院方會安排好離住家就近的醫療院所到家裡提供居家護理服務。他們(居家護理師)會依照就診醫院的資料到家裡訪談，評估病人的需求，再安排定期的居家照護，提供護理專業的服務與諮詢。媽媽從民國九十五年九月留置鼻胃管，十二月再增加留置尿管至今，居家護理的護士小姐，不但定期來更換鼻胃管、尿管、更不時地關心病人身體是否有異狀？有無大小傷口需要換藥護理？持續追蹤復原情況。也會依病人的情況提供建議較佳的照顧方式或與主治醫師看診時溝通的注意事項。

對我們家而言，居家護理幫助我們，不會因為醫學常識的不足而耽心害怕，就像有個特別護士的家人一般，有問題隨時有人伸出援手，不用耽心不是醫師的看診時間問無人，而且因為有醫療背景，所以比家屬注意得更仔細，照顧得更小心，讓家屬在照顧上獲得喘息的機會，不至於天天緊繃神經。

自民國九十五年接觸「居家護理」至今，深切的感覺到它的重要性，老年化的社會，老人越來越多，少子化的社會，年輕人越來越需要照顧更多的老人，不敢想像如果沒有居家護理的幫助，將來的年輕人會如何的疲於奔命，會有多少的老人、病人會被疏於照顧呢？不敢想像也不能想像。



陪他(她)走過一段不能獨自走的路

~~照顧失智長輩的經驗談



大台北居家護理家屬 周川弘

年已過七十，人生才剛開始，卻擁有廿多年照顧失智長者的資深經驗，這並非令人感到自豪與驕傲，反而是常反省自責，後悔錯失了照顧良機、照顧方式和策略偏離正途。

現在的我-照顧已過百歲人瑞的雙親，體能的狀況皆已返老還童，家慈已回到嬰兒年代；家嚴還好但也回到國小，都領有重度智障的手冊，也享受到社福的照顧。兩位失智長者，都服用過愛憶欣、scamin、risperdal 等，家慈更嚴重到每晚都要投入鎮靜劑。謹將多年的照顧經驗與心路歷程分享如后：

一、問診求良醫而非名醫

照顧失智要從失憶開始觀測，儘早快速求醫，求醫切勿盲從追求名醫，經驗中曾發現大醫院之名醫，長期簽給慢性病處方的長效性的藥丸，自從家慈開始使用鼻胃管灌食已有三年，名醫照開不誤，當從網路查閱用藥說明，才知藥丸不可切割、磨碎，經返診時請教名醫，也沒有明確的答案，僅立即汰換了藥丸。當然醫療難免會有疏失，但要將真相告知照顧的人，有錯即改善莫大焉，免得照顧的人，難免縈繞在心，梗梗於懷，日日自責問心難安。所以求醫要求良醫，而非靠知名度，費用高，求診病人多，能說善道的名醫。

關於醫療失智病人的良醫特質：要視病人與照顧者的苦難為必要的醫療目標。

「治療不單要仔細問診醫病，同時還要醫療調適照顧者的信心、耐心」。要治療改善深受失智症困擾的生活，需有一顆熱情、善良的心，且兼具細心與專心。良醫非可遇不可求，但須多打聽、多觀察、多思索，找到並不難。良醫能早期診治，可延緩失智進程的速度，平撫失智者的情緒。

二、照顧病人求安樂而非聽話

失智的長者常會發生不正常、非理性的反應，照顧要能瞭解，失智者是病人，而病況是日趨嚴重，現代藥物和醫術仍是無法控制和治癒，失智者的智商會返老還童。患者的心裡深處，常會發生像嬰兒般的恐懼，有莫名的憂鬱等等。幼稚性的情緒反應，嚴重時困擾全家的日常生活，這種變化進程的快慢非全能依賴藥物改善的，重要的是家人的關懷和愛心，讓失智者生活感到安樂和備受尊敬，絕非能期望糾正失智者會變乖巧聽話，這已是無能為力的事了，那會事倍功零（得不償失），照顧者要有正向、主觀、理性來處理，要認識失智症病況，

病情進展。同時要自我建設，往後疾病的軌程必然問題愈多、病情愈嚴重、照顧愈困難，成效可能會愈差。

三、提供失智者有個安樂的生活品質

改善生活基本的品質，追求安全衛生的居家環境，提昇失智者生理及心理的健康，必須設法讓失智者感到安心，享受到全家給予的愛心、關心、呵護，但也勿忘記隨時調適自我，建立健康平衡的身心，和同心協力、福難與共的家庭，困難時別忘了向外尋求社福幫助，如此才能安然渡過照顧失智者後段的人生，也瞭解到唯有這樣的堅持，才能減輕全家生活的壓力。

四、照顧失智者--吃、喝、拉、撒、睡、藥

這都是老生常談，生活上的照顧，就是要謹慎小心。

<吃> 講求適合體質的食材，營養要均衡，保持合理的體重。

<喝> 要保持每天尿量，讓腎功能正常，由調配喝進的量著手。

<拉> 設法可以每天正常排便，當然由吃喝的食材著手。

<撒> 每天的尿量要約有 1200 c.c.左右，由喝來著手。

<睡> 白天少睡，夜間要甜睡，講究溫暖舒適和常翻身，空氣要清新。

<藥> 按時投藥，注意藥物副作用，可減量時先速問醫師後即減量。

人老器官不停退化，切記身體保暖，室內空氣要清新，保持暖和的室溫，不要高過攝氏 30 度，也不要低過 25 度，視老人四肢冷暖而定。適度穿著衣服保持體溫是非常重要的。

倘若家有外勞，開始雇用時，必須嚴加教育訓練，要求加強四肢的復健按摩，排定失智者的生活時間表，按表規則行事，這種教育訓練非常重要，可向政府長照機構申請協助。

長照會提供居家照顧必要的資源，如：護理師、營養師、復健師、家庭醫師...等等的居家服務。並且可從中學到很多必要且重要的護理常識。千萬別放棄您應獲得的社會福利，這是失智者應享有的權益。

走過這些日子，除了盡責的照顧策略並經常的反省檢討及改善，糾正且調配正確合宜的生活方式，營造改善新的環境，迎接美好的未來日子！！最後，感謝政府及長照系統護理人員們的指正；尤其是獎卿居家護理徐護理師的協助與指導。



小故事大感動

北居服組 富春靜

每次出門去工作，進入到一個不屬於自己的環境，更要在有限時間內完成我們應遵行的服務內容，每每必須面臨很多的挑戰。不論如何，謹守本職，做該做的，說該說的，每天像在輸送帶上行走，一步一步的進行，一個一個的服務，論備餐、洗澡、散步、陪同就醫。當我完成服務離開，就是我最大的成就感，心裡好開心。

夏○○奶奶，我曾經服務予妳，三總陪同化療就醫，中午幫妳買粥，從妳身上讓我看到了堅毅與不屈服，包含了你外國老公的背叛、無情，及可憐自閉的孩子。但聽到妳轉安寧病房，聽到你狀況不佳，昏迷、過逝，很難過，再多的祝福也喚不起妳。但我一直記得妳的奮鬥，你的努力。

巫張○○阿嬤，每當我經過這個門口，即刻會湧出許多不愉快的記憶。她的兒子污衊我偷東西，說她的指甲剪不見了。但社工花了兩個小時結果在他的床底下找到，他對我的不實指控並未道歉，反而不停的報怨。讓人失望，讓人痛心，還好社工暉婷支持我，這整件事情，讓我許久難以釋懷。

鄒○○伯伯是一個獨居老人，非常和氣，待我很好，稱我小妹，很溫馨也很親切，每次我離開他都會不捨的站在窗口和我揮手，如今再也看不到那個獨居的身影，他已遠離病痛升天做仙佛。

陳○○婆婆，每次我去她家都是代班，待我非常客氣，更如同老朋友般的招待我吃東西、喝水。雖然很禮貌的婉拒她，但心裡還是很窩心很感動，整個工作流程更是感覺進行得又順暢又舒適。

楊○○先生，比我略長幾歲，因工作受傷下半身癱瘓，每次去慈濟醫院做復健。然而他的樂觀、進取、豁達，及各項豐富的知識，都讓我驚奇不已。無形之中，四個小時的陪伴更在不知不覺中過去了。

宋○○伯伯，耳朵重聽，獨居，吃素，很省，捨不得花錢，他的食衣都是我幫他採買，選擇柔軟、易咬、自然的食品，他不挑剔，更讓我工作無壓力，每次離開都會在陽台上和我揮手，一直到我轉出巷口看不到為止。

這是一份特殊又不平凡的工作，讓需要我們的人獲得幫助，也給在自我成長中的自己得到學習與認同的機會。接受考驗，時間就是最好的認證，但願每一天都能平安又愉快的度過。



從事居家服務員工作，豐富我的人生

北居服組 林郁娟

居家服務員的工作，基本上是個案家裡提供所需的喘息服務，應各個案所需的項目不同，照顧員應具備各項專業技能以符合案家所需，例如：協助案主復健運動及就醫、協助肢體障礙者及失智老人沐浴和如廁、清潔環境及購物、為案主烹飪備餐等等。綜觀以上陳述，可以了解此工作需同時具備知識與技能，就中年失業轉業為居家服務員的我，既賺得了豐富的工作經驗亦滿足了經濟上的需求。

多年的工作中，讓我印象最深刻的就是涂奶奶，她是一位失智的長者，跌斷了大腿骨，手術後的復健中，家中有這麼一位病人，令她的媳婦照顧得心力交瘁，甚至即將爆發憂鬱症。經他們的家庭會議討論，準備聘請外傭或外送安養院以減輕媳婦獨力承擔照顧的壓力；在我到府服務約三個月後，他們決定取消聘雇外勞，也不送安養院，一家人決定合力照顧這長者的生活。這三個月，我的工作內容是：協助清潔大小便、沐浴、復健運動、翻身拍背，過程中同時觀察她是否有褥瘡，及指導家屬如何照顧壓瘡和睡姿手腳的擺位，另外，從大小便的顏色、氣味、排泄量，可發現異常情況，曾有次發現她疑似陰道感染，建議及時送醫治癒；今年初天氣嚴寒，案主不慎感冒，她咳得十分厲害，常出現上氣不接下氣，且無法自己吐痰，於是指導家屬經常協助她翻身、及正確的拍背方法，同時經由鼻胃管增加水分的供給，終於緩解她的不適，也獲得快速痊癒。

卞太太從小患小兒麻痺症，十年前發病確定是遺傳性的糖尿病患者，從此藥不離身；七年前跌斷大腿骨和三年前跌傷腳踝，使得行動更加不便，也因為多年來坐姿不正，導致脊椎側彎且壓迫神經，引發背部經常疼痛。陪同就醫初期發現她不會向醫師陳述病症，我就從旁協助她，讓醫生能對症下藥；亦同時協助她從營養師那邊獲取正確的飲食知識，經由飲食、藥物、運動三方面控制，讓血糖指數維持在安全範圍，我也很勤奮的協助她從事復健運動，以改善她的疼痛不適。所以，她最常對我說的一句話就是：「我們情同姐妹啊！」令我十分感動！

對於歲數已大且中年失業的我，多年從事居家服務員這個行業後，我的感想是，在這幾年中大環境的改變，導致就業機會不多，相較之下，我獲得了工作機會，經濟上也獲得滿足，我真的很感謝！另外，用工作中獲得的知識與經驗，既能照顧個案主又能照顧自己和家人的身心健康，也是一大收穫！最後，得到案家的信任和感謝，更是豐富我的生活及生命。



心的方向--快樂當志工



關懷組 陳品紫

在「社區照顧關懷據點」當志願服務電話問安及訪視獨居老人的志工已四年多，從鼓山、左營、楠梓各地區的關懷據點一路走來，我深感到各據點都各有服務的特色方針。楠梓關懷據點是公設民營，社會局委託獎卿護理展望基金會經營。獎卿是發展護理專業的大機構，台北／高雄兩地都設立推廣護理教育組，另有居家護理所、養護中心等等。雖然我只在關懷據點協助一小部份的行政業務，但是能成為獎卿的一份子，的確三生有幸，因為獎卿的相關單位陣容龐大，最主要長期照護的專業與照顧關懷據點的業務息息相關，楠梓關懷據點有獎卿在做後盾與輔助、兩相宜的互補優點是其他關懷據點望塵莫及，因此，我很樂意在這個優質的單位服務長輩，達到心的方向--快樂當志工。

經過志工培訓教育及服務技巧的課程，加上自己也是獨居老人，對於長輩的身心狀況都能感同身受，尤其對獨居老人的訪視大都能得心應手，四年多的服務經驗，讓我覺得一切都駕輕就熟，就像在服務親朋好友般的親切。

每次拿起電話聽筒要問安的那一刻起，我就會調整好自己的聲調和語氣，隨著案主的性情及需求，以多元化方式應對，對於嚴肅的長輩，必需禮貌地噓寒問暖，不可無厘頭地哈拉。有憂鬱症的案主，我就做傾聽者，當他宣洩的出口，讓他把沮喪、埋怨、煩悶的情緒都發洩出來。絕不可與他的悲情起舞，要有技巧的鼓勵、婉言建議。慢慢地把他的心境帶到有希望的境界，並柔性勸導他看身心科。有躁症的案主比較急性，必須讓他一吐為快，要以慢克急，耐心聆聽少插嘴，如果案主無頭緒的講不完，無法糾正他時，我就會以他之前的話題來發問他，在他來不及思索回答時，我就會告知他，這頭有訪客，下次再談，畢竟他的躁言躁語也發洩得差不多了。對於身弱的獨居長輩要注意傾聽他的語氣及尾聲，問他是否需要申請居家服務或陪伴就醫。新列冊的案主，必需詳細說明電話問安的原委，案主的資料是區公所提供，讓案主有信任感，要旁敲側擊的從聆聽中去揣摩案主的性情，不要調查式的追問，等日子久了，案主熟悉你的聲音，就會感受你的關懷，通常一般的案主對我的問候聲都已耳熟，有的案主會把我當老妹一樣的關懷我，叮嚀我要保重身體，讓我感到很窩心。平常我問安的口頭禪：『早、晚要到公園散散步，身體好』，建議與人交流，不可獨自面對孤獨，對於健康的長輩要鼓勵參加「社區型長青學苑」有多元化的課程。我想，當今的年長者的確太幸福了！政府設定多項老人福利、弱勢的高齡被特別照顧，健康的銀髮族學習到老，樂活到老，而我這個獨居老婦心的方向，當志工有使命感，精神有支柱，也能快樂活到老。

我從居家服務個案中得到的省思

林耿進

投入老人福利領域擔任社工這麼多年來，服務過許多需要被照顧者。覺得這些需要被照顧者，其實有很多時候是可以避免這麼早就失去自我照顧能力的，但是許多人沒有正確的觀念或常識，導致身體狀況很早就亮紅燈，並且造成一些無法恢復的身體狀況（例如：中風），有時候常會為其發生的狀況覺得惋惜。同時讓我感覺「不管錢賺再多，最重要的還是保持身體健康，才能讓我們人生是彩色的。」

我曾經有位個案是 39 歲就中風臥病在床，也有個案 62 歲第一次中風，至 79 歲已經第八次中風，但仍勉強可起床，且經常由妻子協助推輪椅外出散步。另有位個案已 93 歲平常有固定散步與運動習慣，因跌倒才臥病在床，並且痊癒後尚有機會可以走路。

這麼多個案中依據記憶分析，許多個案會臥病在床主要是因為以下幾點主要原因：

- 一、錯誤或沒有正確之醫學常識，例如：個案自己已中風，嘴巴微歪且流口水，案子要送醫急救，案主卻堅決反對，以致於後來雖然送醫搶救回來生命，卻因送醫過晚，導致已全癱，且須使用鼻胃管及尿袋，案子至今仍有時候會流淚後悔當時未堅持立即送醫。
- 二、未適當控制食慾：例：個案明明已經患糖尿病，卻仍喝超甜的紅茶及愛吃甘蔗。或明明已經洗腎，不宜攝取過多之水份，卻仍每天至少一杯 500cc 飲料，不給她喝就罵女兒，身為護士的案女亦沒辦法改變其行為。
- 三、無適當之運動量：許多個案其實生病，是因為活動量不足，以致於造成代謝症候群，進而形成三高，而使身體健康狀況惡化。「活動」可解釋為活著就要動，但事實上許多人仍然無法讓自己養成定期活動習慣。我印象較深刻的是，有一個羽毛球隊的隊友直到 85 歲仍然固定每日散步四小時以上，每周至我們球隊打球 2 次，雖然其因骨頭較硬無法彎腰揀球或接球，也無法跑步打球，但其球技仍然不錯，比大部份剛學會打球不到一年的厲害。我想「阿公」隊友就是因為有固定活動才能一直保持身體健康。
- 四、固執的想法：很多長輩其實只要改變一些生活習慣就可以改善其身體健康或至少惡化速度可減緩。例如：長輩吃的食物太鹹了，請營養師告訴他，但案主說明已吃習慣不想改變。

擔任居家服務督導員家訪時，看到個案有需要協助或觀念錯誤，能確實幫助個案或給予衛生教育對方接受時，感覺很有成就感。可是，大部份情況是個案或案家有許多地方不願意改變，這時候就會有挫折感，但雖然有挫折感，我們依然會盡我們的力量讓案家能更好照顧案主，以提升案主生活品質。

尊重生命，瞭解需要，影響生命



9805 期北區照顧服務員訓練學員 詹慧娟

感謝主的巧妙安排—我參加了此次的課程，這是我之前從未想過的，期間經過了各位老師的用心教導、仁愛醫院的學姐學長們的耐心輔導，使我得以順利結業，對我的生命是一項重要的突破，很感恩也謝謝各位老師。

此次的課程學習到了如何正確照顧需要幫助的人，除照顧身體上的需要如使其安全、舒適...等，也顧及心靈上的需要如尊重與安慰...等，在實習的機會中，更體會到醫護、照顧人員的辛勞，使我對他們更增添許多的敬意、感恩，這真是一份需要有很大愛心、耐心的工作，他們照顧了別人，卻常忽略了自己的身體健康，譬如常沒時間喝水、吃飯、休息...等，一不小心自己還會受傷，真是不容易。

因在仁愛醫院的骨科病房實習，四天的學習當中，有三天的時間都是跟隨麗玲姐，她真是一位很好的典範，真誠、熱心，對工作認真負責，對個案的關心與幫助，讓我非常感動，我要多向她學習。另外看到躺在病床身上插著各式管子的爺爺、奶奶們，無意識地任人翻動身體，不舒服時也只能基於本能反射動作地顫抖一下、臉上顯現出痛苦的表情，心裡真是說不出的難過，加上透過在詠愛病房實習同學的心情分享：前一天還在服務的個案，隔天就聽說已經走了。因此為了「人的生命真的很脆弱」而心中感傷，也更珍惜生命，進而激勵自己應活在每個當下，把握上帝所賜予的每一天，數算 神的恩典，以更積極正面的態度來生活，不要專注在自己的難處上，將它交託主，而要在別人的需要上看見自己的責任，生命雖然脆弱、短暫，但我們可以活出美好的生命。

實習結束後主任安排參觀文山老人養護中心：爺爺、奶奶們對於我們的問候，是那樣的開心，拉著我們的手，久久捨不得放掉，使我真的感受到老人真是需要我們真心的關懷就如同家中的父母、親人、長輩。其中有一位住在六樓的九十多歲老爺爺，更是讓我印象深刻—本來茫然的躺在床上，當我問候他「爺爺好」的時候，他竟開心地拍起手來，使我既感動又心酸，這麼一句簡單的問候，竟然能夠帶給他這麼大的快樂，可見他心裡有多孤獨、寂寞，多需要人的安慰與陪伴，若不是時間有限，真想再多陪他一會兒，希望將來有機會再去看他。

很幸運地：這次的課程認識了許多同學，三週來的相處彼此非常融洽，也有許多熱心的同學，讓人留下深刻的印象，使好久沒當學生的我，重溫學生時代那種人與人間的那種單純的快樂，我很珍惜這份珍貴的情誼，將之深植我心。

期盼不久的將來能規劃這方面的工作，多增加一些實務經驗、考取丙級技術士證照，運用所學幫助需要的人，提供身、心、靈全方位的優質照顧，為主所用。

（作者：慧娟--是位個性溫和有禮的基督徒，因公司的關係及經濟的考量，目前尚未結束原來總務的工作，熱心助人的她著手積極轉換職場）

愛，就是在別人的需要上看到自己的責任



9805 期北區照顧服務員訓練學員 吳懷慈

一直以來就對家人以及身邊的長輩有一些負擔。很感謝教會與獎卿的推動，讓我有機會藉著這次的學習自我成長，且有能力與信心去助人。雖然是三個星期的課程，但內容的安排十分豐富且全面。除了各項專業知識的教導外，個人特別覺得老師們在課程深入淺出的傳授、護理經驗的分享、照顧細節的叮嚀及待人處世的提醒上獲益良多。

四天的床邊實習則讓我們有機會實地體驗、實際操作。自己很幸運被安排到呼吸治療的病房團隊，更見識到護理工作人員的辛勞，更十分感佩幾位病房助理的工作態度。在工作極為繁重的狀況下，她們仍不藏私的傳授相關的照護技能，並用心對我們的學習需求做妥善的規劃。我們從做中學到不少做事的條理與方法，並瞭解團隊如何與護理師們分工合作、彼此搭配，準確且有效率的為每位個案提供最適切的照護。此外培養觀察力與同理心也是不可或缺的學習重點。

既是面對人的工作，特別是服務個案及失能的長者，除了學習身體的照顧外，心靈的照顧也是相當重要的。合宜的溝通、貼心的陪伴、安全的照顧、尊嚴的維護、溫馨的營造……都是從事這項工作必要的理念。做個稱職的照顧服務員當協助個案儘可能復原自我照顧的能力，減輕家屬的負擔及需要；更要視病猶親、認真用心對待，依個別的需求，扮演好服務、保護、關懷...的角色。培養一個好的處世態度和習慣持守良善的心，凡事盡力去做但求心安理得無愧於心，相信是從事任何照顧工作都應有的表現。

一連串緊湊的課程體力雖感疲憊，個人的學習動力似乎越來越強。然而真的是學然後知不足，誠如老師所說：「愈把自己充實好就愈有信心」。特別有感觸要在這一方面裝備自己，希望保持不間斷的充電及對人與生命的熱情，在所處的環境豎立待機會來時，發揮所學幫助別人。

上課程另一項收穫就是認識來自各行各業的同學，並從中分享到一些人的生命故事。這不僅擴張了自己的視野與心胸，也更懂得珍惜並感恩目前所擁有的。不斷去發掘其中的意義，進而欣賞生命的差異性，彼此被鼓勵與影響。發現同學們或多或少都希望讓自己更好，勇於突破提供個案舒適願意冒險接受挑戰。

在醫院看到許多使用呼吸器重癱的長者，真切感受到生命的脆弱與流逝。管制的病房有家屬每天來陪伴，與他們交談中透露出多少的疼惜與不捨。每個生命都值得被尊重與瞭解，特別是這些長者一生的歷練常常就是一部部活脫脫的歷史。實習未結束，當下就定意要多點時間、多些耐心、陪伴及關愛自己身邊的人，特別是年邁的父母親。決定不再以自己的主觀去給予，學習尊重他們的需求，努力讓身邊的人自在快樂。

自己單純為著學習來參加課程，得到的無形收穫卻是超過所想。能為陌生人付出，讓自

己的生命更豐盛。能被他人影響，看見自我的超越與可變的彈性，“成功不在贏過多少人，而在服務過多少人”。人生既以服務為目的，無論日後是否從事照顧服務員一職，自己都將永遠是志工的身分，繼續參與回饋關懷社會的工作。人生是一連串的學習，生命就在此過程中自我體現。數算自己的日子，期許自己在往後尋求知識與智慧的當中，隨時省察檢視，切莫在事工中遺忘了那最起初的愛心----從神而來最無私且永不離棄的愛。

（作者：懷慈--畢業於台大中國文學系，於資訊相關產業服務多年，由於照顧家人之需轉任私人診所任職，協助處理行政事宜；其是位虔誠的基督徒，曾參加探望獨居老人之志工服務，深切感覺照顧知能的重要，經由靈糧堂得知訓練訊息，才有機緣加入訓練行列）

燃起希望

9805 期北區照顧服務員訓練學員 林慧卿

我參加照顧服務員訓練課程是基於失業、失婚雙重壓力下，身、心、靈頓失依靠，雙重打擊之下使我對自己沒有信心，總在夜晚時翻來覆去睡不著，思緒不斷的跳來跳去，擔心未來；對社會、甚至對人都產生了懷疑不信任感，每天心慌慌的過日子。經過友人鼓勵與協助，在網路上發現了獎卿護理展望基金會舉辦照顧服務員的訓練課程。讓我燃起一線希望，一方面想試試看自己到底還有什麼價值，另一方面也基於經濟之壓力。

經由老師們的諄諄教導，學會了正確的照護觀念，從翻身、拍背、大小便清潔護理...等各項技術無不鉅細靡遺的傳授給我們。不管將來是否從事照顧服務員的工作，這些寶貴的經驗都會很受用的。

剛踏進教室發現裡面幾乎是中高齡的學員有的學員甚至正在從事照顧服務的工作。不管大家是基於什麼理由；我發現從同學的臉上及學習態度上都凸顯著熱誠與希望。使我更堅定自己的信心要勇敢的走下去，因為有這麼多的同學與老師陪我一起學習與成長，他們是我的精神支柱。

在仁愛醫院雖然只有短短的 4 天實習，接觸到的除了書本教導的知識及學長、學姐的臨床技巧經驗傳承，雖然和老師教導的方法有些許的差距；但也很受用。面對個案及家屬的應對進退，同事之間的倫理關係；一切都要再繼續學習和充實自己，凡事要多聽、多看、多做、少說。把個案的安全擺第一，這是老師一再強調的照顧重點。

不管我將來在哪裡工作，我都會謹記老師們的諄諄教誨，更要感謝獎卿給我這個機會在此學習與成長。

（作者：慧卿--是幼兒園保育員，因個人家庭與工作遭遇的關係，精神飽受壓力目前燃起生機，期盼慧卿多一份生存技能可增加自信）

我們的大家庭-獎卿護理之家



育英醫護管理專科學校 實習護生曹晏綾

透過這次來獎卿學習的機會，在這裡感覺像是來到一個大家庭，不管是裝潢設備或是學姊及照顧服務員等，都讓我感到很溫馨。在實習的這一個月裡發現學姊及阿姨們都很用心照顧住民們，對於若是長期臥床沒有意識的住民們，在做任何技術或是協助時還是會對住民稱呼，並解釋現在我們要幫他或她做什麼，在執行完技術時也會隨時注意床欄是否有拉起、床輪是否已固定，及在做任何護理及技術時也會注意住民隱私，將床簾拉起，在別層樓也發現照顧服務員會讓有能力的住民們自己進食，但還是會在一旁幫忙協助，這可增進他們自我照顧的能力，因每位住民所需攝取的熱量不盡相同，所以餐桌上皆標示各住民所需攝取的熱量，及餐桌上亦有標示住民們各自喜愛吃的食物，讓剛認識住民的我能夠馬上知道住民喜愛的食物，住民在客廳也都有各自的位置，就感覺在家中一樣，有自己專屬的地方，在每個禮拜的下午都會由獎卿的復健師協助安排活動，如與住民們一同去公園散步、遊愛河，甚至也會去歷史博物館及家樂福，透過這樣的活動，可以幫助住民們享受大自然的圍繞及像在家裡一樣，到了假日會與家人一同去逛街或是享受幫家人買東西的樂趣。

在獎卿的主任、學姊、復健師及照顧服務員的臉上總是保持著笑容，看過去就彷彿有一道陽光照耀著，這是獎卿所散發出來的特質，這也是我們護理人員應有的特質。

在獎卿實習的這一個月裡，讓我學習到如何去對一位需要他人協助的住民表達我們的愛心、關心及同理心，也懂得如何尊重每一個寶貴生命，在創新的部份令我感到特別的是氣切的盒子，能夠利用不會用到的紙張做氣切盒子，並在上面蓋一層紗布，感覺學姐及照顧服務員很有創意，這是值得我好好學習的地方。



卿卿我我

育英醫護管理專科學校 實習護生高慧慈

第一次踏進獎卿大門口的那一步時，就深深讓我感覺到有一股溫馨直接從我的腦部穿梭過去，從那一刻起，就讓我從此天天期待來這裡實習。

來到護理之家，除了要熟悉各項護理技術外，我認為更重要的是和住民如何溝通、陪伴、

傾聽，並從中了解他們需要什麼，這才是我們實習的最終目標。在這裡我學到了如何和爺爺奶奶們做對談；在這裡我學到了如何用耐心來引導患有失智症的住民，並告知現在所該做的事情；在這裡我學到了如何運用關懷來與住民做良好的互動並做護理技術，像是氣切護理時要輕輕的移動固定帶以免刺激咳嗽、抽痰時隨時注意住民面容、測量生命徵象時如有異常值並主動詢問是否有不適之情形？看似小小的舉動卻帶給住民大大的窩心。

另外在為住民做任何技術時，我都會先給予解釋，不管他是否會回應我，我都一定會做到此步驟，因為我認為這是對「人」基本的尊重，儘管五樓的弟弟因產程延遲導致腦部缺氧喪失感官功能且沒有意識、李阿姨因為在年輕時得腦膜炎導致全身癱瘓，全身只剩下食指可以和我們做交談……。很高興每天都可以有機會為住民們服務，像是鋪床單、灌食、傷口護理、沐浴、喝精力湯、泡牛奶……等，讓我覺得，至少我可以服務別人而不是別人服務我，光憑這點就讓我感到儘管辛苦我也願意花再多的時間付諸在爺爺奶奶們身上，因為很值得呢！

每天下午的團康活動是我和長輩們最開心的時刻，因為可以到外面透透氣，像是到公園散步、家樂福購物、去愛河欣賞風景……帶他們出去就好像是帶我的爺爺奶奶出去一樣，不受拘束，可以自由自在的和他們聊天，像是聽他們述說年輕時的風風雨雨，而這時的我就是當個最好的傾聽者，並且適時的給予回應，就會讓他感到你是很關心他的；每個禮拜三的娛樂活動就是陪阿公下棋或打麻將，不僅可以跟爺爺做互動，更可以激發他們的腦力思考、或是參加基督教的活動，一起做禱告、唱聖歌，都是讓爺爺奶奶可以有更精采的生活。

短短一個月在獎卿期間，我體驗了好多新鮮事，像是鼻胃管插入、膀胱灌洗、抽痰等等，這些都不一定能在其他單位親自操作且體驗的，所以我很珍惜每一次做技術的時候，因為其實技術是經驗累積而來的。很感謝學校可以提供貴單位讓我實習，以及主任及老師們的教導，讓我在學習期間，不僅增加對長期照顧的知識有所成長，更有一個「多元學習，快樂成長」的空間。在這學習過程中，除了讓我的技術與學理知識進步外，更讓我學到的是「態度」，而且做每件事情都會以「同理心」的角度看待，看到學姊們對待住民的樣子都很親切且積極、復健師每天都會幫住民做復健、照服員都會幫住民完成日常生活的事情……每個人都守住自己的崗位做好每一件事情，難怪獎卿會那麼優秀，原來這成功的背後都是有原因的呢！

好多好多的景象，都已深深烙印在我的腦海中，設備俱全且如大家庭般的環境、主任的微笑、爺爺奶奶的臉蛋、阿芬姨認真工作的樣子、復健師的親切、學姊們的細心……我想我會把這些美麗的人、事、物放在我腦海的最深處，永不褪去，最後我要說的是……「獎卿，我愛你」。



獎卿是個家，這也是生命

育英醫護管理專科學校 實習護生 施郁琪



在獎卿護理之家學習到更尊重生命及關懷，也看到很多以往在醫院沒看到過的濃厚溫馨感。在這裡實習感覺就像是在家裡照顧自己的長輩一樣，住民們都穿著自己的衣服，也會依個別性給予不同的飲食，每位住民需要的熱量也不一樣，有些咀嚼功能較差的就會打成泥狀給住民吃，也會慢慢的餵，不會硬塞給住民吃。每一層樓也都有輪椅可以讓住民使用，雖然有些住民都不會表達自己想要的，但也不會讓住民每天躺在床上，會注意住民的安全，把住民從床上移位到輪椅上，使用固定帶固定住民，去客廳看電視、去窗戶旁邊曬太陽或者也會執行被動全關節運動。會有復健師給予執行復健，也會有固定每週安排兩次活動可以外出晒太陽、呼吸新鮮空氣；也會去家樂福，有些意識清楚的住民也會購買自己想買的東西，讓住民發揮自主功能。在室內也會有宗教活動讓住民們有個心靈上的寄託，如果不是信基督教的也會安排爺爺、奶奶們喜歡玩的遊戲來進行，有的喜歡玩跳棋、打麻將，都會陪著長輩們玩。

不管做任何事情，照顧服務員、學姐、復健師及我們實習護生都會陪在住民身邊，就像學姐說過的一句話「陪伴他們走過一段他們不能獨自走的路」。在這次實習當中學習到耐心及關愛，看到很多失智症老人沒辦法自我照顧，也不會跟我們開口說哪裡不舒服或跟我們抗議什麼，但是還是會注重他們的隱私，即使阿嬤都不會回話或答非所問，我也還是會常去關心阿嬤、跟阿嬤聊天，相處久了後慢慢覺得回話的次數也有變多，即使答非所問也會覺得那就是她的回答，就很開心。也覺得失智老人其實知道我在做什麼、有時候早上看到我還會笑，感覺就像認識我了！還有在別的樓層就有抽痰技術跟拍背，拍背雖然一直練習、一直拍，但是到了在住民身上拍的時候，聲音聽起來就一直不對，老師說如果拍在我們自己身上都會痛，那他們呢？很注重住民的感受，回家就一直練習拍背，有進步就很開心。而且雖然住民都臥床，不會說話，但是做任何事時都有解釋及注重住民隱私及感受，我覺得這樣很好，學會更尊重生命。

在這裡也學習到和以往在醫院學到的不一樣，雖然都一樣會注重隱私跟解釋，但就是沒那麼有溫馨的感覺，而且感覺我在這裡解釋的比較多，也像最初我想的護理一樣，是付出真心去關懷照顧人，有時候會太緊張怕技術做不好反而會忘了很重要的尊重跟關懷。



財團法人獎卿護理展望基金會

本基金會於民國八十二年十二月二十四日由高雄耆老王天賞先生捐助成立，基金會之董事長王仁宏教授，亦為國立高雄大學創校校長，現任永達技術學院董事長。本基金會之宗旨為發展護理專業，設立護理機構，辦理長期照護相關事業，推展社區預防保健服務，促進護理學術研究及增進全民健康，由秘書長杜敏世博士主持。基金會服務之理念包括安全照護(Safety)、自我照顧(Self-care)、陪伴關懷(Accompany)、人性尊嚴(Dignity)、溫馨(Good Sense)、創新 (innovate)、團隊合作 (Team Work)，所有服務的提供都是希望能陪伴個案走過一段他(她)不能獨自走的路。

相關單位介紹：

獎卿護理之家(總機構)	高雄市七賢二路 371 號 TEL:(07)2618147 FAX:(07)2618149
南區推廣教育組	高雄市七賢二路 371 號 TEL:(07)2613041
左營老人居家服務支援中心	高雄市左營區復興新村 335 號 TEL:(07)5883808 FAX:(07)5883813
宏昌老人活動中心	高雄市後昌路 960 巷 19 號 2 樓 TEL:(07)3652920 FAX:(07)3652920
獎卿大台北居家護理所	台北市和平東路一段 216 號 10 樓 TEL:(02)23646040 FAX:(02)23640373
北區推廣教育組	台北市和平東路一段 216 號 10 樓 TEL:(02)23646040(居家服務專線) TEL:(02)23651277(特聘護理專線) TEL:(02)23691622(訓練專線)
台北市文山老人養護中心	台北市興隆路二段 95 巷 8 號 3 樓 TEL:(02)89313190 FAX:(02)89311421

本基金會是由一群關心長期照護及熱心公益的專業人員成立之非營利性組織，希望提供一個讓大家的愛心得以匯集的空間。我們是登記有案之財團法人，您的捐款可以申請年度報繳所得稅列舉扣除額。因您的慷慨捐贈，使我們工作得到莫大助力與鼓勵，在此鄭重表達我們誠摯的謝意！！

- ☺ 捐助帳號：(高雄)41926021 (台北)19759784
- ☺ 戶 名：財團法人獎卿護理展望基金會
- ☺ 電 話：07-2618147、02-23651277
- ☺ 網 址：<http://www.cfnh.com.tw/>
- ☺ E-Mail：高雄—cc26181.nh26181@msa.hinet.net
台北—cfhcn@yahoo.com.tw

感謝與鼓勵-捐贈芳名錄

財團法人獎卿護理展望基金會
台北市文山老人養護中心
99年1~6月份捐贈明細表

編號	日期	捐款人	捐款內容	金額
6861	99-05-12	洪何愛治	現金	10000
	99-05-25	財團法人 創世社會福利基金會	老歌精選專輯 乙套	2500
	99-03-20 99-06-10 99-07-27	農糧署	水果 5 批	
	99-07-28	國立故宮博物院(員工消費合作社)	水果 1 批	

