

徵文第一名：林晏緹管理師（國立台灣大學醫學院附設醫院竹東分院）

讓不老的薑黃花盛開

近日凌亂的辦公桌堆疊著待辦的文件，在這忙亂之中卻多了一束淡雅的薑黃花點綴著，最令人感動的是特地騎著機車送花來的阿伯，是來自我們巡迴醫療服務的社區，他熱心地告訴我們薑黃是近年熱門的保健食品成分，具有延緩老化的功能，而他送來的這束正是薑黃所開出來的花。當我聽著社區阿伯熱切且生動的敘述時，反而覺得他本人就像是這束薑黃花一樣生氣蓬勃。

回想當初，來到台大竹東分院任職也已進入第二年，巡迴醫療服務計畫算是初來乍到的第一個工作任務，從尋找合適的偏鄉社區、親自洽談村長、協調院內醫護人員前往看診、軟硬體設備的後援補給、看診動線的設計、活動宣導等，希望能帶給偏鄉社區長輩全面性、連續性、可近性的基層醫療服務。102年開始了我們每週二在北埔鄉南埔村的巡迴醫療服務，這個小鄉村有著宜人的景緻，沿路都是翠綠的農田，與遠方蜿蜒的山景連成一幅美麗的畫，而我們的巡迴醫療服務正要從這裡開始，期望為這個老年人口占6成以上的偏鄉社區注入全新資源。

第一年我們規劃巡迴醫療服務配合社區關懷據點供餐的服務時段，民眾一早來到南埔村的廟埕前，除了彼此交流聯誼、閒話家常外，有需要看診的長輩能即時獲得巡迴醫療服務，主動參與當天的社區活動，直到中午在一同用餐、領藥，讓長輩能在社區渡過一個充實的早晨。隨著巡迴醫療服務進入第二年，在醫院長官的全力支持之下，我們開始對於社區醫療有了更多的發想，希望挹

注院內資源，帶給社區長輩多元的服務。我們在巡迴醫療推動的第一個高齡友善健康服務，是規劃符合長者需求的社區照護預防課程，跳脫以往的衛教宣導講座，每個月由院內物理治療師訂定不同主題，在物理治療師親自帶領之下，期望能增加長輩手腳靈活度、創造力與活動量，而這些活動包含長者健康毛巾操、符合各節慶的手工創作、繪圖比賽、套圈圈遊戲與投球活動等。當我們看著越來越多長輩願意主動從家中走出來，每週二迫不及待攜帶運動毛巾出現在廟埕前時，我們開始期待這是一條不同於以往的路，跳脫對於醫療的想像，卻更符合社區長者需求的服務。

於是，我們開始在巡迴醫療中進行了第二個高齡友善服務，我們挹注院內資源設置社區型生理量測傳輸設備，期望能加強南埔村居民的自我健康管理，長輩經註冊後使用身份證識別，定期量測血壓、體重、血糖，其生理量測數值透過「資訊傳輸設備」自動進行暫存與回傳至醫院後端得遠距健康照護訊息平台，讓社區長輩可以做好自我健康管理。

面對南埔村以高齡者為多數的情況，我們開始進行巡迴醫療服務的第三個高齡友善服務，主動提供社區長輩「慢性疾病個案管理及追蹤」，發展慢性病個案管理模式，將高齡者的診斷、治療、照護、復健以及健康促進等需求，「以人為中心」強化老人照護的連續性。我們從過去一年的看診與篩檢民眾中，尋找管理的目標族群進行評估與追蹤，並且調整各科診次的安排，由老年醫學科、腎臟內科、胸腔內科與復健科作為主要巡診科

別，並將需要專科治療的民眾集合起來，由個管師、護理師持續性給予衛

教、用藥諮詢、回診安排等服務，讓社區長者的多數的問題能在巡迴醫療服務中獲得解決，在社區就做好預防保健、健康促進、疾病控制及醫療照

護，必要時再由巡迴醫療駐診醫師協助需要專科的病患轉介回醫院治療，讓長輩能夠「找對醫師、看對科」。

目前在南埔村進行的慢性病個案管理的案例中，高齡 90 歲的彭伯伯發現有高血壓、糖尿病、腎臟病、攝護腺肥大等疾病已超過 10 年，大多數的時間都待在家中，偶爾由媳婦帶著年邁的彭伯伯克服交通的不便至竹東鎮上看診。而今年度透過媳婦的安排之下，轉而就近至南埔村的巡迴醫療站進行看診，我們發現彭伯伯的血壓、血糖都控制得不好，透過積極的介入之後，彭伯伯的血壓與血糖控制情形趨於穩定。此外，我們也主動聯繫她的媳婦，邀請彭伯伯每週二都能從家裡走出來，參與廟埕前的社區照護預防課程，增進與社區居民的互動與交流。彭伯伯的媳婦表示，透過南埔村的巡迴醫療站，她們不需要舟車勞頓即能就近獲得醫療照顧，彭伯伯的多重疾病問題漸漸有了初步的控制，健康促進的活動也提升了彭伯伯的身體活動量，從被動的角色轉而更積極的參與各項活動，他的生活更加活潑與多元。

我們期望能在這個偏鄉的高齡社區實踐「健康不生病、生只生小病、小病不變大，大病不致命」的理想，有效整合醫療服務、健康管理、衛生教育、運動與健康促進、功能評估追蹤與照顧，讓巡迴醫療服務能真正成為長輩獲得健康生活的來源。如果有人問我在台大竹東分院任職的這兩年，在「高齡友善健康照護」推動的經驗中最想和大家分享什麼？我想應該就是那束社區阿伯送來的

薑黃花，在我心中這不僅是一個社區長者在田裡揮汗摘採的美麗，也是騎著中古機車送來的動人情誼，並且象徵社區長輩的健康與活力。我期許自己能在巡迴醫療服務中持續秉持著高齡友善健康照護的精神，讓這些不老的薑黃花們能在社區之中持續的盛開茁壯！