

# 108學年度 教師實務增能心得分享

楊家琪 Ph. D.

*The Master Program of Long-Term Care in Aging,  
Kaohsiung Medical University*

2020/08/13

Long-Term Care in Aging





KMU

# 實務增能機構



屏東縣崁頂鄉衛生所  
(伊甸基金會設立日間照護中心&  
長期照管中心進駐)



崁頂鄉樂齡學習中心



力社村社區照顧關懷據點



林永昌診所  
(枯木逢春室，龍門  
架肌力訓練)

➤實務增能期間：109年7月20日至109年7月24日



1. 初探醫療偏鄉社區照顧關懷據點服務方案發展特色，如健康促進相關活動措施及社區互助支持系統建置...等
2. 了解醫療偏鄉社區照顧關懷據點使用者特質、日常生活功能狀態及功能性體適能狀況
3. 初調醫療偏鄉銀髮族群肌少症盛行率





# 健康促進相關活動措施及社區互助支持系統

- 關懷訪視
- 電話問安、諮詢及轉介服務
- 餐飲服務
- 預防及延緩失能照護計畫

屏東縣\_\_\_\_鄉\_\_\_\_社區照顧關懷據點關懷訪視紀錄表

姓 名	編號	性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
-----	----	-----	--

屏東縣\_\_\_\_鄉鎮市\_\_\_\_社區照顧關懷據點電話問安紀錄表

時間	居家環境	姓名	編號	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女					
	<input type="checkbox"/> 整潔乾淨 <input type="checkbox"/> 稍零亂 <input type="checkbox"/> 髒亂 <input type="checkbox"/> 其他	各項功能評估及追蹤								
		時間	接聽情形	口頭表達	健康情況	生活狀況	親友互動	精神狀況	其他	服務人員
		月 日 分	<input type="checkbox"/> 親自接聽 <input type="checkbox"/> 親友接聽 <input type="checkbox"/> 無人接聽 <input type="checkbox"/> 電話故障 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 表達清晰 <input type="checkbox"/> 表達尚可 <input type="checkbox"/> 口語不清 <input type="checkbox"/> 無法表達 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 健康良好 <input type="checkbox"/> 稍有病痛 <input type="checkbox"/> 按時用藥 <input type="checkbox"/> 定期門診 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 三餐定時 <input type="checkbox"/> 餐不定時 <input type="checkbox"/> 參與活動 <input type="checkbox"/> 極少外出 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 常有互動 <input type="checkbox"/> 偶有互動 <input type="checkbox"/> 很少互動 <input type="checkbox"/> 從不互動 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 精神愉快 <input type="checkbox"/> 尚可 <input type="checkbox"/> 精神不佳 <input type="checkbox"/> 輕生念頭 <input type="checkbox"/>		

屏東縣崁頂鄉洲子社區發展協會	健康物理治療所	CL-01-0412	悅動金頭腦	5/0-0/0 (五)09:00-11
屏東縣崁頂鄉洲子社區發展協會	詠生五甘心物理治療所	CL-01-0047	身心舒活動健康	6/19-9/4 (五)14:00-16
屏東縣崁頂鄉力社區發展協會	健康物理治療所	CL-01-0429	食在好出力	2/27-6/18 (四)14:30-16
屏東縣崁頂鄉力社區發展協會	健康物理治療所	CL-01-0412	悅動金頭腦	7/2-9/17 (四)14:30-16
屏東縣崁頂鄉崁頂社區發展協會	松柏職能治療所	CL-01-0155	銀髮族體感智能活動促進方案	2/20-5/21 (四)14:30-16
屏東縣崁頂鄉崁頂社區發展協會	周欣萍音樂創意工作室	CL-03-0091	聲咚擊新打擊樂	5/28-8/27 (四)14:30-16
屏東縣崁頂鄉向日葵新知協會	松柏職能治療所	CL-01-0155	銀髮族體感智能活動促進方案	3/4-5/27 (三)08:30-10
屏東縣崁頂鄉向日葵新知協會	周欣萍音樂創意工作室	CL-03-0091	聲咚擊新打擊樂	6/3-8/26 (三)09:00-11
安社區發展協會	國立屏東科技大學	CL-01-0409	長者肌少症檢測與環狀運動介入	6/5-8/28 (五)14:30-16
區發展協會	慈惠醫護管理專科學校進修部	CL-03-0075	老夥伴開心玩	4/10-7/3 (五)14:00-16
區發展協會	慈惠醫護管理專科學校進修部	CL-03-0075	老夥伴開心玩	7/10-9/25 (五)14:00-16



KMU

# 關懷據點使用者特質、日常生活功能狀態及功能性體適能狀況



- 崁頂鄉樂齡學習中心
  - ✓ 動靜課程活動(每週2~3次)
- 積極推動『安居大社區』政策，建構「一村里一據點」的社區初級預防照顧服務網絡(崁頂鄉7個關懷據點)
  - ✓ 每週一次，搭配共餐







# 銀髮族群肌少症盛行率

➤ AWGS 2019 :  $8/42=19.0\%$

– Men : 2/7 & Women : 6/35

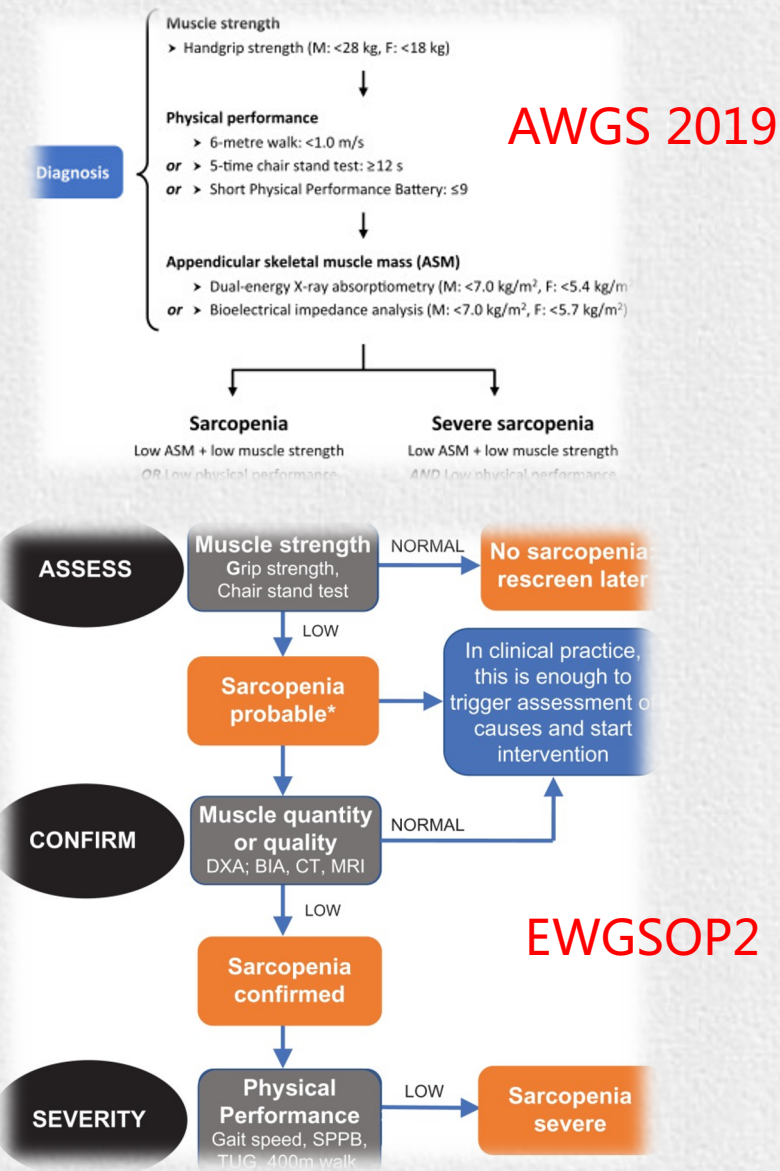
➤ EWGSOP2 :  $9/42=21.4\%$

– Men : 2/7 & Women : 7/35

	AWGS 2019		EWGSOP2	
	Men (7)	Women (35)	Men (7)	Women (35)
No sarcopenia	5	29	5	28
Sarcopenia Probable	NA	NA	1	6
Sarcopenia	2	2	1	0
Severe sarcopenia	0	4	0	1

– AWGS : Asian Working Group for Sarcopenia

– EWGSOP : European Working Group on Sarcopenia in Older People





KMU

# 實務增能實況

行動藥師



健康知識分享



肌少症檢測



銀髮重訓



共餐服務



運動醫學常識分享



肌少症檢測





# 議題探討與心得

- **日間照護中心** (財團法人伊甸社會福利基金會)
  - 長照需要等級為第2級(含)以上
  - 使用者皆為失智患者
- **在地社區志工主導**
  - 極具意義、充分符合社區照顧與在地老化的精神
- **社區照顧關懷據點轉型執行巷弄長照站**
  - 服務能量不足、缺乏長照專業與人力「培力」困境

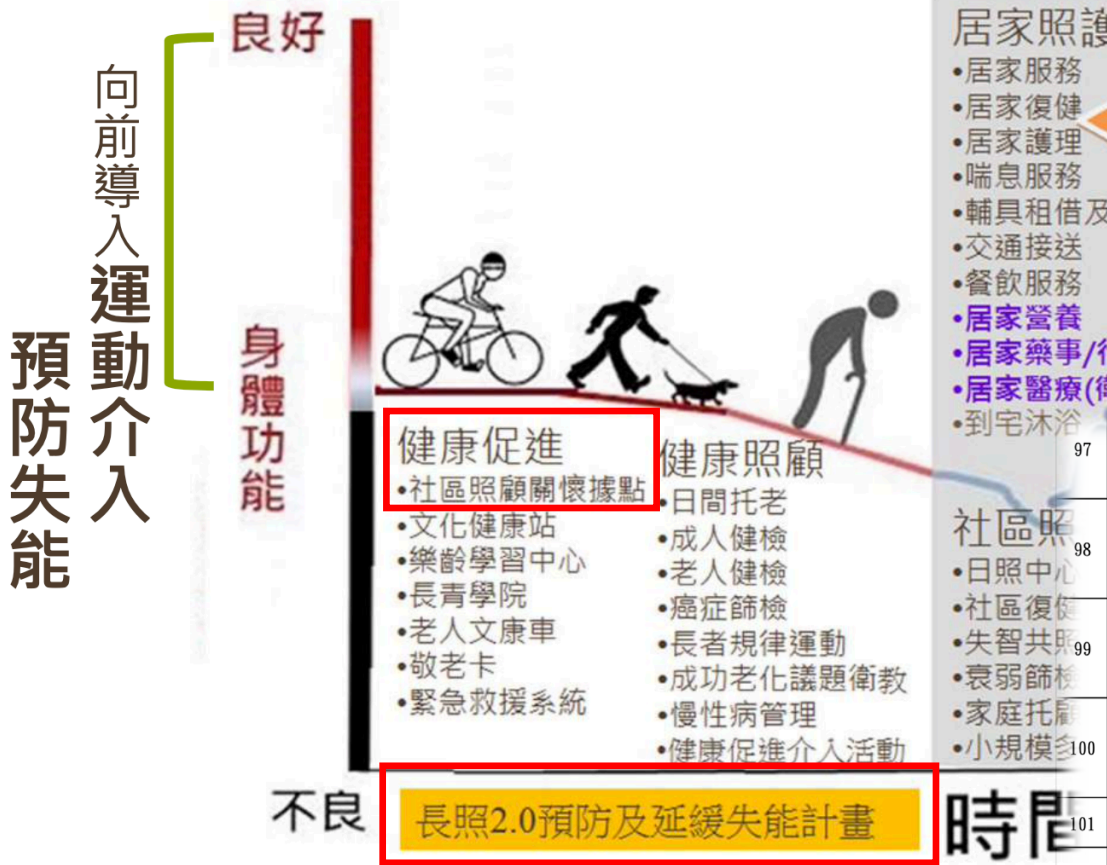






# 議題探討與心得

## 屏東縣推動長期照護現況



➤預防及延緩失能照護計畫  
— 每週一次

➡ 執行成效待商榷？

屏東縣炭頂鄉洲子社區發展協會	炭頂鄉洲子村廟前路7號	健康物理治療所	CL-01-0412	悅動金頭腦	3/6-6/3 (五)09:00-11:00
屏東縣炭頂鄉洲子社區發展協會	炭頂鄉洲子村廟前路7號	詠生五甘心物理治療所	CL-01-0047	身心舒活動健康	6/19-9/4 (五)14:00-16:00
屏東縣炭頂鄉力社社區發展協會	炭頂鄉力社村力社路36號	健康物理治療所	CL-01-0429	食在好出力	2/27-6/18 (四)14:30-16:30
屏東縣炭頂鄉力社社區發展協會	炭頂鄉力社村力社路36號	健康物理治療所	CL-01-0412	悅動金頭腦	7/2-9/17 (四)14:30-16:30
屏東縣炭頂鄉炭頂社區發展協會	炭頂鄉炭頂村中正路99號	松柏職能治療所	CL-01-0155	銀髮族體感智能活動促進方案	2/20-5/21 (四)14:30-16:30
屏東縣炭頂鄉炭頂社區發展協會	炭頂鄉炭頂村中正路99號	周欣萍音樂創意工作室	CL-03-0091	聲咚擊新打擊樂	5/28-8/27 (四)14:30-16:30
屏東縣炭頂鄉向日葵新知協會	炭頂鄉園內村竹園路37號	松柏職能治療所	CL-01-0155	銀髮族體感智能活動促進方案	3/4-5/27 (三)08:30-10:30
屏東縣炭頂鄉向日葵新知協會	炭頂鄉園內村竹園路37號	周欣萍音樂創意工作室	CL-03-0091	聲咚擊新打擊樂	6/3-8/26 (三)09:00-11:00
屏東縣炭頂鄉南望安社區發展協會	炭頂鄉園寮村南州路85號	國立屏東科技大學	CL-01-0409	長者肌少症檢測與環狀運動介入	6/5-8/28 (五)14:30-16:30
屏東縣炭頂鄉港東社區發展協會	炭頂鄉港東村平和北路2號	慈惠醫護管理專科學校進修部	CL-03-0075	老夥伴開心玩	4/10-7/3 (五)14:00-16:00
屏東縣炭頂鄉港東社區發展協會	炭頂鄉港東村平和北路2號	慈惠醫護管理專科學校進修部	CL-03-0075	老夥伴開心玩	7/10-9/25 (三)14:00-16:00

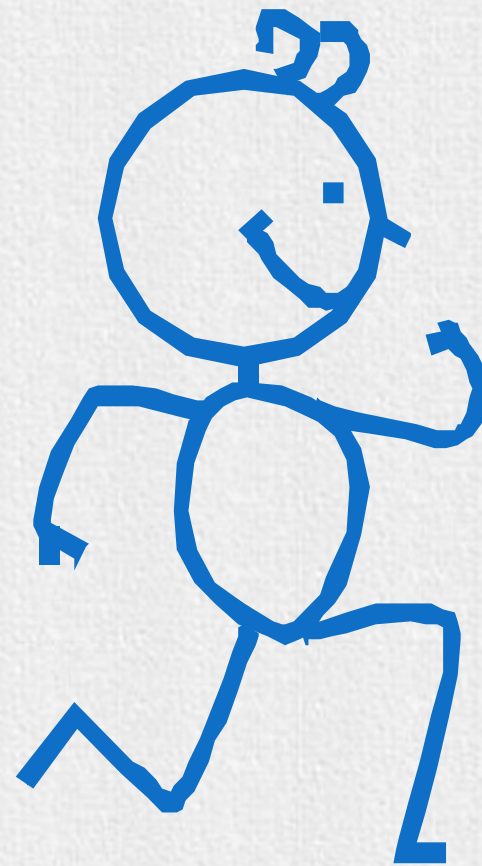


## ➤銀髮族群肌少症篩檢

- 持續進行...
- SarQoL<sup>®</sup>問卷調查
- 預防延緩方案？

## ➤照護產業化

- 地方創生X社區照護？





KMU

# 議題探討與心得

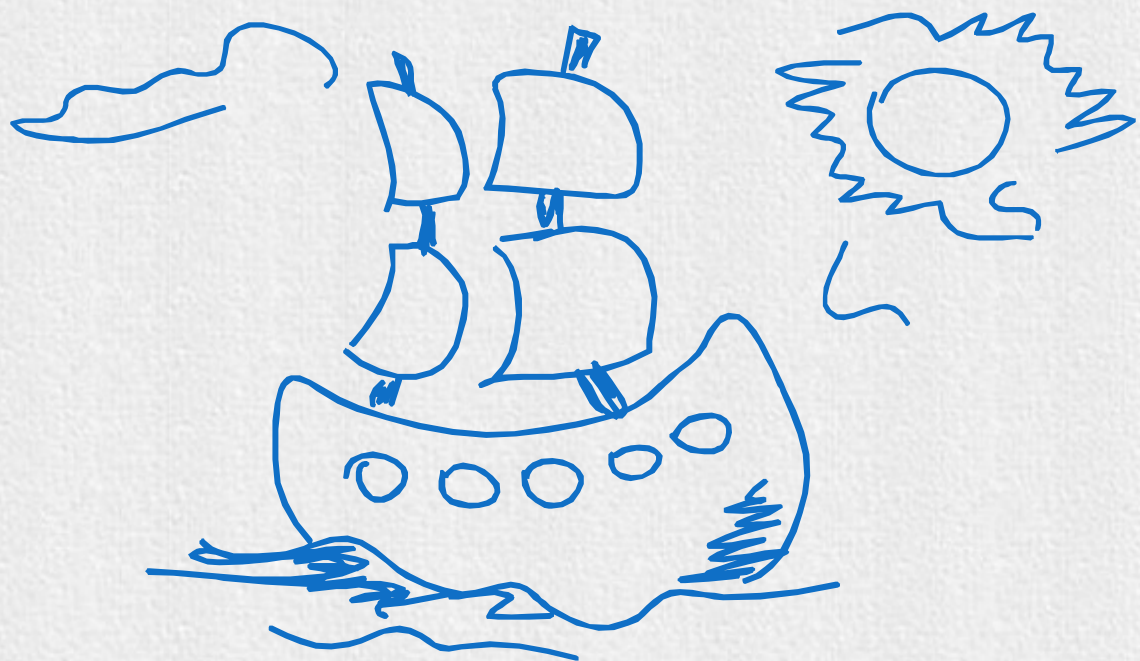
## ➤ 枯木逢春訓練法

- 逆轉衰弱
- 直立負重
- 中央研究院計畫支持臨床驗證(生理 & 心理效益)
- 以神經電生理適應觀點驗證



參考資料：林永昌醫師臉書照片





謝謝聆聽！

楊家琪 Ph. D.  
The Master Program of Long-Term Care in Aging,  
Kaohsiung Medical University  
2020/08/13

