

出國報告（出國類別：開會）

國立台灣大學醫學院附設醫院
北護分院

參與第 15 屆世界華人地區長期照護研討會

服務機關：國立臺灣大學醫學院附設醫院北護分院
姓名職稱：竇永欣護理師、李宜珊護理師、林秋嬋護理師
派赴國家：香港
出國期間：107 年 11 月 28 日至 12 月 2 日
報告日期：108 年 1 月 8 日

摘要

文化差異會影響到照顧品質與質量，華人社會對於長期照護的經驗交流在 15 年已有前瞻性的共識，並在各方努力地促成，每年已到各地採輪辦模式進行，目前已經長照領域每年的盛事之一。今年度又再度回到香港，在香港老年醫學會的努力籌畫，主題為「可持續及優質的長期照護服務」，非常具體與具交互交流性，雖然香港、澳門、大陸、台灣因政治、體制與背景不同，但亦在這個主題下，能架構出具有激盪火花。

在學術海報部分，收錄了兩岸四地的專家學者研究或實務經驗，且內容尚除微觀中看待華人長者的生、心、社會與靈性的多層面交互影響，還有數篇涉及活動設計的成效探討預防與延緩失能的程度，另外還有一些是探討系統面(如出院準備、居家醫療、住宿式機構管理、虐待)的探因與改善。其中，跨及專題演講在於復能(reablement)，這個專有名詞在 2018 年台灣的長照界廣受關注與討論，在澳洲雪梨大學教授的研究結果分享中，特別提及在失智者照顧亦有相當的重要性與具成效。

在參訪部分，跨足在老人住宅、失能住宿式照顧、日間照顧、輔具中心與創新照顧等多層面，尤其在家居資源中心部分，設有模擬的「長者友善家居」，展出便利長者使用各種家具及輔助工具，並提供專業諮詢服務及多元化的網上資訊，參觀費用全免。大部分長者都希望「居家安老」，但長者發生家居意外的情況十分普遍。意外原因包括年齡增長，令長者的身體及感官功能不斷退化，而原有的家居設計，卻未能滿足長者的需要。其實，只要透過專業評估及改善家居環境，就能減少長者發生家居意外的機會。另，在足部照護是透過團隊合作共同提供，讓個案獲得最適照顧，此點亦值得我們學習。

綜上，此次來到參與盛會，無論在研究成果與實務參訪學習皆有具體收穫，期望能將這些資訊帶入臨床照護，造成服務對象與其照顧者。

關鍵字：家居資源中心、足部照護、長期照護、復能

目次

摘要	2
目次	3
壹、 目的	4
貳、 過程簡要.....	5
參、 心得及建議.....	25

壹、目的

本院在 2004 年整併入台大醫療體系以來，即以成為「老年醫學暨長期照護整合型中心」的典範為願景，因此，相較於其他分院，更特別強調發展「老年醫學與長期照護的最佳照護模式」、「結合社區照護資源，為社區民眾提供優質照護」。本院護理部下轄兩個護理機構，護理之家及居家護理所，創立至今已逾 15 年頭，各項表現無論衛福部評鑑、同儕團體或社會民眾均有不錯的成績與口碑。在這樣基礎上，好還要更好，則需仰賴標竿學習。

人的照顧議題上，必須考量到文化因素，華人各國目前普遍有老化問題，也因這個共通問題，衍生出來「世界華人地區長期照護聯會」，並於 2002 年開始，每年於不同地區／城市舉辦「世界華人地區長期 照護會議」，以促進長期照護服務在華人地區的發展。會議曾於香港(2002、2011)、臺北(2004、2009、2015)、上海(2005、2010)、澳門(2006、2013)、北京(2007、2016)、杭州(2012)、寧波(2014)、煙臺(2017)等地舉行。每屆會議均有 500 多名來自多個地區／城市與國際的學者、政策制訂者及長期照護服務提供者等官、產、學、研專家參與，在長期照護領域獲得廣大迴響。為促進長期照護服務發展，建立學術交流與經驗分享的平臺，共同討論長期照護重要議題等合作目標，今年已邁入第 15 屆，會議主題為「可持續及優質的長期照護服務」。

今年，遴派本院護理部三位優秀護理師，透過參與研討會提升照護視野，並參與實地參訪瞭解主辦國家所安排的照顧機構，認知其實際照顧方式，返回後能發揮帶動效益，讓本院護理照護品質能更加卓越。

貳、過程簡要

11月29日：京港滬台青年學者論壇及第15屆世界華人地區長期照護研討會開幕式及專題演講

上午：京港滬台青年學者論壇

在發表的十二篇研究中，以「預防醫學」議題被最為重視，包含了八段錦作為預防保健，能有效預防跌倒；針對三千多位健康長者研究發現，老年男性、教育程度較低會影響其攝取維生素D的攝取。亦即，對於老年男性應給予健康促進之觀點並維持其體能活動。反觀老年女性則是過重(BMI \geq 26.06)會造成維生素D的缺乏。因此對於老年女性，則建議攝取適量的牛奶並維持健康的體重(BMI)。此外論壇亦提到，中國農村養老議題，未來應解決的三大面向，醫療保健-提升健康意識、經濟-鄉村旅遊，年輕回流、醫養結合-因地制宜。未來更應蓬勃發展的智慧醫療，遠距醫療從社區醫院、專科醫院到大數據管理平台之慢性病管理運用為現在進行式。

在長期照護過程中，照顧者及專業人員亦是不可忽視的，台灣某地區醫院研究指出透過耳穴貼壓法可以有效提升睡眠品質，對於長期照護工作品質的提升有助益。

下午：專題演講

演講者：Pro Ian Cameron/澳洲雪梨大學教授

隨著人口高齡化，伴隨而來的龐大的照護經濟負擔。研究指出在澳洲對僅能仰賴機構式照護的長者而言，降低住院率，可以提升長者的生活品質，同時也能減低照護的成本。因此在長期照護的過程中，當一個人因為發生某些原因造成的身體功能衰退，我們要做的就是「復能」(reablement)。強調復能的意義，在於「支持協助其每天的日常生活」、「協助活動力及生理功能」、「協助認知與溝通」。同時舉出「復能對於失智症患者的獨立性及功能維持」書籍提到的指引，實際運用於失智個案的例子。在長期照護過程中，好好生活(living well)，意

味著在地老化需要因地、時、事情而異，在一個像家的環境或在家中安老，透過「復能」讓生活更好。

演講者：梁萬福/香港老年學會會長

因應香港高齡化的議題，講者提出解決問題的方式，包含公立機構的床位僅提供給在經濟上無法負擔的長者、鼓勵發展更多高品質的機構式照護(目前需求為 5.59%，供給僅有 2.6%)、建立長照保險制度或養老金計畫。同時政府也應強化社區間、照顧者支持，以及家庭關係支持。並且提升預防及延緩失能的概念，以利香港長期照護政策發展。

演講者：陸傑華/中國老年學和老年醫學會副會長

陸教授點出中國高齡化社會，目前政策面所面臨的挑戰為長照保險仍建置中自 2012 年開始試辦，但各地方政府補貼表準不一、對象也無不同；照護資源的城鄉差距；家庭關懷照顧者被忽視等問題。因此提出改善的方向為(一)建構完整的政策體系，明確實施對象(二)促進服務供需平衡，提升護理保障水平(三)完善人才機制(四)提倡多元主體參與，建構政策性長期護理保險制度(五)健全家庭照護支持體系，增強照料者效能。

11 月 30 日：第 15 屆世界華人地區長期照護研討會專題演講與機構參訪

上午:海報

多數發表的海報，不外乎探討長者的生理、心理及社會等層面，像是預防及延緩失能活動設計帶領及執行、長照 2.0 居家復能成效、出院準備銜接長照服務、失智症焦點團體、居家醫療、機構量能提升、老人虐待、死亡、行動智慧長照服務系統等議題，其中較吸引的「香港蒙特梭利活動運用在社區式失智者經驗」，照護者必須了解失智症患者的「過去、現在與未來」，得知患者需要(Need)什麼、對什麼感興趣(Interest)、過去擁有什麼專長(Skill)以及現在還保有多少能力(Ability)，才能知道什麼樣的照護對患者才是最大幫助。連結到本身的工作經驗，在台灣長照 2.0 推廣的「復能」即是透過跨專業進入，充分發揮個案潛能，以提升案主的自主生活能力。故未來在個案管理的工作上，亦能連結所學，運用並鼓勵案主(及案

家)協助連結其所需的資源。

下午:房屋協會參訪

香港房屋協會成立於1948年為非政府組織(NGO)，並在2005年成立「房協長者安居資源中心」，向社區推廣「長者友善家居」。中心設施有 1. 「智友善」家居探知館(展示認知障礙症患者需要的家具設計)2. 耆妙家居(一般長者需要家居設計)3. 健康大道(測試長者身體功能，包括認知能力、視力、聽覺、骨質密度)4. 資訊天地(長者友善家居的相關參考圖書館及網上資源)5. 多功能活動室(舉辦各類友善家居相關教育講座及工作坊)。

服務內容包含 1. 測試及參觀-透過不同的電腦平台，為長者測試身體功能，並提供相關的健康教育講座。2. 為長者、照顧者及學生提供專題導賞，參觀模擬長者友善家居。3. 模擬長者體驗 - 讓照顧者及學生認識老化過程，穿上體驗裝備，完成指定任務。4. 專業諮詢 - 就老化過程、家居設計及設備提供專業諮詢服務，並由社工介紹相關的社區資源，也有提供上門家居評估服務(只限特定區域)5. 社區教育-舉辦不同類型的講座，如長者友善家居、認知障礙症等。在社區舉辦「老友家居」巡迴展覽，並為機構提供培訓工作坊 6. 專門研究與學術及相關團體進行研究，如長者友善產品、長者跌倒風險等。7. 提供多元化的網上資源。



圖一多功能附刀占板



圖二食物調理器



圖三 波浪型扶手



圖四 電動起身輔助椅



圖五 升降桌子



圖六 水龍頭開關方便長者使用

隨著人口老化，認知障礙症患者亦日益增多，全球每 3 秒便增加一名患者。在香港，85 歲以上長者有三分之一患有不同程度的認知障礙。而患者在家居生活中，經常面對不少挑戰。2017 年 11 月開幕全港首創的「智友善家居」是指一個適合認知障礙症患者居住的家居環境，從而減輕照顧者的壓力，協助長者達致「居家安老」。

「智友善」家居探知館專為認知障礙症患者而設的家居設計和實用擺設示範，加上運用先進科技產品及不同的生活輔助工具，如遊走大門監察器、電子寵物貓、離床警報器、無線家居安全監察器、無線水浸警報器等，讓市民大眾認識如何透過家居環境設計，配合認知障礙症患者及照顧者的生活需要，以減輕照顧者的壓力，幫助患者居家安老。



圖七 智友善家居設計方向



圖八 外出鞋隱藏



圖九 遊走大門監察器



圖十 無線水浸警報器



圖十一 電子寵物貓



圖十二 離床警報器

認知障礙症患者會出現不同程度的記憶力缺損，對身處環境也容易產生混淆，在家中使用清楚的標貼提示，可減少他們出現混亂的情況。標貼提示可有不同類型的用途，如提示物件擺放位置，提示日常自理的步驟等，照顧者可因應患者能力及需要，設計不同類型的標貼提示。



圖十三 各種標貼提示貼紙



圖十四 門口的標貼提示



圖十五 無火爐



圖十六 廚櫃不想讓長者拿到東西



圖十七 洗衣機不需用到功能貼起來



圖十八 電視遙控器需要功能放大



圖十八 協助尋找東西



圖十九 定時提醒藥盒



圖十九 貼家人照片電話簿



圖二十 圖片提醒每日活動



圖二十一 衣櫥標示提醒



圖二十二 會發聲照片冊



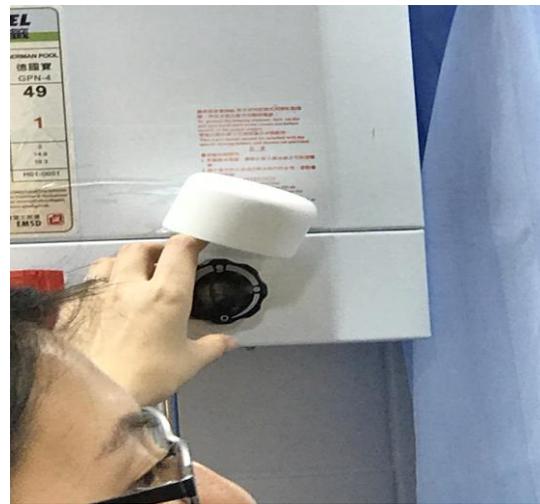
圖二十三 穿廉遮起，防止落日症候群



圖二十四 鏡子遮起，防止長者嚇到自己



圖二十五 浴室標貼提示



圖二十六 將熱水器溫度設定遮起



圖二十七 衛生紙用抽取式，方便長者取用



圖二十八 沐浴乳用長者照片提醒



圖二十九 可旋轉洗澡椅，方便照顧者



圖三十 馬桶蓋用顏色區分，方便辨識



圖三十一 組合式護理床



圖三十二 可變成輪椅



圖三十三 可收納照顧床



圖三十四 可收納照顧床



圖三十五 參訪者在中心門前留影

12月1日：第15屆世界華人地區長期照護研討會專題演講/長照機構參訪

上午：

Susan 澳洲悉尼大學講座教授-長期照護中失智者照護:澳洲觀點

澳洲人口約兩千五百萬，其中65歲以上有15.2%。65歲以上，每12人有1人有失智症；85歲以上，每3人有1人有失智症。面對龐大的照顧及經濟的壓力，澳洲如何面對？澳洲沒有長照保險，僅由稅收及資產作為長照支應的費用。在澳洲長照政策分為居家、社區及機構式照護。在社區的照護包含居家活動協助(家事、交通、送餐、日照中心、職能和物理等專業訪視)、居家服務的包裹制可為一到四級(個人照顧、喘息、交通、居家服務等)，長者可以自由選擇包裹制的金額可以如何運用。在政策面，鼓勵失能(失智)者可以多加利用社區資源，以避免住進機構式照護。多數的研究亦指出，對於失智症的照護，相較於傳統的機構式照護，失智症患者若能在像家一樣的社區生活，其會有較好的生活、照護，減少精神科藥物的使用、再住院率，甚至降低總照護的花費。因此像家一樣的社區生活，類似台灣已效法的「小規模多機能」，住民少(小於15人)、可以自由外出活動、照護者可以提供持續性的照護、小單元的廚房、住民也能協助準備自己的餐食，甚至日常生活的家事，過著像家人一樣的生活。

未來超高齡社會即將來臨，失智者(失能)人口不斷攀升，因此我們應有更多介入措施在中高

齡者，以延緩長者失智及衰弱的發生。

上午：香港房屋協會 彩頤居

香港 60 歲及以上老年人口比率從 2000 年的 15%，預估 2040 年將達到 36%，為此從 90 年代香港政府開始與香港房屋協會合作執行「長者安居樂住屋計劃」，以象徵性 1000 元由政府將土地轉給香港房屋協會建築高樓大廈，提供 60 歲及以上老年人口(及≥50 歲配偶)以終身租住形式入住。

2004 年建立的彩頤居位於九龍，為地下 4 層到地上 23 層樓建築，地下室供停車使用，一~四樓為綜合醫療診所(有中西醫及牙醫駐診)、護理安老院(57 床)、物理、職能治療室、餐廳、多用途禮堂、圖書館、工藝坊、音樂室、室內泳池、按摩池、理髮室及健身室。五至二十三樓為住宅單位。住宅單位共 333 間，其中一房一廳(約 10.5 坪)254 間，套房(約 7 坪)79 間。房間內皆有消防安全設備及呼叫鈴。

住宅單位是以「長期租約」形式推出。長者入住時繳付終身租住權費(見表一)，即可長期安居，日後僅需支付管理費及基本服務費(見表二)，亦可以以「用者自付」方式，享用其他個人服務(見表三)。如要終止租約，香港房屋協會會按照長者入住單位的年期退還 10~70% 租住權費。入住者或委託擔保人須接受經濟能力(資產)調查(見表四)，符合資格才能入住。對於身體功能無法自理的租戶，可帶入照顧人力同住，但須獲得香港房屋協會管理者同意。

◎表一 租住權費(港幣)表：

年齡	開放式單位	一房單位
60 至 64 歲	\$924,800 - \$1,175,800	\$1,399,800 - \$1,811,800
65 至 69 歲	\$832,800 - \$1,059,800	\$1,256,800 - \$1,628,800
70 至 74 歲	\$783,800 - \$1,000,800	\$1,189,800 - \$1,542,800
75 歲或以上	\$739,800 - \$939,800	\$1,117,800 - \$1,451,800

◎表二 住客每月開支表(港幣)

管理費	
套房	一房一廳
1131	1680
1153	1730
基本服務費	
345	
須另支付水電費、自費項目	

◎表三 提供護理服務項目表：

基本服務包括：	選擇性收費服務包括：
二十四小時緊急召喚服務	彩頤居診所各項門診服務
每月一次基本身體檢查	彩頤居提供的復康服務(物理、職能治療)
每年一次身體檢查	私家看護服務
健康生活指導、諮詢及轉介服務	膳食服務(堂食、外賣或到戶)
年度個人護理及身心健康計劃建議	家居清潔及洗衣服務
健康推廣活動及講座	理髮服務
社交及康樂文娛活動	
彩頤居診所診金優惠	
彩頤居提供的復康服務優惠	
會所會籍	
簡單家居檢查及維修(每月一次，每次不	

多於一小時，不包零件)

專責顧客服務代表配套各項服務

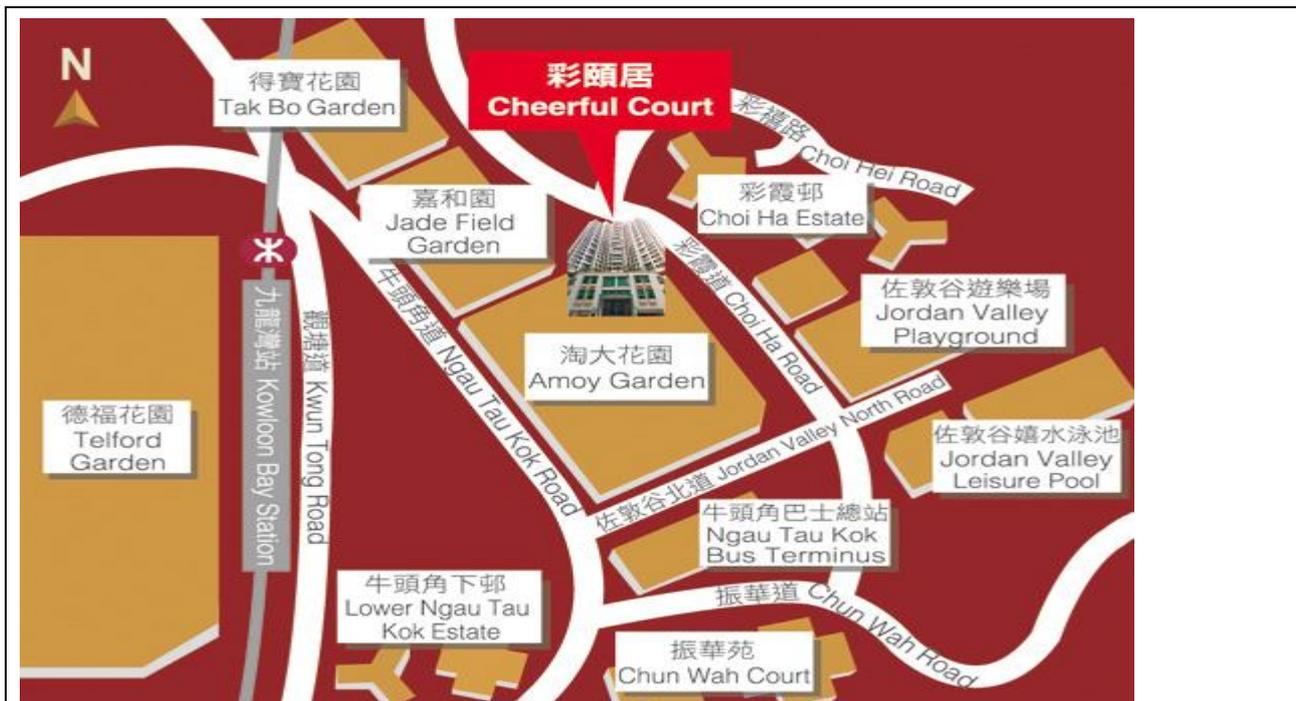
平安報到服務

保管住客寓所後備門匙作緊急救援服務

用途

◎表四：經濟能力調查表(港幣):

年齡	單身人士個人經濟能力	二人總經濟能力
60-69 歲	395-705 萬元	593-1060 萬元
70 歲及以上	313-653 萬元	470-980 萬元



圖三十六彩頤居-地理位置圖



圖三十七彩頤居-戶外活動空間



圖三十八彩頤居-游泳池



圖三十九彩頤居-按摩池



圖四十彩頤居-圖書館



圖四十一彩頤居-治療室



圖四十二彩頤居-健身房



圖四十三彩頤居-餐廳



圖四十四彩頤居-診所



圖四十五彩頤居-理髮廳



圖四十六彩頤居-音樂室

位於三樓喜頤閣為護理安老院，由跨專業的服務團隊主理，包括註冊護士、社工、物理治療師、職業治療師及營養師，設有特大單人、雙人、四人及六人套房，入住費用為14560-56020港幣，房間設有醫療床、呼叫鈴、床頭櫃、衣櫃等，住客可享用大樓內餐廳、診所、圖書館、理髮室等提供的服務。提供短期及長期住宿計劃、24小時護理及照顧，可由租戶或外來人士申請入住，但保障租戶可優先使用護理安老院舍服務。租戶由租房轉至護理安老院舍入住，需同時負擔兩邊的費用。

定期舉辦各項活動，包含邀請各年齡層志工團體到院演唱、跳舞、演奏，並連結私人公司志工團體到院陪長者玩遊戲、用餐及贈送禮物；也為長者舉辦藝術作品展，展示參與機構活動中的成果。



圖四十七喜頤閣護理安老院單人房



圖四十八喜頤閣護理安老院雙人房



圖四十九喜頤閣護理安老院四人房



圖五十頤閣護理安老院多功能活動室



圖五十一喜頤閣護理安老院走道



圖五十二喜頤閣護理安老院飯廳



圖五十三喜頤閣護理安老院復康室



圖五十四喜頤閣護理安老院復康室



圖五十五喜頤閣護理安老院:老爹媽藝術作品展



圖五十六喜頤閣護理安老院:老爹媽藝術作品展



圖五十七喜頤閣護理安老院:老爹媽藝術作品展

圖五十八喜頤閣護理安老院:老爹媽藝術作品展

下午:足頤參訪

基督教家庭服務中心自 1954 年創立以來，一直為香港東九龍區居民提供不同類型服務。包括兒童及家庭服務、青年服務、長者照顧服務、50 歲以上悅齡服務、殘疾人士綜合服務等。本次參訪的為復康護理專項服務中的足部護理服務。緣起為長者的足部常見問題(灰指甲、指甲增厚，導致活動受限等問題)，加上在香港的足部診療師少，長者等待期長、外出不便等因素，因此自 106 年開始之創新服務，由護理師及跨專業團隊組成的足部護理團隊出訪，首次先由護理師檢測病史並確認足部狀況，後續則安排護理員至家中為長者做足部護理。若長者狀況有需跨專業人員進入時(像是護具鞋墊、或居家環境改善等)則再安排職能或物理治療師進入。推廣至今，長者足部狀況獲得極大改善。但中心社工表示：「目前仍屬自費服務」，若有經濟困難者，亦會推薦組合制(3-5 人)至中心，共同來提供服務，以減輕經濟負擔亦能照顧長者。



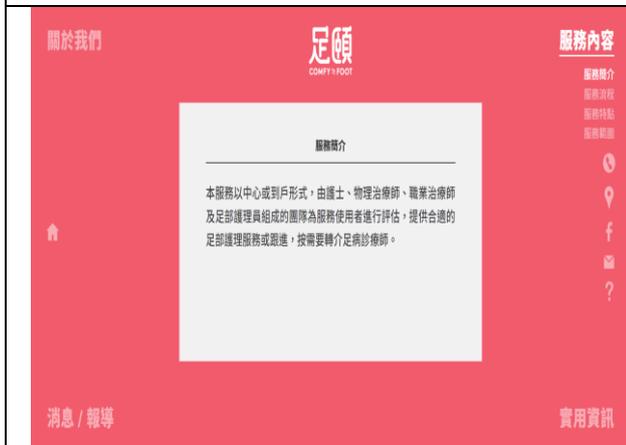
圖五十九基督教家庭服務中心樓層介紹



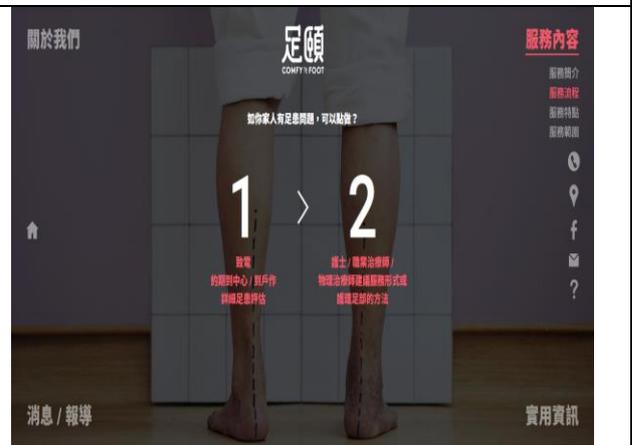
圖六十基督教家庭服務中心網站服務內容介紹



圖六十一足頤專業足部護理服務介紹



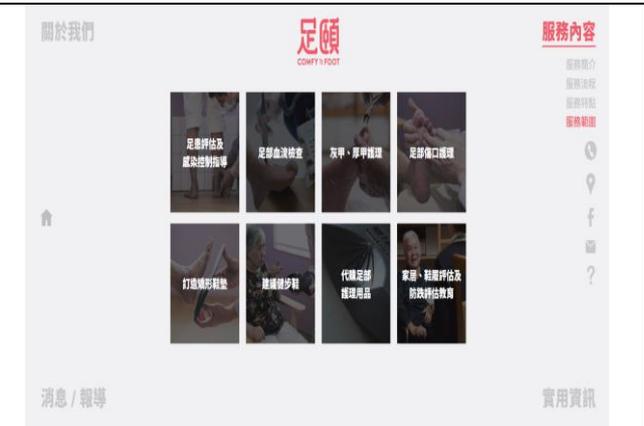
圖六十二足頤專業足部護理服務介紹



圖六十三足頤專業足部護理服務介紹



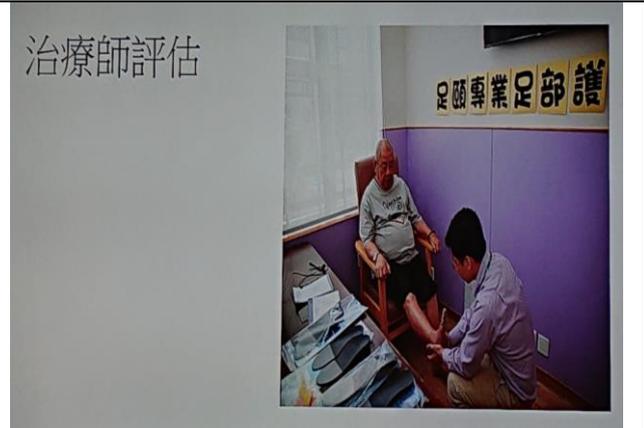
圖六十四足頤專業足部護理服務介紹



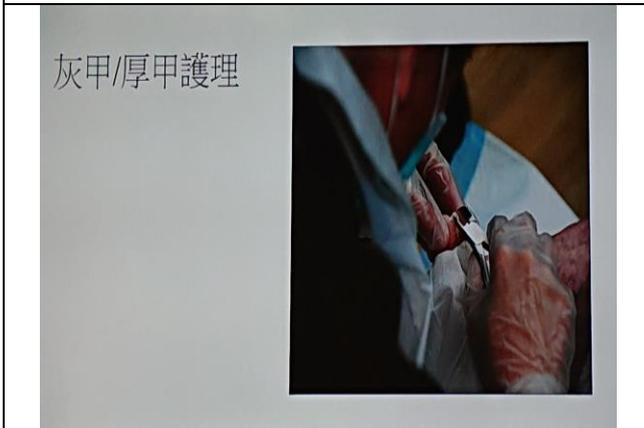
圖六十五足頤專業足部護理服務介紹



圖六十六足頤專業足部護理服務人員介紹



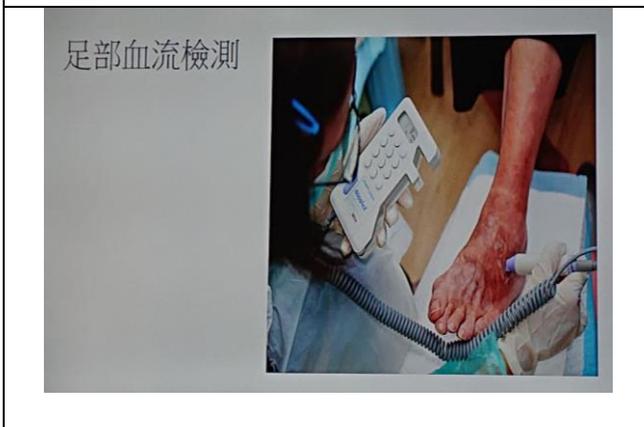
圖六十七足頤專業足部治療師評估



圖六十八服務案例介紹-服務前



圖六十九服務案例介紹-服務後



圖七十足部血流檢測

辦公室地址：九龍新蒲崗五列街10號新寶中心30樓1006-1007室
 聯絡電話：2997 8028

基督教家庭服務中心
 足頤專業足部護理服務 (價目表)

I	編號	客戶足部護理服務及評估	原價(HK\$)	優惠價(HK\$)	備註
1.	S0001	首次足部護理及專業評估	\$820.00	\$738.00	每約60分鐘
2.	S0002	灰甲、厚甲/傷口護理(護士)	\$650.00	\$585.00	每約45分鐘, 敷料/膠鞋費另計
3.	S0003	灰甲、厚甲/傷口護理(足部護理員)	\$250.00	\$225.00	每約45分鐘, 敷料/膠鞋費另計
4.	S0005	矯形鞋墊製備	\$2,220.00	\$1,999.00	包括3次上門評估及鞋墊物料1對 (\$2,750 for 兩對同時做)
II	編號	足部護理產品項目(零售價)	原價(HK\$)	優惠價(HK\$)	備註
1.	P0001	美國【美樂得】特強保潔防水潤膚霜	\$88.00	(不適用)	不包運費
2.	P0002	英國深層潤膚油	\$115.00	(不適用)	不包運費
III	編號	中心足部護理服務及評估	原價(HK\$)	優惠價(HK\$)	備註
1.	C0001	中心足部護理 (足病診症師)	\$580-1080	(不適用)	以每位計, 最少15人
2.	C0002	中心足部護理 (護士/足部護理員)	\$260.00	\$234.00	以每位計, 最少8人
3.	C0003	中心矯形鞋墊製備	\$3,722.00	\$3,550.00	包括治療師評估及鞋墊物料1對 (\$2,350 for 兩對同時做)

1. 價錢以中心資料為準
 2. 服務時間由中心評估員決定, 中心保留服務安排最終決定權。
 3. 附加費：九龍中、九龍西 (\$50); 東涌、新界、港島(\$80)

最新日期：7/9/2011

圖七十一足頤專業足部護理服務價目表



圖七十二樂力長者日間服務中心環境介紹



圖七十三、樂力長者日間服務中心運動區



圖七十四、樂力長者日間服務中心運動區



圖七十五、樂力長者日間服務中心休息區



圖七十六、休息區



圖七十七、沙袋收納區



圖七十八、助行器收納區



圖七十九樂力長者日間服務中心離開前合影

參、心得及建議

1. 很開心有此機會可到國外參加研討會及機構參訪，人口老化是目前全世界所面臨問題，要如何讓老人活得有尊嚴及良好品質是目前要解決問題。聽了大陸、香港、澳門、台灣，目前有關老人福利制度及照護，覺得我們台灣很幸福，我們很早就開始啟動老人照護且做的不錯，有關安寧療護照護品質也是亞州第一。

這次參訪香港「房協長者安居資源中心」發現與台灣的輔具中心有所不同，香港「房協長者安居資源中心」服務內容較為廣泛，輔具項目指偏向居家生活；而台灣輔具中心是主要針對輔具租借或購買、申請補助…等，雖然服務內容不廣，但對輔具評估項目較多、也較專精。目前台灣輔具中心針對一般長者或失能者做家居設計，未有針對智能障礙提供居家設計及展示中心，目前台灣失智人口也逐漸增加，若人力及物力需可之下，也可增加失智症居家生活設計展示，可提供給民眾參考。看到組合式護理床會聯想到我們護理之家 18 萬的輪椅，組合式護理床可當作一般床又可變成輪椅，減少照顧者抱個案上下床的體力及危險，且可遙控操作，價格在台灣約二十幾萬，若護理之家 18 萬床要更換時，可參考看看。因老人視力退化居家物品可用不同顏色區別，針對失智症個案可使用電子寵物貓、無線水浸警報器、標貼提示…等，來協助失智症長者居家生活，也可減輕照顧者壓力，覺得這些設計很棒也很貼心。定時提醒藥盒，本來設計是提醒個案用藥，但居家個案家屬有些是老人照顧老老人，照顧者年紀大、多半有慢性疾病，照顧者忙碌時也會忘記吃藥，定時提醒藥盒也可給照顧者使用。自己身為居家護理師，可將自己這次所學習及看到的可提供給居家個案，才不枉費這次出國參訪之行。

2. 「彩頤居」的介紹者表示，住居的長者將「彩頤居」當作自己最後的家，身體健康時可居住在自己房間，身體功能差時可部分時間(睡覺時回自己房間)住入「喜頤閣」接受專業服務。

台灣潤泰集團的「潤福中高齡專用住宅」類似「彩頤居」的住居單位，但「潤福中高齡

專用住宅」僅設有護理站，協助量血壓、排藥盒及測血糖，並無附設安療養機構在內，使得入住長者在身體狀況不好時需改入住其他安療養機構，並無法終老在住居。長庚的養生文化村中亦無附設長照住宿型機構，與長庚護理之家相隔走路 10 分鐘路程。

於「中華民國 106 年老人狀況調查報告」中顯示台灣於 106 年 9 月底我國 65 歲以上人口數達 321.9 萬人，較 102 年 6 月底增加 57.8 萬人，成長了 21.9%；65 歲以上長者希望與子女同住比率為 54.3%，當達到生活無法自理時，願意住「長照機構或護理之家」者占 35.3%，而目前實際入住者僅有 5.8%，機構床數仍供不應求。55 歲以上住機構者之入住考量以「環境衛生與設備」52.8%最多、「工作人員素質及服務態度」占 43.8%次之。本院護理之家以環境設備和工作人員素質優良著稱，今年將奉院長指示於年中進行護理之家設立 25 年慶祝活動，建議可將平日進行的體能復健、認知復健和園藝治療以動靜態展覽方式呈現，對於長期臥床無法參與團體治療的住民，也可在家屬來訪時(圍爐活動)鼓勵家人為住民留下書畫美勞作品、祝福卡片、照片等作品，在慶祝活動中共同展示。

3. 會議上看到華人世界中，不論台灣、香港、大陸、澳門各個領域都對老人長照而努力，因華人地區屬性的不同，但都共同面對著人口老化的問題，會議中各國都對自己國家長照發展而努力著，會議內有許多議題是提到老人復能，而目前台灣長照 2.0 為了實現在地老化，提供從支持家庭、居家、社區到住宿式照顧之多元連續服務，普及照顧服務體系，建立以社區為基礎的照顧型社區，期能提升具長期照顧需求者與照顧者的生活品質，投入了許多人力、物力及經費，相對於其它國家是幸福的許多，而目前自己所屬單位，提供居家醫療照護整合計畫收案，由醫師及護理人員定期到家中看診並提供置換管路等醫療護理照護，讓個案不必外出奔波就可安心在社區療養。個案於出院前 3 天由出備協助評估並協助轉介長照各相關服務的介入，出院前即安排好輔具租借，服務於出院 7 天內到位。

而參訪過程中得知香港長照人員評估等待可能需長達數個月之久，故有許多私人基金會投入提供或是發展出醫療體制外的自費服務照護，例如我們參觀的「足頤專業足部護理服務」

它是一個完全自費照護課程它於 2017 年 5 月開始服務，由護士，物理治療師，職業治療師，足部護理員及足病診療師組成的團隊，於機構內或是到宅為服務使用者進行評估，提供合適的足部護理服務。服務範圍包括灰甲（真菌感染），趾甲增厚及變形陷甲，足部皮膚乾燥，香港腳（足癬），足跟皮膚龜裂，足部傷口（糖尿病或足部血管病變引致），雞眼等。

我們居家個案也常有足部皮膚乾燥、灰甲、香港腳、足跟皮膚龜裂、足部傷口等問題，居家護理師訪視時評估發現，也都會衛教家屬或案傭如何提供簡單的照護，沒想國外有專門的足部護理專業課程及證照，目前國內此專業認證並不多，有看到臺中市長期照顧管理中心 2018 年為照顧全市衰老長輩及輕、中度失能(智)者，台中市政府開辦預防及延緩失能等相關課程，引進丹麥「足滿意」足部照護課程，引導長輩自我照護足部，廣獲好評。也提醒了我們更應該重視老人的足部問題，如之後臺北市長期照顧管理中心有開辦相關課程，希望居家個案的照顧者也能參與此相關課程，讓更多人可以學習自我照護足部的方法，可以一起提供居家個案更好生活照護。

4. 在台灣足部照護，社區式照顧可以由護理師或是受過特殊照護訓練之照顧服務員提供服務，此服務為長照 2.0 之照顧及專業服務的給付支付項目之一；在機構式照護通常是由照服員來提供服務。但在香港經驗中，可以看到足部護理更加縝密的透過攜帶型足部血液測試器為長者足部，做完整性的評估，亦可以做為台灣學習之方向。

1. 附件一 參訪行程

日期	內容	說明
11/28(三)	出發前往香港	搭乘班機前往香港 住宿：香港
11/29(四)	長照機構參訪/第 15 屆世界華人地區長期照護研討會開幕式及專題演講	上午：長照機構參訪 下午：會議開幕式專題研討 住宿：香港
11/30(五)	第 15 屆世界華人地區長期照護研討會專題演講	上午：專題研討及論文口頭發表 下午：專題研討及論文口頭發表 住宿：香港
12/1(六)	第 15 屆世界華人地區長期照護研討會專題演講/長照機構參訪	上午：長照機構參訪 下午：會議開幕式專題研討 住宿：香港
12/2(日)	返回台灣	搭乘班機返回台灣