面對高齡化社會的準備與因應

文/中興分院護理部 陳秋君 護理師
李愛誠 督　導

世界衛生組織(WHO)定義65歲以上人口占總人口比率達7%為高齡化社會、達14%稱高齡社會、20%以上則稱超高齡社會，根據內政部統計處資料顯示2013年台灣65歲以上人口已佔11.53%，國家發展委員會更推估2025年我國將邁入超高齡社會，甚至在2060年65歲以上人口占率將高達39.4%，屆時我們走在路上，每10位當中就有4位是65歲以上的長者，僅1位幼者(14歲以下)，老化指數(即老幼人口比)高達401.6%，年齡中位數亦達57.4歲，未來的我們可能都會面臨老人照顧老人的局面。看到這樣的數據，不知您是否已感覺到台灣正快速地邁向老化王國的行列？面對高齡化的社會，您準備好了嗎？提醒您~適當運動、健康飲食與快樂心境是不二法門喔。如果您已是位長者，社會參與及樂活長青將是個好選擇，例如：參與社區文康活動、長青學苑、旅遊…等，讓我們可以健康老化、成功老化。

面對高齡化社會，醫院又準備好了嗎？是的，本院特別針對慢性病患者、長期照護患者提供跨團隊整合性的服務，讓我們一起來關心與了解。我們的醫療團隊有醫師、護理師、物理及職能治療師、營養師、社工師、藥師、傷口照護護理師及出院準備服務護理師，經醫師評估病患醫療所需後介入照顧。以血液透析患者來說，本院除了醫師及護理師的細心照護外，還有慢性腎臟病衛教師及營養師提供生活、飲食相關衛教；再以復健患者來說，住院期間專業團隊會與病人及家屬討論治療方向，依病人狀況配合物理治療師、職能治療師或語言治療師的個別復健項目給予階段性的醫療處置，另外對有出院照護問題或支持系統薄弱之病人，出院準備服務護理師及社工師則主動介入，必要時召開家庭會議，整合專業意見、資源轉介來協助處理，減輕病人及家屬的焦慮害怕；最後在呼吸照護病房，若病人狀況許可，則協助使用呼吸器的病人下床坐在床旁椅以訓練呼吸及增進生活品質，病人若順利移除呼吸器，接續協助輔具用物準備、長期照護資源提供、居家護理轉介及政府立案機構資訊以利持續性照顧。

有了健全的準備與因應，高齡化社會似乎不再是一種壓力，反而常常有病人及家屬告訴我們來到中興分院就醫感覺很溫暖，中興分院有良好的工作氣氛，醫病間互相扶持，團隊就像一個大家庭，這樣的用心陪伴也化解了病人糾結的心。喜樂的心乃是良藥，最後面對人口高齡的衝擊，雖然長期照護的病人有可能會越來越多，但我相信善用我們的專業，必定能創造更優質的醫療服務，而成為民眾最信賴的幸福醫院！

