國立台北護理健康大學老人護理學實習期末評值會

實習日期：2021/11/01-2021/11/30

實習地點：貴族老人長期照顧機構

指導老師：張妤安督導、唐鈺婷老師

參與人員：張妤安督導、唐鈺婷老師、徐楚惟、陳柔㚬、陳怡伶、張雅婷、李菲菲、吳姍姍、余瑩、蘇怡蓁

主席：陳柔均

紀錄：蘇怡蓁

心得報告：

* 徐楚惟：這次實習是我進長照的第一次經驗，畢業後就投入臨床工作，一定會碰到個案出院後被安置在長照機構居住，只是從來沒有想過他們出院後，居住的環境、過的生活，會是什麼樣子？所以這次實習也讓我有不一樣的觀點出現，所以每當妤安督導和桑主任分享在機構發生的種種故事，都讓我覺得很有趣。因為我的阿嬤本身也患有失智症，每當我看著這些老人家，不禁也會想：「我的阿公阿嬤是否以後也會是這副模樣？那爾後換成是我的父母，我會怎麼處理他們的老年呢？也是把他們送到機構還是自己照顧呢？然後，我呢？自己老的時候，又會是什麼樣子？」，一時間不知道該樂觀面對，還是該擔憂自己的未來，畢竟以後的事情雖能夠事先計畫，但難保會不會有新的變化？。雖然因為有突發狀況加上時間的影響，讓執行實證措施這部分不是很完善，不過能跟機構內這些可愛長輩們的互動，這段時間讓我很感激。我想如果未來有機會，我還會想來這個地方。
* 陳柔㚬：很開心可以在貴族長照中心學習，在這裡我看到完整跨團隊照護，感謝督導安排各類專業團隊教學，與臨床看到得更仔細，可以更進一步了解長者的需求及該注意事項，例如吞嚥訓練其實需要從認知開始評估，細節小到咽部期吞嚥反射啟動，在臨床上不曉得的事，讓我受益良多。
* 陳怡伶：老年人真正想要的是花掉他們剩下的時間保持健康，而最重要的要求之一是定期、積極和身體活動，以保持獨立生活。社區老人通常是在自己熟悉的環境下老化，他們有著一定的生活活動功能，而住在機構內的老人多半生活功能比普通老人差一些，他們因為家人無法照顧或本身無法照顧自己而入住機構，但往往入住機構會造成他們更多心理方面的問題，多數老人進住機構後，並未接受任何活動安排，且超過一半的機構照顧者以提供生理照顧為工作重點，明顯忽略老人在精神層面之需求，而貴族安排了許多課程不僅照顧老人的生理更照顧到老人的心理，所以聽到有入住的長輩自己願意再回鍋真的一點都不意外。
* 張雅婷：很開心在國北護的第一個實習就是到貴族豪門，張妤安督導安排了許多的課程讓我們參與，還特地調整活動時間，讓我們能在實習的期間也能夠參與到，學到很多是學校所學不到的東西，把我們的實習生活安排得非常充實、真的是收穫滿滿！謝謝貴族的社工跟護理師在我們接觸住民時也給予很多的幫助及資訊解惑，在我們辦手搖鈴活動時，督導給予很多很有幫助的建議，桑予群主任也大大贊助負責鋼琴演奏的重任，讓我們的活動能順利舉辦，真的很謝謝貴族的大家！
* 李菲菲：實習後，發現機構中最重要的一環，是需要與各專業領域老師協同討論合作，才能為長輩們計畫出最適合的照護方案，除了帶給長輩們不同的生活樂趣，也能藉此從中發現個案的生理機能狀況。很開心、很感謝有這次機會來到此機構實習，也謝謝主任、督導很用心的安排課程，請專業老師們幫我們上課，並且給我們機會策畫，體驗帶長輩們的團體活動。在這邊更對長照機構的工作型態有基礎了解，也謝謝督導常常願意分享很多經歷給我們聽。
* 吳珊珊：這次的實習收穫很多，實習單位也很用心地幫我們安排了很多課程，也看到督導跟主任在經營上的認真投入，他們跟住民像家人般的相處，對住民的健康問題及家庭關係聊若指掌，也跟我們分享很多帶老人團體活動跟經營機構的經驗。老師則是在我們的作業部分做了很多指導。從一開始的健康問題到文獻搜尋還有擬定實證活動計畫、每週的護理紀錄(SOAP)。我也從原本對老人長照機構的既定印象，進展到了解長照機構真正的狀態。每位住民都有自己的故事所以在機構落腳，在機構不同於在社區(自家)，必須能適應團體生活，也要配合團體作息。好處是有專業人士打理三餐，做疾病管理(服藥及定期巡診)，但礙於空間(3人房)很難有個人隱私，並且容易互相干擾，也無法自由進出，跟家人互動的部分比較是被動等待家人探視。
* 余瑩：很幸運有這個機會可以來到貴族老人長照機構實習，讓我看到很多和醫院不一樣的地方，而督導有在課堂上講述到有關安寧個案在貴族的照護經驗，讓我很訝異完全顛覆我原本的想像，在貴族有別於其他機構不一樣的做法，除了利用智慧床墊可以更清楚監測臨終病人死亡的時間，或是透過芳香療法引導家屬與病人接觸，或是在頂樓協助長者與另一半做最後的道別，讓末期的個案可以得到更好的善終，也讓家屬心理可以得到更多的安慰，這一個月的實習讓我收穫很多、也看到很多。
* 蘇怡蓁：短短的十天老人長照實習，讓我對長照這個領域有很多不同的眼光。首先是環境明亮清潔、沒有異味。接著看到、感受到桑主任和妤安督導對學生的重視，不僅為我們準備乾淨明亮風景好的討論區，還安排了很多跨領域的專業團隊，讓我知道各個職系在長照領域是多麼地盡心盡力。上週跟同學聚餐吃飯時才知道主任和督導在業界是有名的人物，即使如此，他們還是對每一件事都很用心。聖經上說：「在小事忠心，在大事也會忠心」。相信未來的貴族豪門長照機構會更加發揚光大！在學校學到3A的實證，在這十天裡，做到5A階段，老師要求之嚴雖然讓我備感痛苦，但能完整的走過整個過程，加上個案很好的回饋，讓我也有一點小小的成就感。覺得不虛此行。謝謝桑主任、妤安督導和鈺婷老師的教導。這個階段的實習讓我收穫滿滿！

**張妤安督導回饋：**

* 柔㚬：使用薰衣草精油前，先確認是否喜歡，還要注意個案的血壓、心跳，這個長輩同時也因為疫情趨緩，有家人陪伴介入，因此GDS有明顯下降。
* 怡蓁：坤財的GDS分數應該會更高，他的學歷高，要求會比其他人多，很驚訝他會願意讓願意讓學生介入陪伴，施行懷舊治療的效果還不錯。
* 雅婷：沅陵是難度高的個案，執行力差。機構在疫情前還有排一對一復健，疫情之後就沒有了，他執行起來也是有一定的困難度。
* 珊珊：金枝是二返的個案，而且是自己打電話回來訂床，因為為兒女著想，所以自己決定住機構。因室友都在房間上廁所，金枝會生氣。未來希望機構能打造單人房空間。
* 余瑩：玉英阿姨主動性高，因膝蓋痛，會自己用左手香敷膝蓋緩解疼痛，但因效果差及疫情限制，才會開止痛藥。現在疫情較緩解，希望長輩可以繼續外出看診，也避免一直關在機構，可以出去走走。
* 菲菲：個案主訴水腫有改善。菲菲很棒，如果再加兩張個案執行前後的照片會更好。
* 怡伶：個案在機構一直被發現到有癌症，也不斷做手術切除，心情會差也是預期中。情緒上有點氣餒，其實到最後連最簡單的白內障都不願意再手術了。
* 楚惟：個案評的outcome是認知功能，會建議可以做learning therapy，針對數理、寫字、閱讀等，每周2-3次，每次30分鐘。

總結：這個月很謝謝同學為老人家做的實證措施，雖然可能在運動方面會有挫折或挫敗感，這是可以預期的現象，機構有請物理治療或體適能老師介入。在這個實習過程，長輩更喜歡的是大家的陪伴。未來期待更多的護理師從醫院走出來到長照機構，謝謝大家很好的回饋！

**唐鈺婷老師回饋**

首先感謝貴族的桑主任與妤安督導在這疫情嚴峻當下仍願意接受我們同學來貴機構實習，也協助挑選個案並安排許多機構常見的多元療育課程讓我們長見識，更讓同學了解機構長輩居住的環境與每日生活的型態。還有很多長照機構經營會遇到的狀況經驗分享，也讓同學看見護理在長照的曙光。

其次也恭喜同學們在半工半讀的狀態下，忍受老師對於實證文獻與作業的嚴格要求，很幸福很充實的完成了老人護理學實習。希望經由此次實習同學們能夠從不同角度同理長輩們在認知、體力的衰退，還有因生理心理甚至疾病的因素衍生的負面情緒。希望在未來無論各位在急性的病房還是在慢性長期照護，都能給予長輩更舒適的應對與照護。護理師們加油!!