



臺灣 新北

春寒出隊 上山往診攜愛同行

2023.02.12

文／林慧石、洪鳳雅、黃月珠、魏子怡

二月十二日清晨，空氣中還透著微微的寒意，北區慈濟人醫會團隊已精神奕奕地準備展開農曆年節後第一次的三芝石門往診行。

來到洪阿嬤家時，得知這位健康開朗愛唱歌的老人家，因受寒感染往生了，大家都十分感傷。王建嘉醫師帶領團隊一起上香致祭。見阿嬤的兒子臉色疲憊，眾人關懷叮嚀他要注意保重身體，這樣老人家才能安心離開。

今年高齡九十九歲的郭阿嬤，平常喜歡畫畫，大方贈送作品給志工簡美玉。

郭淑宜護理師拿出預先準備的毛帽回贈並幫阿嬤戴上：「阿嬤，這個跟您換！」阿嬤開心地笑呵呵，歡樂溫馨的互動，就像和樂的一家人。

馬阿公九十歲了，大腦右半邊中風，左手無力，兩年前妻子往生，平日由養女照料。「眼睛有點乾，給您一瓶眼藥水，不舒服時可以點。」眼科醫師彭百慧檢查、開藥後，便與志工們陪阿公話家常。

鄭氏夫婦先前發生車禍，曾文尚醫師前往訪視時給予的醫療建議讓鄭先生覺得很受用，此行再次前來關懷，針對其手部無法高舉的問題，曾醫師逐一了解症狀後，建議他到神經專科接受進一步診察。

猶記去年來訪時，鄭太太虛弱地躺在床上，今天卻容光煥發地坐在輪椅上迎



三月十二日北區慈濟人醫會進行三芝石門往診服務。人醫志工深入山區小屋關懷病中長輩。攝影／林群傑

接大家。人醫志工們同感驚喜，讚歎她極強的生命力，也誇獎鄭先生的用心照顧。曾醫師勉勵：「心打開身體就會好！」鄭先生表示有大家的愛心一定可以好起來，鄭太太也說要趕快好起來，加入慈濟志工的行列。

「這樣可以訓練心肺功能讓靜脈血液回流到心臟，幫助消腫。」游阿公心臟不好，腳部循環也差，陳文慶醫師指導他可在床上做空手腳踏車的運動。診察發現其截肢處膚色有異，特別囑咐，要留意若變成黑色就一定要去醫院。一旁吳國雄藥師也叮嚀阿公不可隨意停掉血糖藥。

為郭阿嬤量測生理數值時，驚見心跳竟達每分鐘一百六十八下，醫護人員都嚇一跳！但阿嬤打趣說：「你們來看我，心跳就變得這麼快，因為太高興啦！」陳醫師還發現阿嬤的十二節胸椎變形，於是立刻為阿嬤進行推拿。

聽到陳阿嬤訴說膝蓋很痠痛但是不敢針灸，陳文慶中醫師建議不妨嘗試拔罐，阿嬤體驗後，感覺腳舒服很多。「很幸運能遇到你們，治療好我的腳，我很感恩。」

來探望李先生時，見其右膝蓋上放著暖暖包熱敷。陳醫師診察研判是髌關節沾黏的問題，叮嚀要多動，接著指導李先生利用盤腿拉筋、每天持續五分鐘拍打髌關節、按摩耳朵穴道等方式做自我復健。在陳醫師引導下跟著做了一遍後，他發現不僅腳的疼痛感減少，還可以左右轉壓活動。

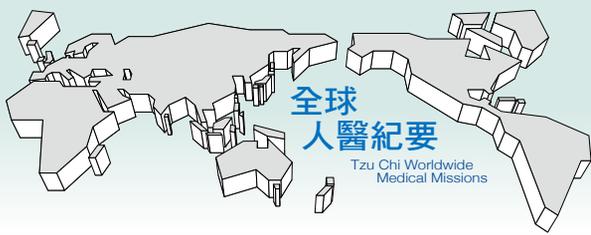


眼科醫師彭百慧仔細為阿公檢查眼睛。攝影／李政明



曾文尚醫師關懷病人情況。攝影／鄭世漳

曾文尚醫師視病如親，將每位長者當成自己的長輩一般愛護，他說往診的過程中，看到很多長者沒有受到很好的照顧，人醫團隊藉由這樣的服務因緣，給予持續的關懷和支持，更從中體會見苦知福的道理，深深感受到自己真的很幸福。「上人常常告訴我們，與其祈福還不如造福！」曾醫師願盡一己之力，對社會有所回饋，從付出中學習感恩與謙卑。



臺灣 新北

百位人醫志工齊聚 十線訪診慰老

2023.02.19

文／周綉珍、張嫦娥、施金秀、陳美慧、陳美卿

二月十九日北區慈濟人醫會結合慈濟志工共一百五十七人團隊進行平溪義診暨往診服務，除了和平溪區活動中心的定點義診之外，再透過長照記憶居家關懷線、十分成安宮、平溪老街、平溪靜安路、嶺腳北線、嶺腳南線、菁桐老街、村長線、義工線等十條往診路線，深入鄉里關懷案家，一共探訪了八十八位長者。疫情鬆綁後首度大規模出隊，人人均遵照防疫規範不鬆懈。

沿著菁桐老街鐵道旁，江勤中醫師與往診團隊循著門牌找路。第一戶探訪的

是潘家母子，兒子阿輝腳部感染蜂窩性組織炎，清創後仍在臥床休養，白天多由年邁母親陪伴照顧，江勤中醫師診察其傷勢後，也為有高血壓問題的潘母把脈與問診。由於潘媽媽常常忘記有沒有吃降血壓藥，江醫師特別叮嚀，一定要按時服藥，也請家人要多加留意提醒。

中醫師走入家戶 指導保健與用藥

郭大姊因小中風過，行動變得不俐落，導致跌倒摔斷手腕，身心煩亂不安寧。江醫師開立助眠的藥方，特別叮嚀除了正常服用西藥之外，中藥則在傍晚跟睡前服用，中西藥併服至少要間隔一個鐘頭。

高齡九十三歲的李阿嬤獨居，腰痠背痛之外，也常常難以入眠。張禹欣護理



二月十九日北區慈濟人醫會結合慈濟志工共一百五十七人團隊展開平溪義診，並透過十條往診路線展開家訪關懷。攝影／余錦豪

師為她貼藥膏貼布舒緩疼痛；江醫師則教她學會按摩神門穴位，幫助安神入眠。

接著一行人繞進山區探望住在石筍尖的劉阿嬤，去年先生往生後，她就獨自生活，看到人醫團隊非常開心，義剪志工也為她剪頭髮打理門面。志工翁坤陽隨身準備貼布和眼藥水與長者結緣，讓老人家開懷不已。疫情下相隔一年才相見，醫病之間彼此親切招呼著，對話中總是那麼的溫馨逗趣，如同久別重逢的老友。

葉老太太心情很低落，因為先生昨天出殯。呂張卻中醫師從入門就緊緊握住她的手，安撫她的心，「您這麼有福氣，兒子特別請假來陪，老伴也是在過年領完紅包，領完大家的祝福，這就是有福氣。」由於奶奶曾動過膝蓋手術，現在還會疼痛，呂張卻中醫師為她針灸，指導示範日常可多做手部運動和腳部運動，希望奶奶強化肌肉還可以訓練腦力，同時也推廣茹素有益健康，既不用擔心體力不夠，也有助改善痛風症狀。

黃奶奶一看到大家就落淚，開口道：「你們怎麼這麼久都沒有來？」呂張卻中醫師趕緊安慰說明，現在疫情狀況好多了，之後會固定來，也關心著奶奶的三餐，還不斷提醒要吃營養一點。奶奶的兒子黃先生向往診團隊訴說起照顧上的各種難處，例如會限制她飲用咖啡的次數，希望能吃健康一點，但是媽媽就會向其他親人抱怨。

由於黃奶奶過年前跌倒需調養，本身還有胃出血，一直有在服藥，藥劑師吳



江勤中醫師為臥床病人把脈與問診，以調理消化不良症狀。攝影／周綉珍



呂張卻中醫師（左一）帶隊往診路上，遇見坐在樹下乘涼的胡家二老，蕭春華護理師先為胡阿嬤量測血壓做檢查，義剪志工柯詩雨師姊亦把握時間為胡阿公打理門面。攝影／洪易辰

淑芬對照其所服用的中藥和西藥成分是否有衝突，並交代服中西藥至少要間隔一個小時。吳藥劑師也藉機讚歎黃先生：「奶奶有您照顧真好命。」稱許他是家裡最孝順的兒子，長年陪伴用心照顧。



人醫團隊除了為長者醫病醫心，對於陪伴的家人也賦予愛與關懷。

關懷身心 醫病互動若家人

北嶺腳路線由北區慈濟人醫會召集人暨臺北慈院徐榮源副院長、北區人醫卓資彬中醫師，帶領醫護團隊和東山高中師生及後勤志工一行十六人，循著山坡路穿街走巷，逐戶登門探望病家。

來到李阿嬤的家門前，徐副院長先與有志習醫的東山高中學生志工群說明長者的狀況，提點可以如何互動。進入屋內，與阿嬤的女兒話家常一會兒，隨即向坐在輪椅上的長輩問安。李阿嬤九十二歲了，巴金森氏症讓她身體僵硬，說話困難，但仍頻頻點頭示意。徐副院

長叮嚀家屬要多陪阿嬤聊天，在一旁的卓醫師教導外籍看護，如何幫阿嬤按摩舒緩身心；藥師也協助檢視指導如何正確用藥。

一行人來到了阿玉阿嬤家，見她坐在門口笑咪咪地與大家打招呼。阿嬤有失智傾向、心臟較不好，卓醫師為她針灸，期能改善認知功能，幫助血液循環通暢，阿嬤都很配合。

林阿公已經九十八歲了，家訪團隊抵達時，他正坐在客廳踩運動器材。除了重聽之外，身體仍行動自如，喜歡到處溜達。經過一番引導和觀摩學習，學生志工們漸漸化被動為主動，分頭幫阿公按摩起肩膀、手臂，老人家開懷地連聲道謝。



臺北慈院徐榮源副院長與北區人醫卓資彬中醫師（右一）聯手看診，為長輩的健康把關。攝影／陳坤富



臺北慈院身心科李嘉富醫師（中）與廖振凱中醫師教導家屬可以如何為長輩按摩穴位，減緩不適。攝影／余錦豪

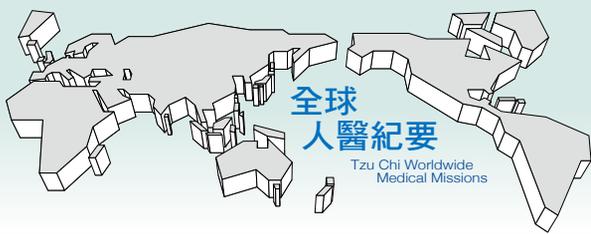
「阿嬤您是這一條街最健康的！」卓醫師對著紅光滿面的春年阿嬤讚歎著，逗得她笑得很燦爛。依脈象表現肝火較旺，卓醫師開了藥並叮嚀阿嬤要乖乖吃藥。

途經幾戶案主的家，雖然長輩已過世，但往診團隊多年的家訪，已與案家相熟，同樣持續關懷著下一代的健康。家屬依然熱絡相迎，尤其感念人醫志工們一起用心用愛陪伴親人的時光，也非常感謝慈濟守護偏鄉的付出。原本風和日麗的天氣，突然間起風下雨，眾人依表訂行程繼續訪視長者，平溪義診隊長張治球醫師感恩團隊以愛鋪路同行。

平溪區為目前臺灣最具指標的超高齡

化社區之一，自二〇一八年起臺北慈院與平溪衛生所合作，提供偏鄉長者「及早救智」服務，此行的長照記憶居家關懷路線，就是由身心科李嘉富醫師帶隊，還有中醫科廖振凱醫師、焦淑惠及周碧惠護理師，以及黃詩琦社工師和志工們一齊展開關懷行程。

問路、繞路，好不容易找到胡爺爺的家。他身體狀況尚好，但肚子不舒服。量完血壓後，李嘉富醫師拿出握力器示範教學，除了日常可用來運動增強肌力之外，更帶著胡爺爺以手掌、手指為尺，找到位置在小腿前外側、外膝眼下三寸的足三里穴，說明可以運用器材後方的滾珠來按摩此穴位，有助減緩腸胃不適。



剛完成往診任務的臺北慈院骨科洪碩穗醫師，繼續在平溪活動中心義診現場協助診治奶奶的膝蓋問題。攝影／林靜芳

此外，為避免長者忘記用藥，醫師們也耐心地告知家屬可以使用藥盒，先把每日要用的藥放入小盒子裡來做分格紀錄，作為提醒。

接著在熟悉山城的長輩熱心帶路下，來到任爺爺家探望。他平日由居服員照顧，假日時女兒會回來看顧。經廖振凱中醫師把脈診察其心脈較弱，教導可利用耳穴貼來改善，也叮嚀任爺爺可以多多按摩耳朵。

吳奶奶的小兒子很用心照料母親，他早上五點多就需出門工作，晚上回到家已十點了，常常花心思準備早餐的多樣性，就是為了讓母親不要天天都吃一樣的食物。不過九十五歲的老媽媽有時很

固執，其他手足也不願意接手，造成他頗感力不從心。人醫成員聆聽他的心聲，對於是否要申請看護來協助也交換了一些想法。

廖振凱中醫師每週三在平溪衛生所的中醫巡迴醫療站看診已一年了，此次很歡喜能夠跟隨李嘉富醫師來參與往診學習，而李嘉富醫師也提到，平溪衛生所與臺北慈院是很有意義的合作，一起照顧偏鄉高齡族群的健康；此次義診透過中西醫聯手，提供長者多一種的選擇，尤其是慢性病人，或可透過穴位的按摩，減少用藥，多數老人家也比較能接受，「把握時間，好好的造福人間，就是義診過程中，可以落實的行動。」