

# 無菸無檳 特優健康

文、攝影 / 彭薇勻



花蓮慈濟醫院長期推動無菸醫院、營造無檳部落與戒檳推動，促進社區高齡者健康體適能等活動，獲得衛生福利部健康促進醫院創意「戒菸推廣類」、「老人健康類」特優及「健康平權類」優等佳績。

## 從維持健康、社區深耕開始

花蓮縣抽菸、吃檳榔與老年人口比率皆高於全國平均值，花蓮慈院社區醫學部團隊在深入了解部落特性後，決定在秀林鄉重光部落舉辦「重光部落健康促進：戒檳減量六部曲」系列活動，以牧師創作的戒檳歌、拍攝部落戒檳紀錄片等等，讓居民一同關心檳榔帶來的危害，幫助紅唇族找回遺失的微笑。健康促進團隊還深入職場、校園及社區，辦理菸害防治宣導及講座，透過專業個案

管理師輔導與戒菸的成功案例現身說法，提供民眾戒菸諮詢，從醫院出發推廣到社區民眾，全力做好菸害防制活動。為了全面照顧銀髮族健康，落實早期預防篩檢，健康促進團隊將醫療團隊搬進社區，為高齡長者做身體檢查，更陪伴長者一同健康「動」起來，培養長者規律運動的習慣。

花蓮慈院社區醫學部主任、副院長許文林表示，目前全臺有一百三十家醫療院所加入了健康促進行列，其中花蓮慈院從戒菸、戒檳、高齡友善做起，將預防疾病的工作不僅在醫院診間推動，更落實到社區裡，讓社區居民從生活中就達到預防重於治療的成果。高瑞和院長長期許持續各項健康促進計畫，讓民眾能知道醫院不只是個治療疾病的場所，更能夠全面性的促進健康！🌱