

臺中

四月十二日

胸腔科病友會 踏青享受「森呼吸」

四月春暖花開是適合郊遊的好季節，台中慈濟醫院胸腔科團隊十二日陪伴廿四位病友與家屬到臺中新社莊園旅遊踏青。肺癌、肺阻塞及氣喘的病友走進青山綠水，漫步草地與樹林，感受春天氣息，享受「森」呼吸。

雖是四月春光好，但春暖乍寒，氣候仍變化多端，安排胸腔科病友會行程的社會服務室社工師蔡靜宜每天關注氣象，深怕下雨打亂行程。幸運的是活動當天老天賞臉，胸腔科病友也踴躍出席，蔡靜宜稱讚病友們不離不棄，一致把握機會共同出遊。蔡靜宜社工師和胸腔科個

管師黃淑雯負責規畫旅遊行程，包括破冰遊戲並有闖關小禮物。醫療團隊有醫師、呼吸治療師與護理專師共十一人沿路陪伴，希望讓每位病友賓至如歸。

遊覽車前往新社路途，黃淑雯個管師帶領破冰遊戲讓病友動動腦、動動手。蔡靜宜社工師告訴大家，每年都會參與病友會的劉先生因年初天冷，病情反覆發作，體力未恢復而無法跟病友旅遊，他深感遺憾，但隨即轉念，用回收鞋帶製成糖果造型吊飾與病友結緣，祝福活動成功。黃淑雯表示，冬天冷熱交替頻繁，日夜溫差大，讓不少病情穩定的病友因冬寒而喘起來，呼吸道疾病病人很辛苦地努力控制病況。黃淑雯和團隊達成共識，趁著四月的好天氣，帶病友離開醫院走進大自然，去除醫師跟病人框架，讓醫病關係更親近，疾病控制成果一定會更好。

新社莊園距離台中慈院不遠，眾人很



台中慈院胸腔科團隊與病友及家屬一起走進青山綠水，享受「森」呼吸。



醫療團隊與病友們健行散步，不時提醒病友注意要調整呼吸。

快抵達目的地。台中慈院副院長邱國樑代表胸腔科團隊向病友問好：「感恩老天爺幫忙，今天像是快樂的學生遠足，大家來散步做復健，有益身心舒暢。」胸腔科主任沈煥庭叮嚀病友「風有點冷、要穿保暖」，他透露自己是在新社莊園拍婚紗照，所以算是舊地重遊，今天不只陪伴病友，也重溫甜蜜回憶。呼吸治療師沈慧怡和肺阻塞病友有著亦師亦友的關係，她示範呼吸動作，提醒病友「慢慢來」，走路和走階梯注意調整呼吸，鼻子吸氣、嘴巴吐氣。沈慧怡治療師說：「剛好趁病友會自我驗收，如果有任何問題，治療師和護理師都在身旁協助。」

出發散步前，蔡靜宜社工師帶領團體遊戲「拼拼樂」，線索藏在每個人活動名牌封套裡，一人一張小拼圖能拼出一張大圖案。蔡靜宜把胸腔科醫師照片透過AI生成卡通圖案再切割，讓病友像玩

拼圖一般，拼出完整圖案。工作人員和病友玩成一片，拼圖最快的前三組由邱國樑副院長頒發淨斯豆漿粉小禮物。

過敏性氣喘近三十年的張先生，幾年前為了照顧家人加上自身疾病，鮮少外出旅遊深怕自己身體情況「失控」，這次因個管師力邀，決定走到戶外。他和其他氣喘病友一樣隨身攜帶吸入型類固醇，太太也陪在身邊，邊走邊聊感覺輕鬆愜意。張先生表示，從青少年時期到現在一直持續控制氣喘，因為也有代謝疾病纏身，難得接近大自然，也更珍惜現在。同樣首次參與病友會的廖女士氣喘控制五年，她注重健康也隨身攜帶口罩，尤其寒流來襲會更保護自己，她提到自己很注意避開引發氣喘的過敏原，也很重視飲食健康避免甜食，很滿意這次病友會的活動安排，已經期待著明年再和大家相會。（文、攝影／呂榮浩）