



# 醫養五感 守護長者日常

## 台北慈濟醫院日照中心

文／周子寧

每天早上九點，七十三歲的陳奶奶都會在家人的陪伴下，準時搭上前往台北慈濟醫院社區暨長照服務部日間照護中心（以下簡稱日照中心）接送車。車門一打開，負責接送的王蕙美照服員帶著笑意招呼：「早安啊，昨天睡得好嗎？藥有沒有帶齊？」並貼心接過陳奶奶手上的隨身物品、幫忙繫好安全帶。車子

緩緩駛離時，話題已從早餐聊到昨天的團體運動，在引導下，陳奶奶笑著比劃昨天活動時揮手投球的動作，還說自己「有中喔！」車廂裡不時傳出笑聲。

三年前，陳奶奶被診斷為中度失智症，那時的她對日照中心充滿排斥，認為那是被子女遺忘的人才會去的地方。家人理解她的擔心，但白天無法全程陪



台北慈濟醫院社區暨長照服務部日間照護中心，以「醫養五感」理念給予長者細心專業的照護。攝影／盧義泓

伴，只能選擇將她送往住家附近的日照中心。在日照護理師與社工員的親切互動與努力下，陳奶奶接受度逐漸變高，現在的她，偶爾在家中會主動問起：「明天要去中心嗎？」語氣中充滿期待。

## 一日醫養五感

接送車駛抵日照中心，一下車，陳奶奶熟門熟路地走進活動空間，陽光透過大片窗戶灑落，室內明亮溫暖。身兼日照業務負責人的社區暨長照服務部李孟蓉副主任笑著與長者們打招呼，並親切提醒：「等一下要玩球、大家一起動一動喔！」暖身律動從「西瓜球」開始，圓滾滾的軟球在長者間傳遞，大家一邊數數、一邊拍手，笑聲此起彼落。帶動

暖身後，日照中心一天的活動隨之開始。

分組活動時氣氛熱絡，有人圍著桌子玩益智桌遊、排骨牌，有人在帶領下玩起平衡釣魚遊戲，也有人舉起迷你啞鈴做輕鬆的肌力訓練。益智遊戲燈號亮起時，大家專注地辨認顏色與方向，陳奶



李孟蓉副主任（右前）參與帶動唱與長者互動。  
攝影／范宇宏



台北慈濟醫院日照中心現共有五十多種課程方案，將課程設計與遊戲、感官刺激結合。圖／李孟蓉提供



日照中心將五感體驗融入每一處，不定期邀請魔術師帶來驚喜表演。圖／李孟蓉提供

奶偶爾慢半拍，卻總會在提醒下重新投入。認字卡與顏色配對穿插其中，看似單純的遊戲，其實悄悄結合認知與專注力的訓練，以輕鬆有趣的方式幫助長者刺激大腦。

「比起在日復一日的復健中不停地被提醒自己正在退化，我們更希望長者能在玩樂中感受到成就感與溫暖的支持。」李孟蓉副主任分享，日間照護中心以「醫養五感」為照護核心，意指透過視、聽、嗅、味、觸這五種感官的刺激與體驗，結合醫療預防、養生調理與人文關懷，達到延緩失智及身心療癒的目的。她表示，目前日照中心共有五十多種課程方案，將課程設計與遊戲、感官刺激結合，日照每週二及四也有復能活動，針對肌力需加強長者提供增強活動，同時也提升長者生活的動力與功能性。

中午時分，活動暫告一段落。午餐

由營養科依照長者需求設計，兼顧健康與美味。陳奶奶牙口較差，日照提供細碎軟質餐點，方便吞嚥又保留食物原味。她慢慢地吃著，其他長輩們不時與身邊熟識的朋友討論今天中午的湯十分美味。從備餐到用餐過程，都有護理師與照服員在旁留意，確保長者練習自主進食的同時，也有安心保障。

午後是令人期待的音樂時光，這天是KTV主題，當一首首經典老歌響起，長者們跟隨旋律哼唱，陳奶奶還會隨節奏輕輕拍手。對長者們而言，旋律能帶動最深刻的回憶，喚醒感性情緒。李孟蓉副主任說明，部分失智症中晚期的長者會有輕微黃昏症候群，在午後、傍晚或光線變暗時，出現焦躁、不安、混亂或來回走動等行為，因此午後的音樂時光以溫和的視聽刺激為主，會安排電影放映、彈唱、KTV或是手語教學等，以熟悉的詞曲刺激大腦記憶的同時，柔和安



撫情緒，陪伴長者等待接送歸家。

除了透過音樂、合唱與手語律動，讓節奏帶動身心之外，為了幫助長者們維持生活功能與社交能力，日照中心將五感體驗融入每一處。視覺上，引入自然光日照與綠色植栽，環境布置融入季節元素，也會邀請魔術師帶來驚喜表演，促進思考；嗅覺則在定期的芳療手作課程中被喚醒；觸覺與味覺刺激來自各式手作，從簡易烹飪、環保創作、紙張到布料，讓長者在安全監護下，自由享受創作樂趣。

### 膚慰陪伴 重啟心門

李孟蓉副主任指出：「送到日照中心的老人家，大部分都是失智、失能的症狀，有些甚至連家屬都無法順利溝通。如何幫助他們減緩退化甚至是恢

復，是我們的使命！」中心的課程安排看似輕鬆日常，其實都經過系統性設計，隨著長者們逐漸豐富感官體驗、重新建立與環境、社會的連結，他們封閉的心門也將慢慢打開。

談起陳奶奶初到中心的模樣，李孟蓉副主任仍印象深刻。那時的她常皺著眉頭坐在角落觀望，對陌生環境保持距離，午後情緒起伏特別明顯，甚至出現嚴重的黃昏症候群。進一步與家屬了解後才發現，她在家中未能規律服用失智症及情緒相關藥物，中心隨即由護理師介入評估與協助，建立按時服藥與追蹤機制，並處理其慢性疾病血糖問題，安排在傍晚時段加強陪伴與安撫。當生理與情緒逐漸穩定，她的防備才慢慢放下，社工與個案師從熟悉的生活片段談起、陪伴陳奶奶做手工、聽老歌，



她開始願意坐進團體，跟著音樂輕輕拍手……如今，在她心裡，這裡是個「好吃、好玩、有朋友」的所在。

「我始終認為，醫養五感的特色，在於能提供更專業、即時的醫療介入，讓長者們維持最好的身心狀態。」李孟蓉副主任憶起另一位個案李爺爺，八十六歲的他，在中心已經好幾年，平時個性溫和、不疾不徐。某一天早晨，發現他走幾步路便氣喘吁吁，說話時呼吸明顯急促，臉色也比往常蒼白。團隊提高警覺，通知護理師進行初步評估，並在通知家屬後協助掛號與後續安排，經醫師檢查後，確診為心律不整。醫師也坦言，考量李爺爺的年紀與身體狀況，若未及早處置，恐怕會有更嚴重的後果，所幸及時治療與追蹤後，如今的李爺爺已恢復健康。

李孟蓉副主任表示，這正是「醫養結合」的意義所在：「我們每天陪著他們活動、吃飯、聊天，最能看見那些細

微的不同。」在她看來，日照中心需要協助長者維持原有的生活功能與行動能力，無論是行動、言語，任何看似微小的變化與進步，都是功能維持與延緩退化的重要基礎。

細緻入微的照護精神備受肯定，他們以「醫養五感照護～『藝術』、『動齡』、『人文』打造家的日間照顧」為專案主題，通過二〇二五年 SNQ 標章認證。隨著長照 3.0 政策推動，未來服務將朝更精準、個別化的方向發展。例如透過數位紀錄與健康數據分析，協助團隊更早發現體力變化、情緒起伏或作息異常，讓介入時機更即時，提供更貼合個人需求的活動安排與照護建議。

從早晨的暖身律動，到午後的歌聲與笑語，日照中心在規律與關懷之中，致力協助長者保有能力與自我，逐步找回屬於自己的生活步調。醫養結合的落實讓照護更具溫度，陪伴長者安心前行。🌱



從早晨的暖身律動，到午後的歌聲與笑語，日照中心團隊陪伴長者逐步找回屬於自己的生活步調。攝影／范宇宏



舉辦如「班級日」等各式趣味活動，由照服員穿著制服帶動長者體驗校園日常。圖／李孟蓉提供