

第 25 屆 WHO 健康促進醫院國際研討會在維也納



2017 年第 25 屆 WHO 健康促進國際研討會於四月十二日至四月十四日在充滿浪漫氣息的「世界音樂之都」維也納舉行。因為本院是 WHO 健康促進的網絡會員，而且今年還有兩篇論文被接受海報發表，所以有幸參與此次的盛會。本次研討會由台灣健康醫院學會組團參加，臺灣今年有 250 人參加，共 56 篇口頭論文、68 篇迷你口頭演說以及 369 篇海報發表，堪稱相當踴躍，使得臺灣推動健康促進醫院的成果再度受到國際高度肯定。此次研討會的主題為「健康促進照護的方向：歷史經驗與未來展望」。並延伸五大子題包括因應歐洲難民潮的『醫療保健變革、移民及難民的健康需求』以及『保健對減輕和適應氣候變化的貢獻』的環保議題。且此次會議之工作坊就是綠色會議~強調節能減碳環保概念，希望透過資源善用與環境保護理念實踐，減少對環境與生態的衝擊。因此會議中有很多創新作法包括手冊採用再生紙，篇幅從以往的 416 頁減少為 90 頁，大小也縮小一半，會議背包採環保棉布袋，餐具無紙杯、紙盤，餐桌裝飾簡單，桌布可回收、廁所感應式裝置等，處處可見主辦單位之用心。

此次參與的主要動機為關渡醫院是一所社區型醫院，發展慢性長期照護及推動健康促進活動是我們的理念與宗旨。此次我發表的主題是『高齡體適能運動之成效』，這是本院深耕社區推動高齡運動 10 多年來努力之成果，希望透過此次的國際盛會將我們的經驗推到國際舞台，讓大家認識台灣、行銷關渡醫院；也希望將視野延伸，吸取各國成功的經驗，作為推動健康促進的一個動力。4 月 8 日我們一行人搭機飛往匈牙利，4 月 9 日到達匈牙利首都布達佩斯，參觀了當地頗富盛名的漁夫堡，也搭船瀏覽浪漫著稱的藍色多瑙河。多瑙河並不藍，它流經 10 個國家，尤其在匈牙利首都布達佩斯這個河段特別平緩，河面寬廣，河岸盡是巴洛克、哥德

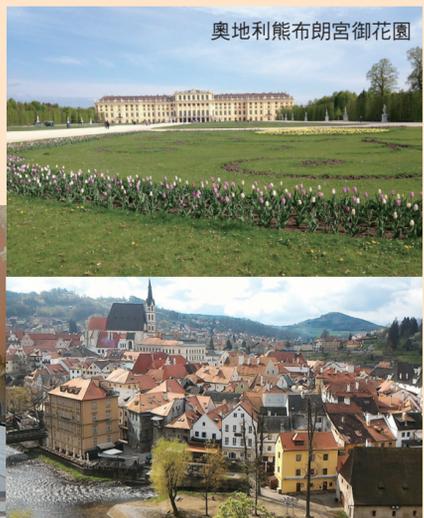


維也納大學長廊

式風格的建築，古色古香的電車緩緩而過，加上各具特色的多座橋樑更是畫龍點睛地讓多瑙河宛如戴上一串串貴氣的珍珠項鍊。聽說夜景更具風情，可惜時間關係無緣欣賞。4 月 10 日我們造

訪鄉間小鎮特克農莊，參觀馬術表演、品嚐美酒、鵝肝，並欣賞了匈牙利的吉普賽音樂。4/11 我們來到會議所在地：奧地利首都維也納，參觀了奧匈帝國極盛時期所建的熊布朗宮及美不勝收的御花園、霍夫堡王宮。開會地點在維也納大學，是德語國家中歷史最悠久和規模最大的綜合大學，創建於 1365 年，共有一百三十個科系，尤其以醫學學科聞名，但開會的校本部是 1877 年建造，擁有 63,000 名學生和 7,100 名教職員工。建築本身採用新文藝復興式的設計，非常宏偉莊嚴；大廳富麗堂皇，長廊上都是名人與學者的半身雕像，其中還有佛洛伊德的雕像。在這歷史悠久，充滿濃濃的文學氣息的地方開會，更增添了許多文化氣質。因為是健康促進研討會，所以我會從健康促進及高齡友善角度來觀察這個歐洲國家以及之後造訪的捷克。以我個人感覺，這幾年台灣健康促進的推動在前國健署署長邱淑緹的領導下有長足的進步，也有太多值得讚美與驕傲的地方。就拿路面來講，歐洲都是石板路，正常人走都很累，更何況輪椅。這對身障或高齡者來說都不夠友善，所以很少看見輪椅族。再談吸煙，他們的石板路縫隙到處可見煙蒂，紅綠燈的路口就設有垃圾桶，並附有『菸』造型的煙灰缸；年輕男女吸煙非常普遍，不像台灣這幾年雷厲風行了好多年的戒菸行動，很多公共場所都屬禁煙區。另外公共廁所都設在地下道，

也都要收費，相對我們國家連便利商店都設有友善廁所，無障礙設施也很普遍，對高齡者來說真是天堂，國人真的不要妄自菲薄。但他們的節碳做得不錯。遊覽車或飯店都不開冷氣，交通很方便，地鐵、輕軌川流不息，還有造型美麗的觀光巴士，U-bike 很多，有腳踏車專用道，腳踏車與行人使用的紅綠燈是分開的，不像台灣腳踏車在車陣中穿梭，驚險萬分；且他們的司機遇見行人都會停車禮讓，這是台灣可以學習的地方。兩天半的會議在大夥熱烈的參與中落幕，雖然奧地利屬於德語國家，會場很多德文指標看不懂，使得溝通仍是多數人的一大障礙；但是那股熱情，促使大家用比手畫腳的肢體語言克服了很多困難，盡力的傳遞所要表達之想法與理念，成功的踏出與國際接軌的第一步，也完成了一次成功的國民外交。之後又造訪了捷克布拉格，這個號稱童話故事般的東歐美麗城市。其中最著名的是查理大橋，橋全長 516 米，上面有 30 座雕像，還有藝術家表演及販售創意作品。我們也參觀了舊城廣場著名的天文鐘，最後來到克倫洛夫，是捷克第 11 個世界文化遺產之一，也是歐洲中世紀最美的小城。紅瓦的夢幻小屋、特色小店以及彩繪古堡，如詩如畫美得脫俗。之後我們也參觀捷克古老的啤酒廠，品嚐那麥芽香氣瀰漫的味道，放肆的喝他一大杯，體驗那種『青』的感覺。最後更造訪了捷克最優美的溫泉小鎮，買個溫泉瓷杯，漫步溫泉長廊啜飲據說有保健作用的溫泉水，享受那片刻的悠閒與寧靜。此次的維也納研習之旅，在連串的驚嘆聲中劃下完美句點，很多美景因篇幅所限，無法一一描述，只在心中留下美麗的回憶。



奧地利熊布朗宮御花園

捷克~ 克倫洛夫

護理部主任 高麗雀

國內郵資已付
北投郵局
許可證
北投光字第 86 號

臺北市立關渡醫院
Taipei Municipal Gan-Dou Hospital
—臺北榮總經營—
第 203 期
2017年6月1日



宗旨

配合國家政策，提供社區最優質的醫療服務

願景

成為社區醫療最佳醫院

目標

1. 提供以病人為中心之優質醫療及全人照護
2. 垂直整合發展急性後期照護
3. 發展安寧及社區居家醫療整合照護
4. 促進病人、員工及社區之健康親善服務

■ 發行人 / 陳昌明
■ 發行單位 / 臺北市立關渡醫院

■ 編輯委員 / 張益德 高念慈 高麗雀 蔡文惠 陳榮穎 蔣勝文 王家仁

■ 地址 / 臺北市北投區關渡里知行路 225 巷 12 號
■ 總機 / (02) 2858-7000
■ 傳真電話 / (02) 2858-7197

■ 執行編輯 / 許雅琳
■ 設計印刷 / 承印實業股份有限公司 • (02) 2222-7689

簡化流程 快速有效

簡化檢驗報告文書抄寫作業

血液透析室 張菁芳護理師、蔡婉儀護理長

透析病人每月需進行定期之血液、生化等檢驗，護理人員需將所有檢驗數據逐一轉錄月檢紀錄表上，以作為醫師治療處置之依據，人工轉錄不僅耗時且易發生轉錄錯誤情形，造成醫師判讀錯誤影響後續之治療處置，引發病人安全及醫療糾紛之虞。因此引發我們進行流程簡化。透過與資訊室與檢驗科之溝通，進行一連串的修正與測試，完成資訊系統自動帶入數據及腎功能計算之功能。不僅表格美觀，且降低文書作業時間提升直接照護時間，正確性提高，溝通更有效，病人安全更有保障。

居家護理品管表單簡化案

居家護理組 陳怡君護士

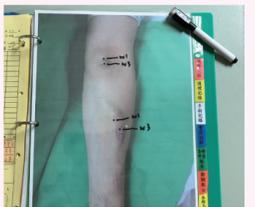
因應居家督考每月須呈報的指標監測報表項目多達 18 項，監測項目未達閾值需書寫改善方案，每月除個案訪視作業外需耗費很多時間在文書的書寫上，因此引發工作流程簡化之動機，透過資訊系統之協助將表單改為勾選式取代原本敘述式的書寫方式，並採逐案填寫在同一頁報表上，一目了然，且容易進行統計分析與改善；不僅冗長文書作業時間降低，也讓表單更精簡易懂，達成品質監測目標，進而提升照護品質。

護理巧思 守護你我

透視簡易瘻管圖

血液透析室 謝秋萍、張佩臻、羅婉綺 護理師

動靜脈瘻管是血液透析病患的第二生命，長期穿刺同一部位容易造成假性動脈瘤，血管纖維化，也容易有透析後延遲止血等情形。因此創新作品-透視簡易瘻管圖，方便護理同仁標示上針部位以便交叉輪替，也能標註特殊注意事項作為血管交班，進而降低瘻管合併症之發生。



改良式氧氣面罩固定帶

護理之家 鄭巧莉護理師

護理之家住民有很多需要長期使用氧氣面罩，而目前氧氣面罩的固定帶為細的彈性帶，長期使用會造成耳朵及頸部壓瘡，導致皮膚潰爛疼痛感染等問題，因此在多次的改良後，選擇將質地柔軟寬版脂泡棉塑料的波西海棉氣切固定帶應用在氧氣面罩上，以降低對皮膚之壓力係數，避免壓瘡產生，提升照護品質，住民及家屬滿意度提升。



活動剪影

健康媽咪快樂多



於母親節前夕 5 月 4 日上午本院與北投健康服務中心於一樓大廳舉辦「健康媽咪快樂多」健康檢測活動，內容包含血壓、血糖、血脂檢驗 / 健康體位檢測 / 營養諮詢 / 子宮頸抹片檢查 / 大腸癌篩檢 / 乳癌篩檢 / 口腔癌篩檢 / 安寧及器捐宣導等，希望可以透過各項檢測與宣導讓媽咪們能健康又快樂。

成人預防保健服務



本院配合台北市政府衛生局「106 年度成人整合式預防保健服務計劃」，於 5 月 6 日上午八點到十一點在捷運北投旅客服務中心二樓活動區辦理篩檢服務，動用了 10 餘位醫護人員到場為民眾服務，當天參與檢測的民眾非常踴躍，成果豐碩。