

孺慕之情、哺育之恩

家庭照顧者楷模

資源使用情形

楊阿伯兩年前中風後，目前有居家服務，協助身體清潔、肢體關節活動；因中風後鼻胃管留置及用藥需求，故申請重度居家醫療，由居家醫師及護理師定期至家中訪視，協助開立用藥、更換管路及護理指導。

自我調適

雯婷幼時因肩膀受傷，無力扛重物，故帶父親就醫是一大難題；目前有居家服務及護理介入，協助解決就醫的不便。在照顧上非常樂意學習新知，平日與居服員、居家護理師討論狀況及處理方式，也會向父親過去固定就醫的診所、附近藥局及妹妹任職之檢驗所同事諮詢，以獲取相關資訊及經驗交流。

照顧技巧之創新研發

雖然父親生病，仍期望維持生活品質，如尿管拔除後鼓勵自解；精心製作稀飯加入蔬菜、魚肉類等細軟質飲食、製作合適一口餃、選擇適合的營養品，維持由口進食，享受美食的樂趣。即便現在父親身體衰退，雯婷仍盡心盡力學習化痰、拍背、抽痰技巧，協助肢體關節活動、舒適臥位、音樂撫慰，以幫助父親在熟悉的居家環境中生活。



楊雯婷 女士 照顧父親2年

照顧過程

楊阿伯今年80歲，有慢性阻塞性肺病、心臟病、高血脂，一直在門診常規追蹤。因中風過兩次需靠鼻胃管灌食；期間亦曾因泌尿道感染而尿管置入。雖有鼻胃管留置，但在雯婷悉心照料下仍可由口進食；不過去年6月COVID-19染疫後整體心肺功能變差，容易活動性喘，目前採全管灌方式進食。

台南區

曾經您牽阮走，現在阮推您行

家庭照顧者楷模 台南區

● 資源使用情形

曾媽媽目前使長照資源有居家服務、喘息服務、輔具(電動床、氣墊床、特製輪椅)申請，以及重度居家醫療-由居家護理師定期到家中換管與護理指導、醫師固定

● 自我調適

仲弘開始在面臨媽媽病況時，天天被時間追著跑，無法好好的喘口氣，感謝一路上有遠在他鄉兄弟們當後盾，如今已能從容不迫、駕輕就熟執行日常照護；隨著照顧技巧提升，善用長照喘息服務，讓自己有更多紓壓時間與空間，去逛逛或做自己想做的事：逛市場、大賣場、騎機車環島、做烹飪、製烘焙。

● 照顧技巧之創新研發

善用空間自創在公共場所、車上，方便出門在外，更換尿布，以及運用一條龍抱枕穩住媽媽避免在車上晃動；將裝肥皂網袋設計製成鼻管收納袋，避免鼻管受壓或拉扯；在飲食部份總會多元化的特製不同口味灌食攪粥，讓媽媽能享有跟家人一樣的餐食之味。



曾仲弘 先生

照顧母親16年

● 照顧過程

曾媽媽因病長期臥床、放置鼻管灌食，仲弘照顧媽媽至今16年，尤其面對媽媽情緒反應更是不知所措。所幸在物理治療師建議申請長照社會資源協助下與居家護理師定期到家指導照護技巧，透過邊做邊學，甚至經受訓考取照顧服務員證照；利用長照居家服務喘息服務，不僅能外出服務個案補貼家計亦能兼顧照料母親；如今更是在休假之餘，會開車載著媽媽遠行，不論是搭高鐵、乘渡輪、坐纜車、觀山聽海，看看風景與事物，完成她所屬的享福之旅。

開心陪伴、營養均衡

家庭照顧者楷模

♥ 資源使用情形

目前聘顧外籍看護工共同照料生活起居，使用長照資源為長照2.0居家喘息，用於外籍看護工休假時的替補照顧工作。

♥ 自我調適

因長期肩負照顧責任，會自己調整時間，將空下的時間至社區長照巷弄或失智據點與長者互動，安排手作或節慶活動分享。

♥ 照顧技巧之創新研發

將食材分類包裝妥當，利於不囤積以及注重均衡飲食。



張明美 女士

照顧父親9年

♥ 照顧過程

張伯伯因有高血壓、糖尿病、全身類天疱瘡，大小便失禁，不願使用尿布，在聘顧外籍看護工到宅共同照料父親時，從如何備餐、餵食、移位、沐浴到復能運動，都由張小姐一點一滴的用心教導外籍看護工照顧技巧，其照護品質相當好。父親因平日有慢性疾病用藥，且有失能、行動不便之故，申請本居護所居家醫療整合的服務，經過半年後，父親出現憂鬱情形，不願按時服用藥物，讓整個家庭陷入低氣壓的氛圍，且全身類天疱瘡惡化，致身上大大小小水疱及傷口，血糖值控制不佳，在居家護理師的指導下，配合居家傷口照顧執行技巧，父親的憂鬱行為也穩定於社區中生活。



台南區

執子之手、與子偕老

家庭照顧者楷模 花蓮區

● 資源使用情形

照護期間居家護理師評估先生有能力下床活動，因此協助申請電動輪椅並購買，從此個案可以下床使用電動輪椅與他人有社交活動，謝大姊表示減輕照顧負擔也不用擔心個案長期拘束在家，心情及意志日益消沉。

● 自我調適

也許是久臥，先生常常會有言語攻擊，謝大姊態的度仍是保持和悅、輕聲細語及無怨無悔，表示因有很好的信仰關係(當任教會長老)，常常會以唱詩歌、禱告、讀經及探訪教友來自我調適心情。居家護理師告知可申請機構喘息，但是謝大姊表示擔心因脾氣會造成機構人員不便，仍會持續親自照顧個案，認為照顧個案是自己的義務及責任。

● 照顧技巧之創新研發

以無比強大毅力和耐心，和利用隨手可得物品巧思應用。



謝文花 女士

照顧先生22年

● 照顧過程

先生因工作不慎從高處摔下導致頸椎以下癱瘓，受傷後家庭經濟拮据，謝大姊即挑起家裡經濟重擔開始獨力扶養小孩及照顧癱瘓的先生，家中開銷皆仰賴社福補助及民間團體的協助，照顧期間先生身體皮膚也不曾發生壓瘡破皮，可見付出多大的照顧心力。同時也不吝於將多餘的物資再捐出給其他需要的個案，表示只取足夠的東西，因為是社會的愛心不能自私佔有，其舉動令人敬佩。

攜手同行愛無限


家庭照顧者楷模

♥ 資源使用情形

王大哥對於照顧知識有渴求，會自行於網路尋求照顧知識，彙整後詢問醫師或護理師相關知識是否正確！目前王阿嬤壓傷傷口在王大哥夫妻悉心照顧之下幾乎恢復。

♥ 自我調適

王大哥夫妻原來開民宿，王阿嬤開始臥床後便將民宿轉讓，全職照顧，夫妻兩人分別為68歲及66歲長者，體力及照顧上的負荷每每令居家護理師擔心，但他們卻能面帶笑容將照顧的苦差事當作吃補健身。



王枝煌 先生
黃秀蓮 女士

照顧母親2年

♥ 照顧過程

王阿嬤患有失智症多年，兩年前因臥床皮膚彈性減弱，導致尾骶骨產生三級壓傷，王大哥夫妻把王媽媽當作孩子一樣呵護照顧，表示這就如同回饋媽媽對自己小時候的照顧，常常看到夫妻倆哄阿嬤的可愛模樣，由於親力親為的照顧，致力讓王阿嬤身、心、靈都能獲得安適，人生的最後一哩路走得順遂、平安。

♥ 照顧技巧之創新研發

在日常照護中也能注意到個案的情緒變化，以及有技巧的轉換安撫，家中時常播放廣播及個案喜愛的老歌，讓阿嬤沉浸在熟悉的情境，。



花蓮區

無微不至、關懷備至

家庭照顧者楷模

資源使用情形

家中有氣墊床、電動床，申請居家整合醫療及居家護理師換管服務，無使用其他長照資源。

自我調適

婆婆患失智症初期幾乎不分晝夜出現紊亂的症狀，且會拉扯身上管路，甚至口出嫌棄照護，使之無法獲得良好休息而精力受影響，也感到挫折和無奈；同時當家中有其他親友需要就醫、或孫子無人看顧時，她都會樂意且默默提供協助；這樣多重的照護壓力和責任，因為本身樂觀積極，遇事會主動和親朋好友分享、討論，懂得如何找資源來解決問題，也表示身邊有太多貴人，這漫長的照護歲月自己並不感到孤獨，甚至因此學到許多照護知識，有種莫名的成就感。



許苡晴 女士

照顧婆婆5年

照顧過程

婆婆因長期臥床及皮膚彈性不佳的問題，導致尾骶骨產生四級壓傷，為促進傷口癒合，導尿管持續留置防止尿液浸潤傷口，但因本身心衰竭併水腫須限制水分攝取，使得導尿管常因沉澱物阻塞，尤其深怕假日外出就醫不便而增加經濟負擔，所以平時主動和居家護理師學習討論維持管路暢通方式，降低泌尿道感染機率，減少傷口浸潤情形，在其悉心照顧下未有續發性感染發生且逐漸縮口復原。

慈烏返哺、體貼入微

家庭照顧者楷模 中區

♥ 資源使用情形

藉由出院準備服務協助申請醫療床、抽痰機輔具，返家後轉介申請居家環境改造評估、復康巴士就醫接送、長照復能、居家身心障礙者使用維生器材及必要生活輔具用電優惠補助，另申請居家喘息服務，減輕照護壓力。同時接受非正式捐贈物資使用如尿布、抽痰管等。

♥ 自我調適

陳伯伯穩定之後，便開始每周3次上健身房運動舒解壓力，每隔一段時日，則安排外出旅行給自己放鬆的機會，和定期家庭聚會活動、參加社區瑜珈、烹飪課程、參與政府勞工大學課程學習會計、進出貿易等課程活動。於2016年重回到職場，開啟工作與照護雙重生活模式。

♥ 照顧技巧之創新研發

訂做站立桌及鏡子提供練習站立；為提供外出時便利使用抽痰機，於輪椅下方加裝放置抽痰機空間與DIY多功能大容量扁長型提袋，將吊耳左右懸掛；將瑜珈墊鋪在床架上，防止移位時帶動床鋪；因應外籍看護，將每日用餐輸入液分類以代號替代、及藥品詳細使用方式，並提供中外語對照，均能一目了然所有事項；廁所出入門檻訂作支架，供浴沐椅可平行出入。



陳婉鳳 女士 照顧父親10年

♥ 照顧過程

在ICU時，為了讓濕黏痰液更快排出，協助父親翻身扣擊拍背直至訪視時間結束。後續轉入呼吸照護病房，照護較為複雜艱辛，經決定要返家照護，於是陳小姐就努力積極學習使用呼吸器及氧氣的居家照護技能，例如肺活量及脫離呼吸器使用潮濕球、監測血氧等相關知識技能訓練。陳伯伯住院期間，利用空檔時間到紅十字會取得「照服員結訓證書」及勞委會補助課程「經絡撥筋手法按摩」，並自學營養知識，協助準備糜粥，為回家後提早準備。

款曲周至、溫柔體貼

家庭照顧者楷模

資源使用情形

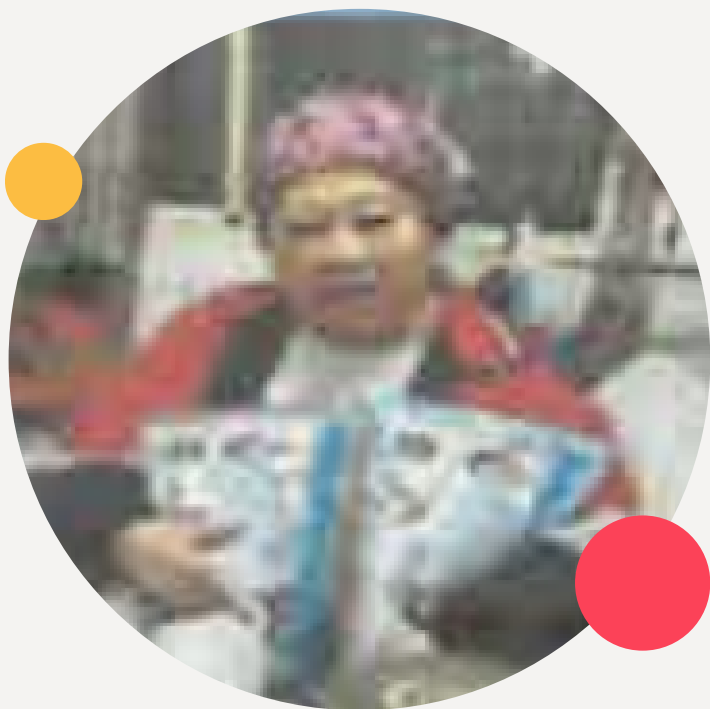
申請居家服務協助身體清潔、備餐、輔具購買及居家無障礙環境改善、需外出2天以上時，會安排至住宿式長照機構，接受短期24小時的全日照顧，以及與家中有失智長者之家庭照顧者合作喘息服務、交通車接送就醫、由員基居家照護團隊提供到宅居家醫療照護、管路更換。

自我調適

陳大姐續透過主動參與許多團體及長照教育訓練課程，吸取新知及照護方法，調整後運用在自己實際照護裡。十年照護陪伴個案的日子裡，造成身心疲憊、睡眠紊亂、血壓不穩、手指板機指疼痛不適，也需要服用身心科用藥治療，但仍然願意釋放自己所有的良善心意，在許多照護群組中無私分享自己心得，也成為彰化縣秀老郎照顧家屬支持團體終生志工，澆溉照顧者枯竭心靈。足以做為照顧者之學習典範。

照顧技巧之創新研發

透過抄寫地藏經文的信仰力量，安撫徬徨不安的心情和祈求母親身體健康、生活順遂。另固定腸造口便袋及尿管，減少便袋及尿管與身體摩擦產生傷口及增加舒適感及接受度。



陳美莉 女士 照顧母親10年

照顧過程

阿嬤因多重慢性病，大小便排泄需經右腹腸造廔口及導尿管排出，無法離床自主活動，日常生活皆需協助，陳大姊已持續照顧了10年。阿嬤體態屬中廣體型，無法環抱，當情緒不穩時，陳大姐會在重聽的個案耳朵旁輕聲細語、按摩肢體，安撫其情緒。