



學大明陽立國

電子報專欄

- ▶ 本期摘要
- ▶ 校園焦點
- ▶ 陽明訊息
- ▶ 課輔部落格
- ▶ 校園點滴
- ▶ 捐款芳名錄

副刊專欄

- ▶ 山腰電影院
- ▶ 閱讀旅行

相簿集錦



這是什麼？

相簿適用IE6、IE7、FireFox、Safari
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽

快訊 [【校園焦點】 102學年度研究所新生入學指導](#)

課輔部落格

《2013暑陽明十字軍宜蘭附醫隊~健康活樂宜蘭市老人健康促進服務》

過往宜蘭地區65歲以上老年人口比率總是比全國平均高，以民國99年為例，宜蘭地區老年人口比率約為13.1%，全國老年人口比率則是10.7%，這凸顯出宜蘭地區對於老人長照資源的需求會比其他地區來得多。

為了協助宜蘭地區老人健康促進，陽明十字軍在2012年成立了一支新的服務隊伍~宜蘭隊，主要目的在於實踐老人預防醫學以及在當地具體落實社區醫療服務。宜蘭隊主要的服務對象是65歲以上的老年人，透過隊員在社區裡挨家挨戶替老年人做健檢，並進行問卷訪視調查，收集個人病史、生活史及跌倒資料，以及其憂鬱、焦慮、失眠、嗜睡、身體活動情形等各面向的資料，進而了解宜蘭地區老人的身心狀況。同時透過陽明大學附設醫院（原署立宜蘭醫院）的醫療協助和社福資源，進一步去改善這些老年人的健康及生活品質。



每一組進行家訪服務時，所攜帶的儀器以及問卷



隊員們替宜蘭地區老人進行健檢以及身心狀態調查

在服務期間，成員使用一份綜合問卷進行身心健康的調查。該份問卷是十字軍創辦人周碧瑟教授與本校附設醫院的醫生校友們，結合各種國外著名醫療研究並融入宜蘭當地的現況所設計出來的一份問卷。透過它以及統計分析技術，除了可進一步了解宜蘭地區整體老年人口生活狀況，並做為推動社區醫療的方向指標，進而達到「健康活樂宜蘭市」的理想。

另一方面，隊上成員們會操作許多健檢器材，基本健檢項目有身高體重、腰圍、血壓、心臟功能，其中心臟功能是透過Heart rate variability monitor (KY3) 這個儀器做為指標，而今年更新增握力儀和體組成測量儀兩項器材。在家訪過程中，隊員也會學習到如何與老年人溝通，如何解決語言隔閡（閩南語vs. 國語），如何透過類似問診的過程去察覺被服務者的需要。同時在和老人聊天的過程中，也可聽到這些「老寶貝」的生命經歷與人生智慧。對於宜蘭隊成員來說，這些服務不僅僅是替老人健康促進盡一份心力，更是一種對於生命的尊重與關懷，而這也是陽明十字軍服務的真諦。

去年宜蘭隊前往宜蘭市的五個里進行家訪健檢服務，包括思源里、進士里、復興里、文化里、東村里等。經過隊上成員十幾天的努力，宜蘭隊總共訪問了1331位老人。今年則是在延平里、慈安里進行服務工作。未來預計將服務的地區擴大至宜蘭縣，期望能夠服務更多老年人口，為宜蘭地區的老人長照盡一份心力。



今年暑假參與服務的宜蘭隊成員在陽明大學附設醫院前合影

