

到宅護理師——居家照護的神隊友

撰文／黃雯靖 圖片提供／創世基金會

經年累月照顧患者，難免會有脆弱、無助的時候，尤其是面對不確定是否還會醒來的植物人，照顧者就像孤身走在黑暗裡，只能自己摸索，若缺乏社會支援，家庭極可能將面臨瓦解，而到宅護理師就如點燈人，為這些家庭照亮眼前的路。



創世基金會全臺到宅護理師合影

主要照顧者的煩惱

「護士小姐，可以幫我看看奶奶的屁股嗎？我都有讓她睡氣墊床耶，屁股還是有這麼大一個傷口，怎麼會這樣？」、「護理師，有人介紹我一種藥，說對傷口很有幫助，你可以看看嗎？」

人口日益老化的現況，是不論在機構、社區或家庭，常有長者日常生活需他人協助，加上長期臥床人數節節高升，照顧者常因知識、經驗不足，不知如何照顧而煩惱、擔憂。眼看深愛的家人因日復一日臥床，身上出現傷口與潰爛，心中不免自責內疚「是不是自己照顧的不夠好？」、「還是自己給的飲食不對？」、「是不是翻身不夠勤？」、「姿勢不正確？」種種情緒日積月累，加上耗盡時間、心力、金錢，工作、家庭內外交迫下，往往讓照顧者心生挫敗、壓力爆表，嚴重者甚至有抑鬱、情緒失控的狀況。

身為到宅護理師，除教導相關知識外，如何提供有效的照護及預防知能，讓照顧者能得心應手，減輕負擔，不但是工作上的挑戰，更是我們念茲在茲的使命。

創世到宅服務團隊 補足愛的能量

創世基金會於 1986 年 11 月成立以來，秉持「救一位植物人等於救一個家庭」的理念，陸續在全臺各地設立安養院，然而，仍有許多植物人由家屬自行照顧。為提升照顧品質與技巧，對植物人家庭提供全面的居家關懷，遂於 2003 年 8 月起開辦「到植物人宅服務」，為在家安養的植物人及失能臥床老人，提供護理專業且免費的

到宅服務，包括：教導照顧技巧與原床泡澡、營養評估及飲食衛教、物資關懷等，至今已有逾萬人曾接受服務。

護理師走出機構，深入家庭，服務過程中能直接發現實際照護面問題，除了以專業協助解決問題，也透過蒐集相關文獻、研究、評估，發展出創新照護工具，促進個案狀況改善，減少照顧者負擔。

傷口對照量尺 照護傷口更容易

壓傷（褥瘡）發生於各種照護情境，不僅影響個案健康，也需花費較高的治療成本，對照顧者而言是莫大的壓力。壓傷為可預防的一項照護問題，到宅護理師透過訪談，發現照顧者想獲取的知識大多為「壓傷發生原因」、「預防壓傷的敷料種類」，顯示不僅有照顧壓傷傷口的需求，對預防壓傷的知能需求性更高。為此，我們蒐集相關文獻、統整壓傷導因、評估方法、影響傷口的癒合因素、敷料的選擇等，以面對面的方式，直接衛教傷口照護的知識及技巧，促進個案傷口有效癒合。

當個案發生壓傷，其傷口大小與等級需使用工具量測，以利提升評估的具體及完整性，到宅護理師通常以專案分組方式，集思廣益產出創新照護工具「傷口對照量尺」（如下圖），攜帶方便、操作簡單，內含傷口等級之判讀說明圖示，不僅可測量不規則的傷口大小，幫助到宅護理師精準說明傷口現況，更能進一步讓照顧者理解照護方法及注意事項。

傷口照護量尺—傷口分級



傷口照護量尺—照護方式對照表



2021 年度到宅護理師創新方案



傷口對照量尺實際運用於 79 歲的邱阿嬤，本身有糖尿病、高血壓、中風等疾病，由 18 歲的曾孫女照顧，因不諳技巧，且心生排斥，無協助翻身，導致阿嬤身上不斷新增傷口。護理師訪視時，運用傷口照護量尺，衛教壓傷分級及照護方式，教導換藥與翻身擺位技巧，一週後傷口周圍已無色素沉澱，且血液循環變好，再過一週，腐肉處改善，不到一個月時間，傷口已長肉且周圍血液循環變佳，持續使用藥膏塗抹後，傷口已癒合。曾孫女也在護理師的指導下，邊做邊學習，減少心理擔憂，提升了邱阿嬤的照護品質。

到宅護理師——照顧者的好夥伴

經年累月照顧患者，難免會有脆弱、無助的時候，尤其是面對不確定是否還會醒來的植物人，照顧者承受的壓力更難以想像。很多時候就像孤身走在黑暗裡，只能自己摸索，照顧者若缺乏社會支援，一旦崩潰，家庭極可能將面臨瓦解，甚至釀成悲劇，而到宅護理師就如點燈人，為這些家庭照亮眼前的路。

創世的每位到宅護理師，每個月平均要訪視數十名個案，過程中並非全然順利，也有被拒絕

的時候，還有些家屬會抱持質疑的心態：「怎麼會有免費服務這麼『好康』的事？」但護理師皆能以專業安撫家屬焦慮不安的心，成為家屬心中的「白衣天使」。

成為一名到宅護理師，須十八般武藝樣樣精通，需具備專業、熱誠、體貼、細心，還要會開車、國臺語精通，如果個案在偏鄉，還要學會用爐灶燒水，幫個案泡澡，然而最重要的是同理心，需仔細觀察個案及照顧者，找出其困難與需要。了解為什麼個案的壓傷久久不癒？為什麼照顧者很冷漠？深入探究才能明白背後真正原因。當我們理解個案的處境、照顧者的難處，給予他們真正需要的協助，自然會產生信任，因著這份信任，到宅護理師和案家就像是家人、朋友，經常接到案家諮詢臨時症狀的照護建議，成為可及時提供協助、支持以及安全感的好朋友。

曾經有位失智的吳伯伯，逐漸退化至完全臥床，意識呈植物人狀態，因免疫系統差，導致全身多處出現水泡與破皮，陸籍妻子與他相依為命，但對身體照顧與傷口護理無能為力。創世介入服務後，護理師細心指導吳太太照顧技巧，並透過原床泡澡服務，讓吳伯伯身上多處傷口結

痂、水泡逐漸好轉，兩個月後，吳伯伯安詳辭世，吳太太還特地打電話到創世，直讚：「護理師不怕髒，幫我老公泡澡，他因此舒舒服服地睡了三天，謝謝你們服務得這麼好！」雖然到宅服務僅有短短 30 分鐘到 1 個小時，但彼此真心交流、信任，這種被需要、被尊重的感覺真好。

從機構深入每個家庭，看見不同的生命故事，到宅護理師體會到生命的脆弱與韌性，也對自己的角色有不同的體悟。護理工作不求掌聲和回報，只需要被尊重和理解。有時難免遇到挫折，但只要換個專業角度想，如果幫個案好好泡澡，他們會更舒適，降低感染機率或皮膚發炎問題；如果可以把照顧變得更輕鬆，家屬就能有些喘息空間，路才能走得長久，就是這股助人的精神，支持著每一位到宅護理師繼續向前。

期許未來到宅護理師在服務上能更精進、更專業，有更多可以著力的地方，提供人道關懷與有尊嚴的照護，減少照顧者的負擔，繼續擔任植物人家庭的神隊友！😊



到宅護理師協助臥床患者原床泡澡



黃雯靖

創世基金會護理部組長