

# 三軍總醫院

## 北投分院院訊

Tri-Service General Hospital Beitou Branch

復刊第一二二期

民國 111 年 7 月 1 日

發行人:楊斯年 審查:江國棟 總編:柯乃月 編輯:歐素雯

地址:112 臺北市北投區新民路 60 號 電話:(02)2895-9808 網址:http://818h.mnd.gov.tw



圖片說明:111年6月1日陸軍關渡地區指揮部政戰主任楊雲翔上校,特 於端節前夕親至本院拜會院長楊斯年上校。除針對本院醫護同 仁此期間對住院官兵之細心照護表達感謝之外,另協請本院賡 續協助該單位官兵接種疫苗第二次追加劑,以堅實部隊戰力。

[醫療專欄]:高齡樂活-老人居家照護經驗分享及長照機構介紹。

「榮譽榜]:111年國防部績優護理人員-劉家貞督導長、林青璟副護理長。

[醫師介紹]:馬靖超醫師。

[宣導事項]

★本院為無菸檳醫院,院區內全面禁菸禁檳,請來賓勿於院內吸菸,謝 謝您的配合! 戒菸專線:02-28935869。 ■ ■ MAN ■ ■ MAN ■ ■ MAN ■

★本院防疫期間會客規定隨中央疫情指揮中心指示調整,相關會客規定,於本院院網及 Facebook 即時更新。





Ħ

EACEBOOK

### 【醫療專欄】

### 高齡樂活-老人居家照護經驗分享及長照機構介紹

醫療部 吳永富 副主任

我國已於 1993 年成為高齡化社會,2018 年轉為高齡社會,推估將於 2025 年邁入超高齡社會。國軍官兵於服役期間大多處於青、中壯年年紀,平日在軍中報效國家貢獻已力。同時,在個人私領域中,也肩負著養育幼兒及照顧高齡長者的重責大任。要能在無後顧之憂下執行保家衛國之任務,即早了解高齡長者的照護經驗及清楚國內現有的長照機構,變成刻不容緩的事情。在 111 年 5 月 11 日的國軍持續教育課程中,三軍總醫院北投分院特別將老人照護及長照機構納入課程內容,邀請長安健照機構陳竹筠主任進行演講。陳主任表示在現代的社會,大多數的青、中壯族群因工作或其他因素,常常是離家單獨在外租屋,即便在結婚後,也多是以小家庭的方式生活,國軍人員因工作環境的特殊性,大多時候也都是居住在軍營當中,相較於過往農村社會中,多代同堂的生活模式,我們對於高齡長者的老化,其實是缺乏了解和因應的。而高齡長者之所以會需要照護,主要問題是來自於原本保有的功能逐漸退化,最後進展到失能的程度,這個過程常常是需要照護介入。

目前台灣現有的照護模式當中,可以大致區分為居家長照及機構式服務。首先,

居家長照的服務對象有以下五類:

- 1. 65 歲以上失能者;
- 2. 55 歲以上失能原住民;
- 3. 50 歲以上的失智症患者;
- 4. 失能身心障礙者;
- 5. 日常生活需他人協助的獨居或衰弱者。 居家長照的服務項目有以下四項:
  - 1. 照顧及專業服務;
  - 2. 交通接送;
  - 3. 輔助服務;
  - 4. 居家無障礙環境改善服務及喘息服務。

圖作雨病展親護片院視片者中患現之精取同角說貼為撐視細神材仁)明心輪傘病心(自側:於椅,猶照圖本拍

在過往從事居家服務員的經驗中,認為最關鍵的部分為如何加速建立雙方信任關係,才能及時給予服務。同時,適當的居家服務介入,也可以衛教或教導同住者如何做好居家照護的工作及適度喘息,減輕照顧壓力。

另外,機構式服務主要區分有安養機構、護理之家及老人長期照顧中心(長期照 顧型、養護型)。

- 1. 安養機構:主要針對自費入住的長者或是有長照必要的獨居長者提供服務,這類長者本身無重大疾病,生活可自理。可提供的服務有基本保健服務、運動休閒空間及醫護通報系統的環境,但無法執行醫療行為。
- 2. 老人長期照顧中心(長期照護型):服務族群為有慢性疾病且有醫療服務需求的長者。
- 3. 老人長期照顧中心(養護型):服務族群為無法自主生活,但不需要專門看護服務的長者,收容有意識但需要協助生活行為的長者。

4. 護理之家:服務族群為慢性病等需長期護理的長者,或出院後需要護理的長者。 最後,在多元化社會的高齡長者照護上,居服員的工作已經不是單純提供勞務服務,很多時候都需要持續接受專業教育及認證,才能擔當應有的角色。這部分是需要社會大眾一起給予支持和建立共識,才能招募更多的年輕世代投入職場,共同解決長者照護需求。同時,家屬可以藉由申請照護服務,重新檢視自己的照護過程,是否有需要調整或改進的方向,才能累積足夠照護經驗。期盼在這樣的互動模式中,可以減少照顧者的身心壓力,並維持高齡長者在老化過程中的生活品質。

### 【榮譽榜】

### 巡恭喜巡 劉家貞督導長、林青璟副護理長榮獲 111 年國防部績優護理人員殊榮

日前由本院護理科主任歐中校代表院長楊上校至各病房慰勉 111 年度績優護理人員,除肯定渠等工作表現之外,亦轉達全體同仁祝福及感謝。

#### 獲獎人員名單:

- ◆111 年國防部績優護理人員獲獎名單:劉家貞督導長、林青璟副護理長。
- ◆111 年護理科績優護理人員獲獎名單:洪嘉藝護理長、姜羽霜護理長、張凌偵護理師、陳芊糖護理師、歐素鈴護理師、林慈穎護理師。
- ♥111 年護理科績優輔助人員獲獎名單:楊少詠、林家瑋、梁美鈴。

~感謝本院醫護同仁用心守護病患身心健康,有您們真好~



### 【醫師介紹】 馬靖超 醫師

#### 現職:

三軍總醫院北投分院醫療部主任 學歷:

國防醫學院高壓氧醫學研究所理學碩士

國防醫學院醫學系醫學士

#### 經歷:

- 三軍總醫院北投分院精神科總醫師、主治醫師
- 國軍台中總醫院精神科主治醫師
- 台灣精神醫學會精神科專科醫師
- 台灣成癮學會成癮專科醫師
- 教育部部定講師

#### 重長:

失眠、睡眠相關檢測、睡眠藥物戒除、非藥物失眠治療、自律神經失調、減壓、減重、網路沉迷、身心醫學、焦慮症、憂鬱症、精神疾病診斷與治療、藥酒癮疾患、居家照護、緊急醫療系統及強制就醫。

#### 勵志嘉言:

- 目標: 北投醫院成為第一名的睡眠專科醫院
- 關鍵結果:
  - 1、舒眠、減痛、神經網路回饋一條龍管理模式
  - 2、成立睡眠暨疼痛檢查中心
  - 3、住院病患睡眠及疼痛監控系統
  - 4、持續睡眠、疼痛、神經網路回饋醫學教育訓練
  - 5、舒眠、減痛、神經網路回饋社區宣導

門診時間:請參閱門診時刻表。



### 【交通資訊】

◎門診部地址:

臺北市北投區中和街 250 號 捷運轉乘路線:搭乘淡水信義路線 於北投站下車,轉搭新北投支線, 於新北投站下車後,步行約 5 分鐘 即可到達,或於北投捷運站搭乘 216、218、223、266 公車,於中和 街站下車。(如圖示)

◎院本部門診、急診及住院地址:

臺北市北投區新民路 60 號 捷運轉乘路線:搭乘淡水信義路線 於北投站下車,轉搭新北投支線, 於新北投站下車後,步行約 10 分鐘

即可到達,或於新北投捷運站對面公園搭乘小22、小9公車,於北投醫院站下車。(如圖示)

本院院本部附有停車場,歡迎開車前往!



## 111年三軍總醫院北投分院7月門診時刻表門診部(中和街)

10000000000000000000000000000000000000											
時間	科別	診間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五				
	家醫科/ 身心科	1F 第一診間	陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)	林明瑋 (嚴重情緒行為特別門診)	陳 家 勉 (家醫科/類流感門診 /勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)	方文輝 (家醫科)	陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)				
上午		2F 第一診間		梁 志 頌 (新冠疫情身心療癒特別門診)	李添浚	鄭凱仁					
09:00	身心科	2F 第二診間	梁志頌	李添浚	謝定宏	楊蕙年 (護生教學診)	曾 志傑 (護生教學診) <del>(新冠疫情身心療癒特別門診)</del>				
11:30		2F 第三診間	楊 蕙 年 (兒童青少年)		古世傑		吳永富 (護生教學診)				
		3F 第四診間	陳泰宇 (性別友善門診) (心理治療特別門診)		蔡 楚 葳 (性別友善門診)						
	牙科	2F 牙科診間	陳人豪	杜濬清	杜濬清	陳人豪					
	家醫科	1F 第一診間			林晉賢 (家醫科)						
		1F 第一診間				戴月明 (兒童青少年、戒菸門診) (老人特別門診)					
下午		2F 第一診間	吳永富 (老人特別門診)	彭嘉和	羅時茂	江國棟	鄭凱仁 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診) (護生教學診)				
14:00               	3.011	2F 第二診間	古世傑 (含戒菸門診) (護生教學診)	楊皓名 (護生教學診)	朱軒德	馬靖超 (護生教學診)	王育琛 (護生教學診)				
		2F 第三診間	許崇智	馬靖超	鄒輝穎						
		3F 第四診間			心理/放鬆減壓門診/ 家庭評估/家族治療						
		3F 第五診間				自律神經訓練	家族治療				
	牙科	2F 牙科診間	陳人豪	杜濬清	杜濬清	陳人豪					
晚上	家醫科/ 身心科	1F 第一診間		黃旭瑩 (小兒科)	陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)	戴月明 (兒童青少年)	張廷碩 (兒童青少年) (網路成癮門診)				
		2F 第一診間	王育琛			高廉程	陳泰宇				
18:30	身心科	2F 第二診間	梁志頌	朱軒德	李彥鋒	張復舜 (性別友善門診)					
21:00		2F 第三診間	楊蕙年 (嚴重情緒行為特別門診)	吳永富	曾裕庭						
	牙科	2F 牙科診問	陳人豪		杜濬清						
哈士加(女田)											

院本部(新民路)

[元本印 [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [										
E	<b>寺間</b>	科別	診間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
	_	家醫科	第二診間			林晉賢 (家醫科)	劉崢偉(心臟內科)(特約診)		陳家勉 (家醫科)	
		身心科	第一診間	<b>周銘坤</b> (神經內科)	曾志傑 (含戒菸門診) (教學門診) (新冠疫情身心療 癒特別門診)	曾裕庭	江國棟	曾裕庭	戴月明 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診)	
09:			第二診間	馬靖超 (含戒菸門診) (疼痛及睡眠評估特約門診)				李彦鋒		
	上午 9:00   1:30		第三診間	楊皓名 (新冠疫情 身心療癒特別門診)	鄭宇明 (7/5) 彭柏瑞 (7/12、7/26)	王育琛	陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診) (疫苗門診)	黃雅進 (7/15) (老人特別門診) 馬靖超 (7/1、7/8、7/22、7/29) (含城及睡眠評估特約門診) (蔣冠疫情身心療癒特別門診)	林明瑋 (嚴重情緒行為特別門診) (新冠疫情身心療癒特別門診)	
			第四診間	許崇智	楊皓名	曾志傑 (含失眠門診、戒菸門診) (新冠疫情 身心療癒特別門診)	吳 永 富 (含戒菸門診) (心理治療晤談) (新冠疫情 身心療癒特別門診)		鄒輝穎	
			第六診間 (急掛區)	朱軒德 (rTMS)						
		牙科	第四診間					杜濬清		
	-	內科	第二診間				劉峥偉 (心臟內科)			
		身心科	第一診間		許崇智		曾裕庭			
14:	下午		第二診間	林明瑋 (嚴重情緒行為特別門診)	高廉程	鄭凱仁 (兒童青少年) (教學門診)				
	4:00		第三診間	高廉程 (護生教學診)	黄仁弘 (7/12、7/26)	楊斯年	李彥鋒	古世傑		
	3 : 30		第四診間	戴月明 (護生教學診)	張廷碩		蔡 楚 葳 (性別友善門診)			
			心理科					放鬆減壓門診		
		替代療 法科	第一診間	王育琛 (含身心科) (含戒菸門診)		陳泰宇 (含身心科)		李添浚 (含身心科) (含戒菸門診)		