

慢性腎臟疾病防治中心

◎基隆長庚慢性腎病防治護理師 王秀英

◎基隆長庚腎臟科主治醫師 李進昌 校閱

人口老化造成糖尿病、高血壓等慢性病增加，加上國人愛吃藥、打針，不管西藥、中藥、草藥或健康食品，只要是電視、報章雜誌或地下電台介紹的，通通來者不拒；以為有病治病，沒病強身，但結果是花錢事小，傷身事大。再加上慢性腎病患的疾病自覺性低、保腎觀念不足，因此經常延誤就醫。本院腎臟科基於「以病人為中心」的理念，於民國 95 年 3 月 22 日成立慢性腎臟疾病（CKD）防治中心。剛起步時因可供參考的資料少之又少，故一切由零開始，經不斷摸索、參閱相關資訊和積極參加相關進修課程，終於完成慢性腎臟病防治中心的建構。舉凡收案流程病患資訊系統化、設計衛教工具及表單和慢性腎臟病患護照印製……等，皆已具備完善規模，並於 98 年 8 月榮獲衛生署國民健康局評選為全國 5 家腎臟病績優防治機構之一。

當自己還是血液透析護理人員時，總是無法理解為什麼有些病患一直無法做好水分及飲食的自我管理，以致造成許多透析相關併發症。直到轉任慢性腎臟病衛教師後，於慢性腎臟病患照護過程中，才發現事出必有因，自己往往只

看見事情的結果卻未深入探討真正原因。對病患的照護應包含身、心、家庭等層面，發揮同感心，不要過度責怪病患，與病患及家屬建立良好互信關係，達到深度與廣度同步的提升。今天不管個案為什麼來到慢性腎臟病防治中心，只要是病患的事就是我們的事，秉持視病猶親、以病人為中心的精神，結合醫師、護理師、藥師、營養師、社工及透析團隊，提昇服務品質，幫助無助之病患提早進入醫療體系接受正規的治療；同時建立全面性品質監測機制，提昇服務品質，積極追蹤疾病變化，期望能阻緩腎功能惡化速度、減少合併症發生、並幫助病患以周全的準備順利進入透析療程。

近年來有關病人自我管理衛教的概念，已轉向於讓病患成為整個照護過程中的主角，而醫療專業人員則是擔任病患的夥伴或引導者的角色，讓病患主動參與及決定適合的醫療處置方式，依個人喜好及可接受且適當的行動目標訂定計畫，醫療團隊再依現況需要不斷與病患共同檢視目標是否達成，並協助檢討及修正其所訂定的自我照護計畫，期望除了增進病患慢性腎臟病相關知識外，



亦能改善個人生活品質及自我照顧能力。

基隆院區雖處偏遠東北角地區，但我們服務的熱誠依舊。雖然會有些病患因對腎臟疾病認知不足，以至於無法認同衛教對阻緩腎臟病惡化的幫助，回診時只是應付了事，甚至有些病患寧可聽信偏方或依照自己的方式治療而不願回診，但我們愈挫愈勇，不隨意放棄病患，電話追蹤再追蹤，溝通提醒再提醒，努力讓病患回心轉意，願意回診接受正規治療，也正因為這樣不放棄的精神，3年來獲得了以下殊榮：「96年榮獲腎臟病防治委員會評選為績優腎臟病健康促進機構」、「97年6月擔任腎臟醫學會舉辦慢性腎臟病整體照護實務觀摩研

習會的講師」、「97年榮獲衛生署國民健康局評比為全國第一級腎臟病照護最佳醫療機構」、「98年8月榮獲衛生署國民健康局評選為全國5家腎臟病績優機構觀摩院所」。

更令人欣慰的是慢性腎臟病防治中心第一個收案病患，95年3月收案時Cr 7.7 (MDRDeGFR5.52) 如今4年過去了，病患至今仍在門診規則追蹤治療Cr 8.7 (MDRDeGFR4.68)，且從膽怯完全無互動的關係，到現在每次回診都第一個主動先到衛教室聊家常分享美食（韓式泡菜）的病患，有一分心，就有一分力量。多一分付出，就能多一分成就。

林口長庚「樂活頁」讓你健康樂活 YA! 免費參加集點贈獎超夯的健康手冊等你來拿

◎林口長庚社服處社工師 紅文茹

當下流行許多集點即可兌換獎品、紅利的設計，已經不夠看了！

你知道嗎？現在「健康」也可以集點囉！林口長庚醫院於今年5月推出最夯的個人健康手冊，讓民眾免費索取。參加各式獲林口長庚醫院認證之健康促進活動及講座，即可憑手冊集點，集滿一定點數更可兌換精美小獎品喔！讓你擁有健康、拿好康！

林口長庚醫院結合鄰近社區近年來經營的相關健康活動（免費有氧運動、社區血壓站、健康講座……等），與時下流行的集點兌獎設計結合，設計「樂活頁」健康手冊，供大家免費索取。該手冊內容包括營養及運動衛教資料、社區運動地圖、低卡健康食譜及運動紀錄頁等，除了讓大家意識到健康的重要性外，更規劃參加相關健康活動即可集點兌獎的功能。

現只要免費申辦「樂活頁」乙本，往後持冊參加林口長庚醫院認證之健康促進活動，即可獲集點章一枚，集滿15點可換獎品一份！如此賺健康又拿好康的消息，怎容錯過？

讓「樂活頁」為您的健康把關，一起與您樂活 YA！

洽詢電話：林口長庚社服處 03-3281200 分機 5128、5131

查詢網址：<http://www.cgmh.org.tw/intr/intr2/c0910/>

服務項目/community-09.htm



樂活頁大小很適合民眾隨身攜帶
(14.5公分×10.5公分)



已認證之場次，現場將貼
LOGO，供民眾識別

