



彩霞滿天 星光伴行

長庚長照服務的十年回顧與展望

◎桃園長庚院長 黃美涓

在傳統的中華文化中，我們給長輩拜壽時，一定會誠摯地唸道「祝您福如東海，壽比南山」。可見人老了，「福」比「壽」更重要。唯有懂得造福享福的人，其長壽才有價值。有的長者每日在家中自怨自艾為「等吃、等睡、等死」的「三等人」，真是可憐。

為了因應台灣社會走向高齡少子化的變遷，體貼小家庭對老殘者照顧往往是心有餘而力不足，台塑創辦人王永慶董座在二十多年前即開始在長庚紀念醫院體系內打造他理想中幸福王國，就是希望「鰥寡孤獨疾病者皆有所養」（請見遠見雜誌 2003 年 7 月 160 頁王董事長專訪）。他毅然捐出了 34 公頃的大片土地，不惜鉅資，聘請專家設計，悉心策畫，建構座落在龜山山上的長青院區，包括了「長庚護理之家」及「長庚養生文化村」。

長庚護理之家：像「家」的護理之家

長庚護理之家在十年前的三月十二日植樹節開幕，如今已是花樹茂盛，綠草如茵。室外有魚群悠游在荷花池中，室內則挑高寬敞，採用進口建材，打造

無障礙環境及完整的照顧設施。不僅提供失能長者及重度身心障礙者的支持性身心妥善照顧，更提供復健與日常生活自理訓練，及家中照顧者的照護訓練，讓患者盡量有機會回歸家庭、社會。對於家中難以照顧者，則可以給予良好的長期照顧。

為了讓住民有高品質的身心照顧，讓有生產力的家人能安心工作，長庚護理之家的同仁提供全年無休的全人照顧，去營造一個像家的護理之家。住民如鄭大哥、高爺爺、祈奶奶等等，眉宇之間都透露著昔日的非凡氣質與慈祥容顏。從食、衣、住、行、育、樂的照顧，到狗醫生的寵物治療、音樂治療、



▲醫師探診洗腎住民



懷舊治療等等，至志工團體逢年過節多采多姿的表演，連長庚大學醫學系、護理系及相關科系的師生們都常來關懷、辦活動。就是為了讓長者及患者有被關愛、倍受呵護的幸福感。

十年來，我們為社會教育訓練了許許多多優秀的長期照顧員，也屢次獲得衛生署、衛生局頒贈「特優護理之家」的殊榮。但真正最好的收穫卻是領略到「施比受更有福」的快樂。長者知足常樂，工作同仁助人為樂，志工朋友為善最樂，個人皆有所樂。樂在知足感恩，樂在耕耘成長。參與長者的生命回顧，就能肯定人生的辛勞付出必有價值。長了智慧，有了勇氣，成就了積極正向的人生觀。明瞭人生的成就，不是要贏過多少人，賺過多少錢，而是貴在曾經幫助過多少人。感恩、知足、相愛，就是種福田，必能享後福。



▲優質的復健治療環境

長庚養生文化村：積極「養生」取代「養老」

六年前，我們得到長輩們的信賴，陸續入住青山翠綠、庭園優美、設施良好的長庚養生文化村。在這裡，年過九旬而老當益壯的長者比比皆是，八十多歲的人都要向他們謙稱自己是「小老弟、小妹子……」。但無論是汲汲營營的耕耘者，叱吒風雲的將軍主管，或是含

辛茹苦養兒育女的慈母，他們都是工作同仁心目中英俊挺拔的帥爺爺，溫柔婉約的俏奶奶。在他們身上，我們見識到各行各業多采多姿的文化特色，學習到許許多多的人生智慧。難得他們都認同了我們王創辦人的理念，以積極的「養生」來取代被動的「養老」。

在養生村我們提供定期健康檢查，慢性病門診追蹤治療，長輩們大都積極學習自我健康管理，每日自行量測血壓、心跳等，更學習健康促進，養生之道及各種運動。又依照自己的興趣去學習書法、繪畫、棋藝、票戲、歌唱、舞蹈、插花、手工藝、數位鋼琴等等。更可依能力選擇低氧、中氧、高氧的徒步運動，去欣賞台灣難得健全的各種原生、外來植物栽植區。那裡更有一個有機菜園，站著也可以種植。

王創辦人當初希望將台灣原有一定要「在家養老」(aging in place)的文化，可改進為歐美現在流行的「在最適當的地方養老」(aging in the right place)。個人條件不同，不一定可以在家養老，若變成獨居老人，則為獨樂樂不若眾樂樂。與自己相同時代的人在一起，必定容易交集出「文化匯聚、智慧分享、心靈交流」，進而「舊友新知，和樂融融」，締造自己理想的晚年生活。在這裡，「我的天主、你的上帝、他的佛陀……」都是那麼自然地融合交集，綻放靈性光彩。

許多事親致孝的子女孫兒常來探訪，在此彼此分享相聚的快樂時光。甚至常有不辭萬里長途，遠渡重洋，只求前來小聚的至親好友，令人倍感溫馨。應驗了王創辦人當初的期許，「在長庚養生文化村居住的人，都是有福氣的人，懂得將父母送過來的人，都是至孝的子女，值得驕傲」。因為願意讓兒孫各自

擁有一片天空的父母，必然是慷慨不求回報的智者。讓父母自在安享頤年，不必繼續為兒孫操勞的子女，是懂得愛與回報的孝者。每年的養生文化村歲末圍爐之日，我們的團圓飯桌都是與年俱增，以數十桌為單位的，歡樂的氣氛，令人動容，久久不能忘懷。

過去三年，工作同仁與長庚大學共同研發，成功地開發了智慧式健康照護系統。在資訊系統的協助下，能更有效地協助長者達成的身體保養、健康促進、疾病早期診斷、即時醫療、服藥叮嚀等，讓長者達到「病的輕，老的慢，活得好」。

今年是民國百歲，我們長庚大學也與國立北藝術大學締造合作研究，將電腦科技結合於文化藝術，去打造智慧型生活空間設施，創造色彩豐富、變化多

端、深入淺出、人人可以盡情享用的資訊式生活文化。更透過活動與社會的脈動相連結，更有參與的貢獻。

第二期的C棟美輪美奐建築也在最近落成了，E棟活動中心游泳池、大型室內運動場、國際會議中心、中西餐廳、購物街等大型公設施將陸續開放。與社會接軌的養生文化研習營更會大力推動，使長庚養生文化的理念能及早扎根與推廣。

結語

春回大地，萬象更新。長庚紀念醫院走過十年的長期照護體系，在新的一年，仍持續追求研發與創新。期得能提供更多元、更豐富的健康生活照顧，讓人人都能感受到人生彩霞滿天夕陽晴的豐富與星光明月伴我行的瀟灑。◆



▲數位鋼琴課程，讓村民可以輕鬆學會彈琴



▲電腦課教學，每位長者都有小老師協助教學



▲胡琴教學



▲即將落成的E棟活動中心，提供村民更多元的休閒活動空間

