

# 慎選環境 讓老所有終

文·林潔欣



**根**據世界衛生組織（WHO）的標準，65歲以上的長者即定義為「老年人」，假使家中長輩已失能或失智到家人無法照顧，無論是否符合中低收入戶的資格，都有養護機構可以照顧。但要如何選擇適合的呢？聖嘉民老人長照中心院長游淑如、臺北市立浩然敬老院院長張嫩文均表示，有尊重長輩的環境和照顧人員為首要，利用復健與活動延緩失能長輩走下坡的時間，讓家人放心，就是養護中心的最終使命。

## 優美環境 如在家中般的終老

位於宜蘭的聖嘉民老人長照中心在DM上寫著「願景」：讓每一位長輩住得自在快樂，並成為蘭陽人長期照顧需求之優先選擇。的確，當我們走進由黃聲遠建築師設計的大樓中時，可以感受到當時創辦人想營造美好環境給住民的用心。

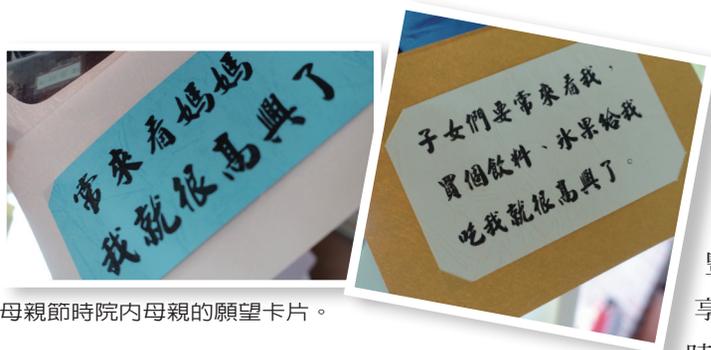
這裡的長輩為24小時居住，除了日照中心每天來回之外，對安養與長照服務的長輩來說，這裡，就是自己的家，除了日常生活照

顧之外，舉凡衣物洗滌、護理服務、復健服務都很完善，另外還有電影院、燙髮服務，以及文康休閒活動。由於我們拜訪時適逢母親節，看到了許多長輩對子女表達愛的卡片掛在樹上，待節日子女歡聚時讓他們知道爸媽的心願，我們才發現父母期待子女的，就只是「常來看我」罷了！

院長游淑如說，這裡的長輩大多是自費的，也有幾位因為親人不在，由里長或社會局轉介過來。長輩脾氣百百種，有每天都要外出搭車去羅東閒晃、還算健康的80歲老先生；也有一開始無法接受孩子把他帶到機構來，經過暫時安撫後，第二天睡覺起來對機構同仁致歉並開始適應這裡的；還有一位年輕時從軍為了救溺水的人導致下半身癱瘓的住民，雖然不到60歲，但因為住進聖嘉民的前身羅東聖母醫院附屬丸山療養院，轉型後礙於法令應需轉院，但他堅強的意志讓院內工作人員不忍心，他就此繼續住下來，並開始創作畫畫。在院內走廊有一處儼然是他的



游院長（右）與長住院內幫忙送文件的可愛長輩。



母親節時院內母親的願望卡片。

小畫展，之後雖然還是讓他家人接回去了，但院內仍保留著他的小畫廊。

或許游院長於長照領域工作多年，非常了解在安養中心居住的好處，所以當自己的媽媽罹患退化性關節炎，開刀後行動較不便即送她來中心。一開始游媽媽也住不習慣，每週末回家就直說不想再來，但沒想到復健轉好後，現在反而連過年都不想回去了，還介紹朋友來住呢！

這裡的長輩對於身後事抱著開放的心，雖然是天主教的機構，但中心對宗教信仰一向尊重，中心也有設置佛堂讓不同信仰的長輩都可依自己的喜好做選擇，也有長輩在耳濡目染下，和社工討論將來想在教堂辦喪事，在徵求兒子同意後由教友來講授聖經道理，準備要領洗，爺爺還相約朋友一起聽。也有低收入戶無家屬的長輩走了，中心請葬儀社幫他辦身後事，同仁就是他的親屬，知道他生前喜歡吃餅乾，同仁去祭拜他時也會帶著



去。  
「其實這裡就像一個大家庭一樣。」游院長說，長輩活了大半輩子來到這裡，之前的生活記憶與豐功偉業常會津津樂道地和大家分享，「我們只需要當個聽眾聆聽，有時再怎麼執拗的個性，也會被溫和的工作人員所溫暖。」

## 不分身分 老得有尊嚴

浩然敬老院是目前台北市唯一的公立老人安養暨長照機構，年滿65歲以上之低收入戶市民，無直系血親卑親屬的長者得以申請，舉凡食、衣、住、行、育、樂等生活照顧服務均由政府提供。

浩然敬老院院長張媿文說，浩然不斷追求與強調的是環境改造更新及提高生活品質。「有位長輩習慣每天在全院環繞兩圈，每次遇到我都說運動回去再洗澡好舒服，接著到後花園抽根煙；這就是所謂的生活品質，也就是對所居住環境的滿意。」院長強調，「2014年才正式將服務對象分為安養、養護、長照和失智等四種類型，但之前即有安養的長輩有養護或長照的需求，但由於轉換環境對長輩來說衝擊很大，為因應需求，



可愛的伯伯說抽煙時他最快樂。



院內建築物間無障礙空間用天橋。

我們規劃轉型，提供連續性照顧。」因應改變，照顧服務人員依法規增加，包括照服員和護理人員。

於2015年開辦高齡整合門診，設有家醫科、心臟內科、神經內科等，另外還有安寧住房，宣導長輩簽署DNR（不急救、不插管、不急診），讓長者走得尊嚴。

張院長強調，院內的長輩平均81歲，100歲的現今有5位，最多時有13位，最高齡113歲。院內的長輩平均入住7年，並不是每位長輩都能適應團體生活，但仍以鼓勵參加活動為首要服務。平常開的課程有電腦、陶藝、打鼓等等，以及定時有服務犬療法：機構請受過訓練的狗狗和長輩互動，小狗通常會跳到長輩腿上撒嬌，大隻的會讓長輩拿圈

圈往身上套等，一般來說一隻狗狗可服務五位長輩，非常有療癒效果。另外有嬰兒輔療法，即讓長輩用十分擬真的假娃娃餵奶、換衣服，院長感慨的提到：「曾經有位長輩已經住院好一陣子，護理長探望時長輩哭了，猜測她是想念娃娃，就飛快來回將娃娃送過去，那位長輩拿到娃娃後抱著哭著不放，幾天後就走了，我們就讓娃娃陪她一起走。」另外院內還有辦氣球輔療、生命史回顧等等輔療活動。

院方一直在推動的，即是藉由各種輔助療法延緩長輩老化狀況，張院長說，希望浩然可以做出典範，運用高齡整合照顧服務，運用個案研討方式評估長輩個別化照護；與社區藥局合作辦理藥事服務。在環境改善方面，目前著重營造田園式院區規劃、舒適步道，讓長輩每天在舒適的環境中生活。

「長照」不只是老人家的事，當輪椅漸漸多過娃娃車時，已成為每個人要為自己一生準備的課題。張院長語重心長的說：「銀髮世界是整個國家社會家庭要面對的，每人的年老只有一次，沒有人曾經老過，必須得一起全力面對。」💕



天台上園藝療法用的植物。