

# 推動高齡友善健康照護機構 銀髮族的健康守護者

全臺高齡人口快速增加，對長輩而言，及早瞭解自己的健康狀況、適時就醫，是預防及延緩失能的重要關鍵。為了替長輩們打造一個友善、支持、尊重與可近的就醫環境，提供符合需求的健康照護服務，衛福部自 13 年前開始逐步推動「高齡友善健康照護機構」，讓更多長輩更願意就近使用相關資源，兼顧身體健康與復能。

文字撰寫 | 張茗喧

資料提供 | 衛生福利部國民健康署



## 臺灣邁向超高齡社會 長者健康照護有尊嚴

銀髮浪潮席捲全球，在生育率降低、平均壽命延長的趨勢牽引下，人口結構漸趨老化。根據行政院國家發展委員會預估，2025年臺灣將從高齡社會邁入「超高齡社會」，到了2039年，老年人口比率更將突破總人口的30%，屆時你我身邊平均每三個人就有一人是老人。

有別於一般民眾，長輩在就醫的過程中，無論是醫療環境、照護流程或是醫病溝通方面，都需仰賴醫療照護機構人員給予更多耐心與關懷。為了讓國內醫療院所所在臺灣邁向超高齡的過程中，得以及早因應準備，衛福部國民健康署（簡稱健康署）參考世界衛生組織（WHO）發表的高齡友善照護3大原則與健康促進醫院5大標準，以增進長輩的身心健康、延緩失能，並具尊嚴的適切照護為前提，逐步發展出「臺灣高齡友善健康照護架構」。

健康署於2010年開始推動「高齡友善健康照護機構」認證，希望透過醫療保健服務介面融

入親老、尊老元素，增進長者身心健康與復健，給予符合其需求且有尊嚴的健康照護服務；2011年起更率先於全國醫院推廣「臺灣高齡友善健康照護架構」，隔年擴展至衛生所、診所、長照機構等單位，近年更與「健康醫院認證」進行整合並融入「長者功能評估量表（ICOPE）」與美國醫院協會高齡友善服務（4Ms）的精神與方向修訂準則建立5大標準，亦在診所端導入自評機制，營造健康環境的同時，也促進社區合作互助。

高齡友善的就醫環境能夠消除長者在心理上或行動上的就醫障礙，同時結合在地資源提供適切服務，來提升長者就近使用相關資源的意願，及時獲得支援、縮短失能期間，同時兼顧身心健康與復能，提高個人生命價值，臺灣更是全世界第一個以政府力量推動高齡友善健康照護機構認證的國家。

截至去（2022）年，全國已有887家醫療照護服務機構推動「高齡友善健康照護」，其中包括79家長期照護機構、207家健康醫院、358家衛生所及243家診所。

## 高齡友善健康促進服務五大標準

### 1. 管理政策



機構當前的政策與架構可使高齡友善計畫順利推展與定期追蹤。

### 2. 健康服務的友善度



機構內員工須提供相關健康資訊予長者及家屬，因應長者的需求做出調整，並提供良好的溝通情境。

### 3. 確保適宜環境氛圍



因應長者使用者需求，提供良好品質的照顧服務環境；使用者應包括行動不便者、生活不便者及暫時不便者等。

### 4. 長者健康評估



機構內員工需能找出社區內有需求之長者，並有效評估長者的健康狀態或特殊需求及協助提供照護服務並尊重長者在照護上有決定的能力與權利。

### 5. 提供轉介服務



與社區資源建立合作與轉介機制，使長者接受適當的健康與社會服務。

## 有家的感覺 衛生所變身長者最佳健康夥伴

遍佈全臺大小鄉鎮的衛生所是國內最基層的醫療、衛生及保健單位，長期穿梭於城市並深入鄉間社區第一線執行公共衛生及預防保健工作，不但打疫苗、健康檢查、巡迴醫療樣樣行，也是社區長輩最常去的健康好厝邊。衛生所除了提供在地化的醫療服務，近年也積極協助預防長者各面向的功能衰退，鼓勵長者透過社區活動多多與社會接觸，並重視長者智慧與價值，與長者共創健康、主動、樂觀、友善的正面形象。

出身自公衛基層的健康署署長吳昭軍，深刻理解到衛生所對於在地長者的重要性，因此參考國內外實證與服務經驗並結合在地需求，從環境到服務，以民眾為中心，積極建立高齡友善衛生所，像是定期替衛生所人員進行高齡友善服務的教育訓練，並設置高齡友善服務台，長輩一進入衛生所就會有工作人員或志工主動詢問需求及協助填寫表單，同時將診間、廁所等長者較常利用的區域標示牌字體放大，或以圖示方式提供引導。



茂林衛生所透過「守住記憶的家」計畫，提供家人般的親切照顧，使失智長輩的身心健康獲得改善。

高齡友善衛生所也貼心備有輪椅、助行器及老花眼鏡、輔聽器等輔助工具，工作人員也會細心注意保持地面不濕滑，維持走道通暢不堆積物品，避免長者跌倒，營造舒適、安全、明亮以及有隱私的友善空間，讓在地長者一踏進衛生所就能擁有「家」的感覺。

目前全臺衛生所已有超過 9 成通過高齡友善健康照護機構認證，讓衛生所不再只是打疫苗、看診的場域，而是能夠評估在地長者的健康需求、提供免費衛教諮詢與服務，盤點及連結社區資源以提升服務量能，讓這個大家熟悉的健康守門員，加值轉型成為提供照顧長者以及連結社區健康照護資源的據點，守護在地長者的健康。

## 傾聽在地長輩心聲 貼心滿足多元照護需求

高雄市茂林區為原住民地區，位處偏鄉、交通不易且老年人口眾多，而茂林衛生所是方圓百里內唯一的醫療院所，也是原住民長輩健康的重要支柱。近年衛生所人員在平時醫療門診之餘，也進行長照失能普查以及有助延緩失能的「長者功能評估量表 (ICOPE)」，意外發現部落長輩有一定比例罹患失智症，也看見失智長輩的照護需求。

因此，茂林衛生所附設的居家護理所勇敢承接「守住記憶的家」失智症據點計畫，透過衛生所協助轉介，鼓勵失智長者參加社區延緩失能、健康促進活動等，提供家人般的親切照顧。漸漸地，原本有睡眠混亂、焦慮易怒、遊走、體重偏低的失智長輩們開始重拾微笑，身體也慢慢恢復運動能力，身心健康狀況逐漸獲得改善。衛

生所更特地因應當地風俗民情，以原住民族語設計衛教單張及空間標示，讓長輩在就醫時更有親切感，化解溝通障礙。

雲林縣大埤鄉衛生所有感鄉內人口急速老化、長輩獨居情形普遍，近年舉辦「長者動動班」課程，幫助鄉內許多長輩重新找回行動力。衛生所近來就接獲一名長輩求助，這位長輩因為子女都在外地工作而獨自居住在大埤鄉老家，隨著活動量減少、肌肉量不足，不但膝蓋活動度大不如前，後來就連爬樓梯都需要有人在後面協助支撐腰部，已嚴重影響到長輩的日常生活。

大埤鄉衛生所替長輩進行體適能檢測之後，發現長輩有肌力不足的問題，於是轉介參加衛生所「長者動動班」，由講師針對個案本身的身體狀況，共同討論出最適合長者執行的體適能運動，同時鼓勵長輩持續參加健康促進課程，一段時間下來，長輩無論肌力、活動能力或體力方面都有明顯進步，個性也變得更加開朗，如今已時常搭車到外縣市的子女家中走走或住上幾天，享受含飴弄孫的天倫之樂。



澎湖縣吉貝村衛生所為體貼村內「老老照顧」的長輩們，主動帶著護理人員到家中服務或宣導。



### 了解更多

診所高齡友善健康促進  
服務宣導影片



衛生所高齡友善健康  
促進服務實務指引  
(有醫療門診機構)



在 65 歲以上長者占比高達 18.6% 的澎湖縣吉貝村，老老照顧已是村裡的家常便飯。每逢 10 月流感疫苗開打，村內 66 歲的許阿伯總是要輪流推著輪椅，帶著高齡 90 多歲且行動不便的父母來衛生所接種疫苗。為了減輕阿伯的照顧負擔，衛生所主任主動帶著護理人員到家中，替 2 位超高齡阿公、阿嬤評估身體狀況，再接種疫苗，平時也積極邀請許阿伯參加衛生所舉辦的宣導活動或「長者動動班」，作為照顧年邁父母的喘息活動。

## 珍愛銀髮長輩 打造在地安老樂活環境

長者是社會寶貴的資產，而推動高齡友善健康照護機構能夠帶動醫療機構改變的正向力量，提供以長者為中心的跨科別完整照護，更為長輩們營造友善、專業、有尊嚴的醫療服務及環境，促進長者與其家庭對自身健康與照護的掌控能力，縮短不必要的住院日、減少併發症、加強控制慢性病，呼籲更多健康照護機構加入推動高齡友善健康照護的行列，讓長者得以安享晚年，也讓晚輩無後顧之憂。 MOHW