

# 成果報告書

日期：2017 年 9 月 4 日

申請人學院、系所、年級	護理學院、高齡健康管理學系三年級
中文姓名	顏禎儀
實習國家（含城市）	Cleveland City, Ohio State, USA
國外實習機構	Case Western Reserve University

## 一. 緣起

起初選定 Case Western Reserve University 作為見習的學校，是聽從了學姐的建議。學姐告訴我該校的課程主要著重於老年醫學方面，並且有各式各樣的機構參訪，除了日照中心、護理之家以外，更有其他醫院和單位的參訪。對她來說概括了各方面的參訪和學習，因此她很推薦我選擇 Case Western Reserve University 為實習的對象。

而本次想出國見習，正是因為想要了解美國在高齡和其他醫學方面的制度與實作方面和台灣有哪些不同，我們所學習的是否能運用在實際的場域？美國的相關工作環境又和台灣差在哪裡，有什麼職務是我們能做的嗎？又有哪些資訊是我可以帶回台灣運用的，在面臨即將成為大四學生與成為社會新鮮人的時刻，這樣的思考與學習正是我所需要的。為了尋找自己最終的定位與真正想做的工作，同時了解工作的性質和實際內容，這趟旅程就此展開。

## 二. 赴國外實習機構或企業之學習心得

### (1)The Global Center for Health

這是一個大型的展區，有各式醫療創新的設備。例如：自動投藥機，將處方籤掃描後，電腦就會自動調劑並將藥物包裝好送到我們手上；各式新進的掃描儀器以及適合兒童的設計也讓人感到相當貼心與人性化；防塵防滑、顏色繽紛的各種材料可以運用在居家或醫院的設計，像是地板、牆壁等等。而整棟大樓還充滿著各式其他的設計，只是英聽能力有點侷限了我更加了解他們與提問，只好先拿各式各樣產品的簡介資料回來慢慢研究。希望下次能更加強自己的英文能力和專業術語，讓自己不會空手而歸。

### (2)Cancer Center

自身家人的抗癌歷程讓我體會到癌症醫療照護的背後需求與心靈照顧，因此在行前就相當期待這次的參訪會看見什麼樣的東西。而在參訪過程中，帶領我們的 Chesly 一路都帶著大大的溫暖笑容，也耐心回答我們每個疑問，真的讓我覺得非常舒服也非常喜歡她。進去中心後，從沙龍開始介紹起，小小的沙龍院設計的很高級別致，不但可以尋找和設計合適的假髮，更可以做彩妝及美甲服務，而且無論男女性都有適合的假髮可以配戴，還有專屬的髮型設計師。接著我們來到更衣室，進入檢查前的更衣間

不像一般醫院冷冰冰而制式化，反而像是高級的衣飾店更衣間，進去裡面能讓人放鬆心情，緩解一般面對檢查前的緊張與焦慮感。至於他們的病房也是很窩心的設計，寬敞明亮的空間和足夠的隱私設計，讓病患和家屬都能得到最舒適的感受；床上的遙控器可以遙控電視、窗簾開關、電源開關、呼叫醫護人員等等；電視不只是一種娛樂，更多了衛教，病患與其家屬都可以遙控電視，選擇想要了解的相關醫療資訊和注意事項；浴室地板微微傾斜的設計與止滑襪都可以降低與避免跌倒的風險。門外更掛了圓形可轉動的掛牌，類似於小時候自然課的星象盤一樣可以轉動，圓盤上設有不同區域表示著病人的安全、摠來隨心髓是否處於隔離狀態等。在這個癌症中心裡，進去所見的一切都是明亮而溫暖的光線和貼心的細節設計，不像是來到了癌症中心，反倒像是去了某處高級會所。(雖然實際費用應該也是類似於高級會所甚至可能更貴就是了) 整體讓我感受到相當的舒適與放鬆，我想來到這裡的每個病人都和我有相同感受吧!

### (3) MCGregor PACE

這是一個小型的日照中心，雖然規模和我想像中的有所落差，但是我依舊喜歡他的一些設計和理念。就整理的設備來說，像是職能治療區、客廳餐廳、休息室、物理治療室、牙科治療室等等，都與台灣的日照中心差不多，但是在於日照與空間的整體處理上，不同於台灣大多採室內光，有些日照中心也昏昏暗暗的問題，他們的空間運用了大量的自然光搭配室內黃色柔和的燈光，讓整體看起來明亮而寬敞，該中心的經理告訴我們，這個場所原本是一座荒廢的運動館，但後來他們看中了這裡的空間和自然採光，因此將它改建為日照中心。而我仔細觀察這裡的每個地方，他們在安全管制上也做得很好，進出都需要密碼感應，無論是員工或是拜訪者進出，都需要在專屬的本子上記錄進出時間與原因，並別上識別證。而這裡讓我覺得最特別的地方，在於他們設置了牙醫服務，與學校與醫院合作，讓病患醫師都有所獲益。在過去某次的論文報告經驗中，探討過口腔健康與疾病的關聯，很多人看見的大多是直接影響的因子，然而口腔的健康與衛生，卻往往被人所忽略，進而引發發炎感染等問題，且口腔衛生與失智症之間雖然至今沒有證據指出直接的因果關聯，但是的確是有證據證明這兩者之間存在著某種關聯。因此我認為他們另外設立了牙醫服務，的確幫助到了長輩們口腔衛生這個容易被大家忽略的潛在區塊，這是和一般日照中心很不一樣的地方。

### (4) HOSPICE

這是一個讓我大開眼界的安養院。在過去所學當中，雖然也有介紹過安寧緩和醫療，但大多數這樣的醫療模式都在醫院進行，少數有回到家中進行數個月的安養。這個機構特別的地方在於，它並不是一般台灣所見的安養院，而是針對末期病患做出的臨終安養。以個案的訴求為主軸，進行一切的生心理協助與治療。我非常喜歡他們的中心理念，也為他們的理念

和做法感到相當欽佩與感動，他們非常用心也非常注重於個案與其家屬，孩童，甚至是寵物的身心靈層面。(除了對個案全方位的照顧並努力滿足其生理上的需求外，也重視他們心理的滿足和情感與依賴關係，協助他們和家人朋友子女寵物等度過最後時光。)像是家庭可以經常來探望與陪伴(機構 24 小時開放給有需求的親屬)，個案的寵物也可以由他人帶去去探訪陪伴，另外更有與其兒童的輔導，和其親屬的哀傷輔導慰藉等。有過此經驗的親屬或其他人，如果有意願也都可以成為這裡的志工，協助更多家庭更多個案走過最後的韶光。此外，安養院中各式的設計，像是大片的自然採光;藝術治療;音樂治療與圖書館;大廳牆上的天空彩繪與中央的鋼琴(任何人都可以使用);安寧室中模擬部分教堂的元素，窗外大片的湖泊，書桌上的詩詞與筆記本.....。各式各樣的設計都給人平靜安詳的感覺，更是與自然合而為一，也是協助個案休息，照顧其心靈層面的另一個方式。

#### (5) Cleveland Clinic

Cleveland Clinic 是當地最著名也是規模最大的醫學中心，更是美國最佳醫院排行第二名的醫院。這是我相當期待的行程，但是收穫卻不如想像中的多，讓我有一點點失望。原以為這裡的參訪會有許多相關的醫療介紹、各區介紹等，結果大多是以介紹歷史愈近年發展與未來展望為主。畢竟這裡最知名的是心臟與癌症兩大科別，真的很希望有機會可以更加瞭解這兩個區塊呀! 不過在這裡我也有看到兩個我認為很有趣的東西，一個是他們的線上看診服務，透過 APP 的下載，就可以讓病人與醫生透過線上會面看診，並且診斷問題，給予相關醫療諮詢與協助。這樣的服務對於不方便前往醫院或是有隱私方面顧慮問題的人來說，真的非常體貼又溫馨，線上互動的方式也能協助醫生透過影像進行遠距的診斷服務，大大降低單純電話問診的困難度。另一個有趣的是他們的地下機器人，或者可以說是機器車，透過電腦與磁力控制，這些機器車可以執行運送的工作，透過地下軌道快速的送食物或垃圾等物品，並且精準的到位，這是目前的醫院或機構中我從來沒看過的東西，而這樣的設計也降低了人力與時間成本(但機器成本就不知道了)，我想這樣的技術如果也能運用在其他醫院或場域，應該也是一大助益。

#### (6) Judson Retirement Home Communities

這是個相當多樣化分工也非常精細的機構，主要可區分為 Nursing Home、Assistive Living、Independent Living 三大區塊，而每層樓又有不同的部門。首先負責人 Kendra 帶我們到三個大區及公共空間進行簡介，公共設施包括了溫水游泳池(也是復健的一種)、復健治療區、藝術治療室、園藝區、餐廳等。我對於他們的公共空間與整體設計感到相當驚訝。在這裡真的就像是個退休後的去處，而且這些公共空間就像是在一般飯店或是社區大樓一樣(非常高級卻又溫馨!)。讓我覺得最特別的是他們的藝術創作室，除了有作品展示櫃外，他們甚至獨立設置了展區給機構中善於繪圖創

作的長輩。長輩的心血作品得以被展示給眾人，同時增添了許多優雅情懷，也是建築的一部份，如果我是那些作品被展示出來的長輩，應該也非常開心吧!(那些作品真的驚人的美麗，同時充滿溫暖的筆觸及趣味)。而接下來在介紹完主要三個大區域後，我們被分成小組，並跟隨該樓層的護理師進行學習。我和瀚晴被分到同一組，先跟隨護理師了解他們使用的系統(在護理車與電腦上)，雖然過去並沒有真正接觸護理車禍室護理實習的經驗，但是由於有過學校 OSCE 技能中心的課程，因此觀察他們使用的系統和台灣並無太大的差異，而他們會將每日需要做的事項放在系統中，執行完畢後直接進入系統勾選。由於帶領我們的護理師較為忙碌，不斷處理病歷資料更新的事情，因此我們就需要更主動的發問與思考。也是訓練我從平常的實習和學習過程中，發現問題並提出相對的比較吧!

我詢問了他們這邊的醫療狀況，醫生每周會來兩次，做例行性的檢查或是特殊個案的看診，而其他時候如果有需求的話，醫生也隨時在線上，他們可以隨時連絡進行協助。至於藥物方面，由於台灣多是長期慢性的處方藥，因此我很好奇他們這裡的藥物是否也是如此。護理師告訴我，他們這邊多是一個月給一次藥，而且醫生每周都有來，因此都有適時的調整所需藥物。藥物的來源則是藥廠(藥局)，他們會直接將醫師的處方簽給藥廠，而藥廠就回直接寄送每個住民的藥物過來。而他們的藥物和台灣很不一樣，台灣通常是各種藥物，裝成一次的份量，一包一包服用；他們則是採取一片片膠裝式，一種藥放在一片紙板上，可以一顆顆拆下，不同的藥物就在不同紙板上。打開他們的護理車抽屜，就放滿了各個病人一列一列的藥物，看起來也相當清楚明瞭，我認為這對於藥物的計算(投藥)也相當有幫助，可以直接透過計算藥物顆粒數來確定目前的給藥情況。至於這裡的病人來源，如同台灣許多醫院會提供照顧人力的相關資訊外，美國的醫院也會提供病患他們適合的機構，是護理之家、Assistive Living、Independent Living、失智照護等等。而這間機構就提供了多樣化的照顧服務，病人及家屬可以聯絡機構，與機構進行協商和評估後，即可入住進適合的區域。

我很喜歡這間機構整體的用心設計，對於各個區塊詳細的劃分以及執行理念，感覺他們很用心的在照顧不同需求的病人。(我們星期五去參訪的其中一個帶領老師也跟我們分享他工作的經驗，以及他有多喜歡這裡~) 這樣詳細的規劃與照顧絕非一朝一夕而成，希望台灣也能做到這樣精細又體貼完善的照顧服務吧!

### (7) Jenning

在最初簡單的介紹過後，我們來到他們的活動中心，協助 Child and Infant Day-care center 的孩童進行遊戲，而長輩在旁邊觀看或加油打氣。他們的負責人跟我們解釋，孩子是最天真無邪的也是大家都會想親近並喜愛的對象，因此他們透過這樣的活動，讓長輩們能夠聽到孩子的笑聲，感染孩童活潑的氛圍，帶給他們朝氣蓬勃的感受，所以他們每天都有孩童與

長輩一起進行遊戲或是手工藝等等活動。

後來那邊的修女為我們簡介了 Jenning 的由來，由於創建人是一位神父的緣故，所以這裡許多地方都可以看見天主教的畫像或是其他象徵，也有小型的禮拜堂，星期日也會有神父來進行彌撒，大家一起唱誦福音。我覺得這點還滿特別的，之前在雙和的護理之家也有參訪過他們小型的祈禱室(有佛教和基督教)，但是規模並不如這邊，也大多是屬於個人尋求安寧平靜之用，而這裡則是大家都可以參與，一同做彌撒、虔誠祈禱的地方。

緊接著參觀他們的護理之家。我認為他們的護理之家特別之處在於他像是住民真正的小窩一樣。雖然門房內看起來多少還是有點病房的樣子，但都是單人房，除了保障隱私權外，居民更可以自行布置，在房內放滿各式私人的回憶及物品，每間房門外也都設有書櫃，書櫃上方是住民的名字，下方則可以放置與擺設他們自己最具紀念意義的物品。在參訪過程中，經過的每間房間擺設裝飾都不一樣，櫃子裡也大多擺滿特別的小東西，包括自己或是親人的相片、藝術品、中國字、甚至是二戰時期的軍帽都有!各式各樣的櫃子呈現個人不同的風格與獨特的紀念意義，同時也期望能達到一點記憶提醒的效果(因為這裡大多數為失智症及阿茲海默症患者)。在這裡並不那麼像是我們印象中護理之家，反而像是一間又一間的小套房。此外，我們也詢問了他們的護病比與照服員人數規模。他們每層都設有一個護理站與一位護理人員，照服員人數則依各層有所不同，越低樓層長輩的照顧需求越高，住民最少，照服員人數也最少(4位)。月高樓層則自主性較高，住民較多，所以照服員人數也較多(6位)。而在觀看他們的職員表時，我發現他們的組成包括了醫生、護理長、護理師(含 LPN、RN)、照服員長(Senior care partner)、照服員(care partner)、社工師……等。我認為他們的規畫相當詳盡，且醫師是每日值班，物理治療師則是有針對各長輩的行程表，長輩依據日程規劃可以進行復健，即使是 assistive living 的長輩，回家後如果有需求也可以再回來繼續進行復健直到康復為止，真的是非常貼心的幫助。而 Senior care partner 則是護理師與 care partner 之間的橋樑，當有狀況發生時，nursing 會聯絡 Senior care partner，再由 Senior care partner 詳細告知 care partner 這些特殊狀況以及注意事項等。他們也有 Nursing Aids 協助需要無法自行進食者，但是這部分我看得不多，在台灣這是很常見的現象，但是在這裡，我看見即使吃得慢，他們大多都還是自行進食，我覺得訓練自主進食能力才是真正避免更加退化的重要因素，所以我很欣賞他們讓居民自主飲食的方式。

下午我們去 assistive living 區參訪，不同於護理之家，他們在顏色上做了區分，這裡的顏色以木頭地板和紫色牆面組成，給人高雅溫馨的感覺(各層牆面顏色有所不同)，而我們也在一位和藹的奶奶允許下，進入他的房間參觀設備。他們真的像是住在高級小套房，房間由小廚房、客廳、臥室、更衣間、浴室組成。同樣的，住民可以自行布置他們的房間，奶奶告

訴我們她已經在這裡住很久了，也很喜歡他們房間的設計。(房間高級到我都想住了!台北還找不到這麼高級溫馨的小套房耶!)

參觀完溫馨可愛的 assistive living 後，我們來到另一層樓，這裡是他們的成人日照中心，我們去的當下他們正要進行保齡球活動，可以看出這邊的長輩有些精神狀態有些特殊、有些則興致勃勃、也有一些興趣缺缺的樣子。但是活動開始後，在職能治療師的推動與我們的鼓勵之下，有些人會開始慢慢參與活動，並且努力地想打好桌上型保齡球，還會很可愛的要求再來一次，或是驚呼你怎麼做到的!看見有些長輩開始慢慢綻開笑容的時候，真的有點開心。這樣的經驗很像是過去去機構中帶領長輩進行活動一樣，都需要巧思去推動，當看見長輩慢慢變得開心的反應，或是像孩童一樣樂在其中時，真的會很有成就感。(在台灣去過兆如安養中心、大我社區、信義展齡中心、北車 YMCA 等機構，都有過類似帶領活動的經驗，所以對這塊還算熟悉) 而像是這樣簡短的活動，如何在短短半小時內建立關係、炒熱氣氛我覺得是相當困難的，雖然他們的活動帶領人分了兩組進行活動，但是我覺得許多活動的推動上有可以再加強的地方，像是氣氛的掌握、長輩的參與度，活動的樂趣漸進性等，可能都能再做些變化。(不過這部分可能也是因為我還不夠了解他們長輩的特性與平常活動等狀況，所以只看到部分可能是問題的東西)

最後我們被安排與長輩聊天，我很喜歡這樣的事情。雖然有時候我不是一個好的 speaker，但是跟長輩溝通總能讓我感到放鬆，面對他們就像面對自家長輩一樣，總可以從他們身上聽到許多故事或是智慧分享，覺得非常溫馨。而且我面對的奶奶真的很可愛，她告訴我要勇敢追求想做的事情!還一直建議我來美國當醫生，並且一直嘗試餵食我(問我要不要小餅乾，有沒有吃過什麼…)。讓我深深覺得老人家有時如孩童可愛質樸，卻又有著人生的大智慧，真的是非常可愛的一群人。

附註，他們這裡也有專門給居民的 Gift shop, Spa, Salon 等，內部也相當溫馨可愛覺得是很貼心的設計。尤其 Salon 像是真正的高級理髮院，SPA 室更像是走進溫泉會館，裡面也有移位機與沐浴床，方便有需求的住民。

一整天精彩豐富的行程，真的讓我收穫很多，而如何把這些層面更帶入台灣，就是我們需要思考的問題，台灣相關機構的現況是經費問題還是其他因素造成?我們又該如何持續改進呢?

#### (8) Rainbow Baby Hospital

在這裡我們參訪了三個區域，包括了嬰兒加護病房、兒童診療區、休閒活動區。在嬰兒加護病房中，病房圍繞著中心的護理站，且每個病房外都配有護理人員，病房旁透明的窗子可以讓護理人員得以觀看病房內嬰兒情況並用電腦偵測及記錄，同時維護家屬的隱私避免打擾。此外他們更有另外配置一間嬰兒手術房，這個鄰近加護病房的手術房設計相當貼心，護

理師告訴我們病房內的溫度和一般手術室不同，一般手術室對嬰兒來說會太過寒冷，因此他們在手術時會做溫度與濕度的調控，而小小的手術台更可以配合手術的操作，做垂直的調降和水平的移動，更有束帶可以固定嬰兒以維護安全。兒童診療區的設計則富有童趣與巧思，一進去的右手邊牆上就是大大的電子螢光板，呈現海底的動畫，更可以呈現小朋友在另一區的遊戲屏幕上所畫的東西。診療等待間內有電視、玩具及書籍，讓孩童可以安心等待並轉移注意力。而且這邊的護理站也很特別，不像一般的護理站，而像是吃飯會客的小桌，讓兒童、家屬及護理師都可以坐在那裏對談。活動區則又另外區分成遊戲間、藝術治療室及空中花園，且沒有醫生的允許病童不可以自行上來，但是只要經過許可後，病童及家屬都可以來到這些區塊休息放鬆或玩樂。我們到達時遊戲間也正在進行消毒，工作人員會仔細的把每個玩具、座椅、甚至每片拼圖都消毒過，直到全部消毒完畢才會允許下一個小朋友進入；藝術治療室內除了一般的手作或繪畫，更有園藝治療的部分，治療師歡迎病童及家屬都可以過來進行藝術創作；戶外的空中花園則設計的相當可愛有趣，走進去彷彿到了童話王國，可以讓孩童在其中自由探險。整個醫院的設計都相當的繽紛活潑，我想這確實大大的降低了孩童看病的焦慮或哀傷，為孩子創造一個不一樣的空間。

### (9)Hololens

Hololens 隸屬於工程學院底下，研發的產品是一個由凱斯與微軟公司合作開發的科技眼鏡。戴上這個眼鏡後，我們就能看見立體的虛擬影像，我們看見了建築物、銀河星系、人體構造、分子結構等等，而且最特別的是，不管從哪個角度都可以看見，也可以看見這些影像在不同角度的位置，我們可以走進建築物內仰望天空、可以沿著銀河系旋轉、可以繞一圈看看人體的解剖構造、可以看看大腦在不同位置的切面、可以看見分子立體的結構.....。而這個計畫他們期望可以運用在未來的醫學教學方面，我認為這是非常棒的計畫與教學模式，透過立體的成像，能讓人更加了解其結構，並透過不同角度來觀察與學習，儘管目前是剛開發出來，費用也相當昂貴，但我想這是未來不可避免也一定會實現的趨勢，期盼能盡快運用到現實生活中，我想這將會是一大助益。

### 三. 國外實習之生活體驗

在美國這段期間，生活的改變是主要需要適應的問題。在克里夫蘭的天氣很溫和，常常是非常涼爽又充滿陽光的，這樣的天氣總讓我捨不得回台灣。平日與同學共同住在房子內，也有許多有趣的生活體驗。我們幾乎兩三天就會去一趟超市購物，再回家烹煮晚餐。我也從中發覺自己過去在廚房被媽媽訓練的經驗和技能都可以運用上，同時教其他不會烹飪的同學如何煮菜洗菜切菜，又有哪些小技巧等。一起生活的樂趣，就在於大家要學著彼此磨合，顧慮每個人的需求或是喜好及飲食禁忌等。在美國的超市購物時，也覺得相當有趣，各式各樣新奇或誘人的食物，常

常讓我們超出心中預算，忍不住去「嚐鮮」。而美國各式各樣的購物商城，更是讓我們這群女孩子們沉迷其中，為自己或家人採購。

除了一般的購物之外，這次我也與朋友及亞洲大學一同參訪見習的同學們，去了當地很多有趣的地方。自然歷史博物館類似於台灣的科教館，有一個 NASA 的發展歷程展區，更有許多有趣的設施，透過這些設施可以學習許多物理理論，聲音的傳導與利用，磁浮列車的模擬，雙面玻璃的原理，龍捲風的生成.....，各式各樣生活中的大小事，都透過這些設施一一呈現，人們無論男女老少，都在裡頭玩的不亦樂乎，在玩樂中學習真的是很棒的事情！醫學歷史博物館則主要展示了過去使用的醫療器具，以及生育政策之下的相關發展。在小港邊的大船和 Cleveland 標誌，我們拍了無數的照片紀錄下青春的點滴。動物園也是有趣的體驗，像是童心未泯般，我們看了各式各樣的動物，儘管規模並不如木柵動物園，門票也貴上許多，但是可以看到許多美國原生態的動物也是非常值得的事情。尼加拉瓜瀑布更是我畢生難忘的美景，走在瀑布旁看著大自然的磅礴壯闊，以及搭上船親身進入其中的震撼，都是讓我驚奇連連，捨不得閉上雙眼，在大自然的力量面前，我們真的無比渺小，唯一能做的真的只剩下讚嘆了吧！感謝上天賜予我們這樣的奇蹟。

而每天去學校的路途，也是有趣的經驗，上上下下的爬坡以及棧道，還有修復的公路，讓我們上下課的旅程都可以鍛鍊腿力。走上半小時才能成功達到目的地，更別提雨天所遇到的泥濘。這時才發現，台灣地小，北醫也是個小校園，卻是麻雀雖小，五臟俱全。輕鬆就可以上課的我們，來到美國這個地大物博的地方，真的覺得台灣的安全與方便非常幸福。但是這樣不同的體驗，現在回想起來也是非常特別的樂趣與經驗。

對我來說，在美國的生活的大小事情，都是很特別又豐富的學習，學習生活自理與人磨合，也學習適應當地文化和飲食風俗，美國給了我一個遼闊的地圖，讓我可以盡情在其中探索。

#### 四. 國外實習之具體效益

如果說，當初參與實習是為了要了解自己的定位，那麼這次實習的最大的具體效益，就是達到了我最初的學習目的。透過各式機構的參訪與各式課程的學習，讓我得以比較美國的醫院、各機構單位與台灣的不同。在這些參訪與學習過程中，我了解了美國在高齡醫學方面的運作模式，也思考了在美國工作的可能性，若是回台工作又應如何把所學運用在台灣。

經過比較之後，我想如果要在美國工作，提升自己的能力是唯一法則。當人才濟濟的時候，如何鶴立雞群讓自己成為不可取代的必須，就是我必須努力學習與訓練的目標，在這之前我還有很長的一段路要走。或許在台灣先培養實力，累積工作經驗是比較好的方式。

此外，實習的過程中參與居家護理實務，讓我發現自己對這方面的興趣。儘管過去參與偏鄉醫療服務有過家訪經驗，再加上系上的專業服務

訪視活動，對於這區塊都有基本的認知與實作經驗，但是當時的自己都沒有特別的興趣參與。直到這次跟著居家護理師一同訪視、評估、給與護理指導，一家又一家的給與協助，讓我發現，個案訪視及延伸的管理和照顧，真的不簡單。從來都不只是表面上的關懷和照顧而已，如何更詳細的評估、紀錄、規劃、執行、追蹤.....，並獲得病人與家屬的同意與配合，這些都需要靠居家護理師和個案管理師來協助，並媒合相關單位或醫療人員。個案管理師這個中心角色真的是不可或缺的一環。且依據我在台灣的實習和相關經驗，許多病人、家屬及照顧者面對入院前該尋求哪一科門診及出院後的照護往往不知所措，更不知道如何去聯絡相關單位尋求協助。而在臺北榮總高齡醫學中心的學姐擔任個案管理師的學姐也告訴我，他們所做的個案管理包括了出院後的社區個案管理及院內的個案管理與研究分析，在工作過程中也發現許多資源整合問題與中心媒介需求。這些實習的經驗學習和學長姐的經驗分享，都讓我從對未來的茫然一片，慢慢的堅定了自己的決心和步伐，隱約的找出自己想走的方向。或許還是會有許多跌跌撞撞和不知所措，但是至少慢慢的有了目標和想為這塊土地上的長輩做的事情。所以最大的效益，就是幫助我找到自己的定位吧！期許自己可以成為一名很棒的個案管理師，不一定是最好的，卻一定是最重視個案及照顧者需求、陪伴他們走過一切的「朋友」。

##### 五. 感想與建議

這次在 Case Western Reserve University 的見習讓我在各方面都有了滿滿的收穫與學習。在課程方面，儘管內容與台灣所學相似，許多老年醫學的基礎理念在我過去的學習中就已經相當熟悉，但是英文版的內容再加上教授的授課方式不同，還是讓我有收穫。透過這些課程，讓我更加了解美國目前高齡社會的現況及窘境，包括高齡者的人口和疾病比例、各單位機構之間的異同、照顧者的負擔、醫療及照顧經費支出、個案訪談技巧、資訊收集技巧及分析處理……等等，這些都不失為一種新的學習與視野的開拓。不過或許因為我是高齡系學生的關係，對於這些內容也較為熟悉，因此會期望可以教的更深入，能獲得更詳細的資訊，或是能多增加護理方面的課程。

在各機構的參訪則讓我得以比較台美兩國在軟硬體設備與制度上的差異，硬體上美國的確優於台灣，地大物博的他們可以擁有更多的空間與明亮的多重採光設計，同時高科技的發展與大量的人才，讓他們也配有許多先進的儀器和設備。軟體層面，兩者都嚴重面臨了相關勞力缺失、照顧者負擔沉重、經濟壓力等等問題。人力制度層面，職位相差不多，主要差異在於課程培訓時間；照顧者負擔部分，較特別之處在於長者最終的歸處，台灣大多數的人們因無力照顧，多選擇送往安養機構並聘請外勞照顧。而美國人則是選擇自己照顧，或是由親友鄰居協助。

透過上述這些課程和參訪，都讓我更加了解美國的醫療與長照現況，

學習對方的優點之外，也同時得以探索自己的發展與定位，真的是一大收穫。

#### 六. 活動照片



上學第一天



參觀 Judson Retirement Home Communities



參觀 Jenning



參觀 Cleveland Clinic



結業典禮與師長同學合照

