

參加日台看護及福祉人員赴日培訓計畫 ~日本介護學習之旅~

陳秀滿 伯德尼老人養護機構中心副組長

我在日本佐久的介護學習之旅

我是陳秀滿，誤打誤撞進入長照領域的一隻小羔羊，從事第一線照服人員 4 年非常榮幸和感恩能夠獲選日本交流協會所提供的台灣介護事業人才日本培訓計畫。

起程飛往日本佐久的介護學習之旅

「介護」一句簡單的形容詞，但卻包含了非常多深奧專精的身體、心理、感官、思想及行為的專業，介護事你我未來的生活模式

「介護」生活中的所有行為

介護等於介助、協助不便之身體、清潔食事等生活中大小事，其中我最想深刻了解及學習的是關於身體及生活行為的約束狀況。

在日本佐久進入了特養機構 MITSUI 實際實習及和長輩相處互動下，沒有身體的約束，身心是自在及放鬆的，長輩能好好認真清楚的感受四季變化，心情是愉悅自在的。

在 MITSUI 機構裡，小林美惠老師及森泉衣子老師為我們安排了約束的經驗交流。小林美惠老師及森泉衣子老師清楚明白的告訴我們。機構是提供生活照顧的地方，不能給予身體上的障礙，而因為約束會讓長輩身體機能更差，精神狀態不佳，心靈不安再者讓介護職員沒有工作中的成就感，而家屬更感受到對自己家人的愧疚及惶恐，於是小林美惠老師及森泉衣子老師做了一個重大的決定，她們親手剪掉了所有約束的綁帶，兩位老師說，剪掉的那一刻，她們非常的猶豫，但為了長輩她們毅然決然的剪斷一切約束的根源。



哈，小林美惠老師及森泉衣子老師說，剛一開始的一個禮拜，天阿，長輩大解放，哈哈，但慢慢的長輩習慣了生活的步調。在機構裡有安心感，有自在感，情緒自然就穩定，自然所有的一切回歸生活化，介護職員也有了工作的動力。所以約束是影響身體的痛苦，失智的增加，家屬的痛苦。



台灣機構約束的愛與礙

結束了為期兩個月的介護學習之旅，結束了介護學員，重返工作崗位，我茫然了。

回到機構裡看到了與日本機構截然不同的機構型態，曾經是我熟悉的一切，但現在我無助了，我茫然了，約束在機構裡是多麼輕而易舉的事啊！。輕則行動限制，重則身體約束。其中一位長輩，讓我深感不捨，平日的活動裡，被輪椅束腹帶約束，晚上睡眠時間裡被五花大綁，只為了不讓他拉扯鼻胃管以及預防他跌倒。

我開始思考如何協助，介護這位長輩的困境呢？。我先詢問護理人員，移除鼻胃管的可能性，哈～事情哪有那麼順利阿，這就不是人生了，哈～哈～哈。護理人員告知我，移除可以啊，嗆咳誰負責，進食噎到誰處理，家屬方願意嗎？畢竟反覆插入鼻管也會有感染的疑慮。護理行不通，就先從解約束來，但是就說了，生活哪有那麼順利啊，開始同事討厭我，明明可以很簡單的照顧，為何要解約束找自己工作的麻煩。



哇，護理單位不認同，介護同事不接受，所以我自討無趣。帶著惶恐不安及無奈的狀態下，我也快失去了改變的動力了。於是我直接詢問護理長，我想做的事，感謝護理長大力的鼓勵我執行，與我討論長輩的狀況，訂定服務流程，與家屬溝通移除鼻胃管和解約束的可能情況。開始了長輩的春天降臨了啊～～。

開始是混亂的，長輩非常躁動，介護人員工作狀態焦慮，護理人員緊張不安，我一直鼓勵大家，像小林美惠老師及森泉衣子老師給的方式一樣，了解長輩的過往生活，訓練長輩在機構生活狀態，回歸家的感覺，慢慢的長輩情緒穩定了，所有狀況都漸入佳境。長

輩思緒清楚了，還說謝謝我們大家的那一刻，我的心被愛及溫暖填滿了。約束是限制他人行為及能力最不好的照顧方式，了解長輩內心想什麼，以他的立場為出發點。

感謝

感謝日本交流協會，亞智威信公司為此次的介護學習安排的盡善盡美。

感謝佐久大學理事長、校長以及所有教授為我們規劃了解台、日長照的發展和了解介護的重要使命及未來。

感謝特養機構 MITSUI 的所有長輩及介護人員，謝謝您們用寶貴的經驗分享，讓我們了解介護的重要。

