



## 從健康照護出發 守護苗栗原鄉福泰安康



苗栗泰安鄉為該縣面積最大、人口密度最低的鄉鎮，也是苗栗唯一的山地原鄉，鄉境內超過兩千公尺以上的高山遍布，峻嶺深谷，山路交通不便；當地原民以泰雅族為主，由於飲食生活習慣等因素，居民罹患三高及B、C肝炎等疾病比例偏高，且面臨就醫不便與老病者缺乏照顧人力的難題，幸好這裡有一群守護者，長年守護在地民眾的身心健康。

大千綜合醫院承接健保署IDS計畫：提供泰安鄉士林、梅園及象鼻等南三村村民24小時全年無休的醫療服務逾20年，包括：急診、專科巡駐診、預防保健、兒童早療、居家醫療、慢性病個案管理、免費交通車接送等服務，以及皮膚科、耳鼻喉科、肝膽腸胃科等遠距醫療。大千醫院徐千剛院長表示，原鄉青壯人口外移嚴重，醫療資源缺乏，提升在地醫療照護對當地居民很重要，我們還有很長的路要走，還有很多事要做。



南山慈善基金會今年為象鼻文健站長者導入數位人道協會的遠距健康促進課程與健康管理服務，透過健康調查發現，逾七成長輩有行走乏力、五成以上長者有視聽力及營養攝取等問題，現正依此健康需求，定期安排肌力有氧與運動、



關節與骨質疏鬆、眼耳口保健、飲食營養等健康促進課程。象鼻文健站照服員吳小姐指出，站裡17位長輩中有4位曾中風，有運動專家帶動的遠距肌力課程幫助長輩持續復健，還有很多有趣的課程激勵他們到文健站，只要願意走出來活動，都有助維持他們的身心健康。



此外，為協助提升原鄉健康照護品質，南山慈善基金會結合健康守護圈夥伴，提供全家寶生理量測設備耗材及補充象鼻醫療站設備，支持大千IDS醫療團隊執行居家照護、巡迴醫療與健康管理等醫療服務，並進一步攜手大



千醫院擴大舉辦健檢及健康促進活動；9月27日「南山原鄉關懷列車」跨越溪谷大壩，來到第七站泰安鄉的象鼻部落，邀請南三村文健站長輩參加口腔、子宮抹片癌症篩檢、血糖及B、C肝抽血健檢、長者身心功能評估(ICOPE)，及運動333、健康餐盤、防詐防災互動闖關遊戲。

在現場為民眾進行篩檢的大千家醫科主任林家仔醫師提及，部落裡抽煙、嚼檳榔人口多，是口腔癌高危險族群，但民眾較無警覺口篩意願較低，藉由趣味遊戲及獎品吸引，提高出門健檢動機，當天即有13位民眾做口腔癌篩，且從中發現1位民眾為疑似陽性反應者，大千醫院後續將安排下山就醫詳查。



負責運動333關卡的苗盛通訊處劉慧嫻襄理對每位闖關民眾使出渾身解數，先宣導、後做暖身操、再投環套圈圈，她說，一起扭腰擺臀就可以把長輩逗得開懷大笑，「我們先High，他們就跟著High，可以和他們同樂的感覺很棒。」在營養餐盤擔任關主的林淑芬襄理提到，老人家問平常吃很多蔬菜水果，還需要補充吃甚麼？我提醒他們要留意肌少症的發生，可以喝牛奶多攝取豆魚蛋和瘦肉，補充優質蛋白質及保持運動習慣。



擔任防詐騙關主的謝敏珠襄理感嘆詐騙真是無孔不入，參加闖關的老人家都接過各種奇怪的詐騙電話，有位阿公說曾接到孩子被抓哭喊求救的電話，乍聽之下真的很像他孩子，於是用泰雅族語跟對方問答，結果對方根本聽不懂，立刻警覺是詐騙，

就掛掉電話不理；她認為現今詐騙猖獗、花招防不勝防，需要持續宣導，讓更多民眾提高警覺防範。

原鄉關懷列車來到苗栗泰安，願在此生活的人們身心福泰安康；我們記住了此日的美好記憶，成為祝福與動力，即便未來關懷原鄉的路再遠再難，我們都會努力往前。

