



社區欸健康 咱逗陣營造

撰文◎社區醫學部管理師 鄭恩竹

新冠肺炎疫情延燒至今已三年之久，也因為如此，多數人的健康意識抬頭，建立社區健康營造的氛圍已是刻不容緩。

臺灣為高齡化社會，因此預防跌倒、失能與失智等是非常重要的議題，關懷長者、服務社會與推廣健康促進一直都是恩主公醫院長期耕耘的目標，並以公益性質為出發點，盼能提供社區各種類型的健康服務。

社區健康營造的重要性

多年來，恩主公醫院社區醫學部辦理社區健康促進活動，累積了不少的經驗與心得，服務區域包含新北市的三峽、鶯歌、樹林，甚至到桃園市的八德與大溪，不分老少，都是我們服務的對象。因應高齡化的社區人口，許多鄰里或是自發性團體紛紛成立社區關懷據點或銀髮俱樂部，以凝聚長者活動力為首要目標，先讓長者有走出戶外參與活動的意願與動機，再進一步提供所需的健康活動；像是每週一次的「健康樂齡小學堂」活動，設計多元化的課程與邀請不同職類的講師，即便是類似的主题，但各職類的講師就能以不同的觀點與民眾分享健康知識。也因為現代健康意識抬頭，許多樂於參與社區活動的大哥、大姐都秉持不恥下問、活到老學到老的精神，把握每一次上課或活動的時間學習，並將資訊分享給更多人。

恩主公醫院除了跑遍大街小巷，積極辦理社區活動以外，也成立「恩主公健康學苑」社區活動據點，同樣提供多元化的健康識能活動，服務社區民眾，不論男女老少，皆可到恩主公健康學苑同樂。原本只是鄰里或社區自發

性團體成立的據點，經過長時間的經營，從一開始只有五人參與，在樓上招樓下、厝邊招隔壁、阿母招阿爸的過程中，竟擴大為有二十人固定參與活動，這都是社區健康營造一步、一步的成果，大家會發現人與人之間更親密，社區互助力量愈來愈強大，社區愈來愈健康。

社區防疫人人有責

2022年5月因新型新冠肺炎病毒肆虐，疫情再次達到高峰期，位於恩主公醫院門診大樓旁的社區篩檢站篩檢量迅速暴增，在炎炎赤日下，工作人員包括護理師、醫師與行政人員等都需要全副武裝，穿著密不通風的防護衣、髮帽，以及佩戴講話有困難的N95口罩與面罩等防護裝備，將防護工作做好。

社區篩檢站曾單日最高紀錄服務篩檢一千人次以上的民眾，在這高風險的環境中，由衷感謝與欽佩辛勤的工作人員。在新型冠狀病毒全球大流行的世代中，接種COVID-19疫苗與遵守防疫規範是預防新冠肺炎最有效的方式，從西元2021年到2022年COVID-19疫苗接種的任務從未間斷，我們開設社區疫苗站，提供大量疫苗給有接種需求的民眾，也頻繁進入校園協助學童接種。同時也因應疫苗品牌的多樣性，在每次的接種任務前，工作人員一定要確實做好行前的說明，以確保接種流程順暢與疫苗接種正確，經過層層的把關，讓民眾安心的接種COVID-19疫苗。



恩主公醫院社區篩檢站



校園 COVID-19 疫苗接種



接種疫苗前的說明



社區疫苗站

恩主公醫院持續以「預防勝於治療」為出發點，並以公益性質為社區提供健康識能活動或專業醫療等資源，期望能更加提升社區的健康促進氛圍，讓我們攜手共同營造更棒的健康社區吧！

社區健康相關活動需求，請洽恩主公醫院社區醫學部鄭管理師，電話：(02) 2672-3456 轉 8705。

