

四顧茫茫出院路 中醫家醫伴您行

受訪◎中醫家庭暨社區醫學科主任 林姿婷
採訪撰文◎公共事務組 李陳旭



在門診看了這麼多年，有一個場景反覆出現——家屬站在病房門口，長輩剛辦完出院手續，一臉茫然地問：「醫師，回家之後怎麼辦？」

這個問題，不只是骨折術後的家屬在問，中風後的、反覆感染的、長期臥床的，很多人在急性治療結束後，醫療就像突然「斷線」了。家屬接手，卻不知道下一步怎麼辦。

這，是我們成立「中醫家庭暨社區醫學科」的起點之一。

出院 不是照護的終點

臺灣已進入超高齡社會，每五個人就有一位是65歲以上的長者。骨折、中風、多重慢性病共病，這些在高齡族群中非常普遍，治療結束並不代表照護結束，往往需要長達數月、甚至數年的持續追蹤與調理。



從中醫的角度來看，急性期結束後正是介入調理的關鍵時機：中風後的半身不遂與功能重建、高齡衰弱導致的反覆感染與體力流失、骨折術後的氣血耗損與筋骨修復，都是中醫能夠發揮的場域。

然而，問題往往不在療法，而在距離，這些最需要照護的病人，往往出不了門。

走進家裡的中醫師

今年7月，恩主公醫院正式成立「中醫家庭暨社區醫學科」。我們讓中醫師帶著器材，走進病人的家或長照機構，把針灸、傷科手法、中藥調理這些治療，送到病人最需要的地方。

我時常覺得：在診間，我看的是症狀；到了家裡，我看到了患者完整的生活面貌。

走進患者家中，能看見診間看不到的細節，例如走道夠不夠讓輪椅通行、床的高度是否讓患者能安全起身、家屬的體力和心理承受多大的壓力、三餐的飲食內容適不適合調養的體質等。這些，會直接影響我如何制定照護計畫。

北部第一間 叮囑和使命

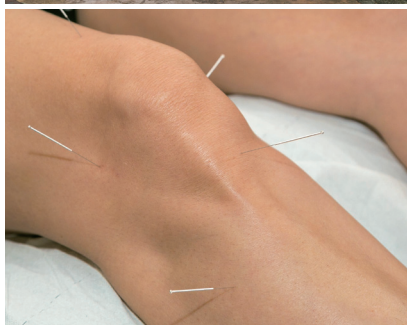
科別成立之前，張晉賢副院長跟我說過的一段話，我一直記得。

私下認識張副院長的人都知道，他是個閒不下來的人，一路組樂團、成立劇團、跑偏鄉演出，把病房以外的世界也當成照顧的場域。有人開玩笑說，他是「賢醫」，也是「閒醫」。但我覺得，那些看似題外的事，其實都在說同一件事。

他說，醫師的責任不只在診間，照顧患者的家人，也是醫師的責任。因為，「醫療科技有限，愛與關懷無限。」

科別籌備期間，他特別叮囑：「這是北部第一間成立中醫家庭暨社區醫學科的醫院。」要我好好做。

這句話，我在那些巷弄老宅裡，一直能體會到，走進家裡的不只是一個醫師，而是一分願意陪著走下去的心意。這也許才是中醫家庭暨社區醫學科，真正想帶給這片土地的東西。



中風復原路 需要有人陪著走

中風是居家醫療需求最高的疾病之一。急性期的搶救在醫院完成，但出院後，才是真正漫長的功能重建之路。

中醫在中風後的居家照護，著力於幾個層面：針灸改善半身不遂、口眼歪斜、吞嚥困難，協助肢體功能逐步恢復；中藥依照「氣虛



血瘀」或「痰溼阻絡」等不同體質辨證調理；衛教協助家屬掌握日常照護重點，避免常見誤區，例如過早讓患者負重、忽視情緒照護等。

許多家屬告訴我，最難熬的不是照護本身，而是「不知道這樣做對不對」的無力感。中醫家醫科希望成為這段復原路上的陪伴者，不只治病，也扶持家屬。有任何異常狀況，也能即時協調各科資源，讓家屬真正放心。

高齡衰弱 中醫介入改善惡性循環

許多高齡長者在反覆住院後，體力逐漸流失，甚至從原本能緩步行走，變成完全無法自行移動。這類高齡衰弱的個案，往往同時面對肺部感染、泌尿道感染反覆發作等問題，每次入院都是對體力的一次消耗。

中醫居家醫療介入這類個案的核心，在於「守護正氣」，透過補益脾腎、固元益氣，提

升身體對感染的抵抗力；針灸協助改善循環、維持肌肉張力；飲食衛教則依體質調整營養攝取，避免進一步耗損。

臨床上，家屬最常反映的改變是：「感染的次數變少了，體力也慢慢回來了。」這正是中醫居家醫療最有價值的地方——不是等到下次入院才處理，而是在居家環境裡，持續守護這道防線。

中西醫如何分工合作

許多人會問：骨科和神經內科都有在追蹤了，還需要中醫嗎？答案是：定位不同，不是替代，而是補充。

西醫的強項在急性處置、手術與藥物治療；中醫的強項在於體質調理、功能恢復與生活品質維持。兩者並行，患者才能得到更完整的照護。

中醫家庭暨社區醫學科成立的核心精神，正是打破「非此即彼」的邏輯，透過跨專業合作，讓患者的照護不因「離開醫院」而中斷。

例如，骨折術後或骨質疏鬆患者，中醫居家醫療同樣能提供術後止痛、氣血調理與筋骨調養的輔助服務，與骨科復健並行，加速功能恢復、降低再骨折風險。

誰適合申請中醫居家醫療

中醫居家醫療適合因失能、疾病或障礙導致外出就醫困難，且居住於家中（非照護機

構)的民眾。符合以下條件之一的人，可申請評估：

- 失能長者或患者：巴氏量表評估分數未達60分，行動明顯不便者。
- 特殊疾病患者：因疾病特性導致外出就醫極為困難，如重度失智症、罕見疾病等。
- 需要持續照護的慢性病患：出院後仍需居家護理或長期照顧者。

服務內容包含中醫師到府診療、針灸、傷科指導及開立科學中藥，讓患者在家也能持續接受中醫調理。

需要提醒的是，中醫居家醫療並非單獨介入，通常需搭配居家照護團隊共同照護，包

括用藥整合與護理評估等，中醫師是團隊的一員。至於入住護理之家或長照機構的住民，則需透過機構與本院合作的管道安排巡診，有意願的機構歡迎與我們洽談。

有需要的民眾，可先至中醫內科門診諮詢，由醫師評估後安排適合的服務模式。

給在照顧路上的您

照顧一位出院的長輩，從來不是一件容易的事。有時候疲憊，有時候茫然，有時候您不確定自己做得夠不夠。如果您正走在這段路上，不妨來找我們談談。

中醫，可以走得比您想像的更遠。

