

老齡化社會下香港高等護理教育及專科護理的發展

李子芬

在本世紀，香港市民對醫療服務的需求不斷增加，而導致需求日增的最重要因素是人口老化及慢性病患率增加。老齡化問題已成為世界各國的威脅，在這個大環境下，護理教育甚至整個社會應有充足裝備來迎接此挑戰。香港中文大學那打素護理學院在設計護理本科及研究學院課程中加入大量有關老人疾病、老年護理的元素，讓學生更早學習照顧老年人，目標是為培養更多高質素護理人員處理老齡化及慢性疾病的問題。另外，香港中文大學那打素護理學院就老齡化社會問題展開了一項由香港賽馬會慈善基金贊助，名為「流金頌」的計劃，讓全港市民加強知識以及技能來面對老齡化挑戰。

1. 老齡化問題

現時香港總人口約700萬人，65歲或以上的人口約佔全港人口13%。面對快速增長的老年人口，對醫療服務需求帶來龐大的負擔。除使用量增加外，長者的慢性疾病處理亦較為複雜，令醫院系統承受更大的負荷。儘管他們佔整體人口只有13%，但他們佔入院人數的70%，療養院中更有老過九成的老年人。另外老年人在急性及偶發性疾病中亦是易感染的一群，而他們對某些疾病的病徵亦不同，使處理老人家的疾病時亦與一般護理不同；例如急性肺炎，一般患者的臨床表徵為咳嗽、發燒；但老人家未必出現以上症狀但表現得神志不清、食慾不振等，在護理評估上明顯有區別。不斷增加的服務需求使護理教育改革刻不容緩。

據美國2009年調查表示，因心血管疾病而死亡的患者有超過83%為老年人，而因腫瘤死亡亦有七成為老年人。另外大部份人會認為年青人因意外受傷而死亡的機會較大，但此研究發現老年人受傷而死亡的機會比年青人高出兩倍；因應這些挑戰，我們透過護理教育的改革可以更有效應付因人口老化而不斷增加的服務需求，期望能達致更優質、更安全的服務。目標是培育高績效的護理團隊。

2. 護理課程改革

護理教育改革可分為三大個部份，首先從本科教育出發，令每一位本科畢業的護士都有足夠能力照顧老年人；其次是延伸至在職護士的再培訓，使護理人員能夠有專業的知識指導本科生；最後通過研究院的教育使專科護士、護理教師及教授有足夠能力教導老年護理專科實務及教育，並增強他們在循證醫學(evidence-based medicine)的概念。老年科將貫穿上述三方面，在基礎和專科護理中成為課程設計的重要一環，以及推廣至臨床實習中老人護理的培訓。而在此過程中不斷加強跨專科醫護小組的合作更有效地推動護理課程改革。

2.1 護理本科教育

把老年病學融入本科教育的每一個課程中，使理論及實習銜接。透過護理的基礎課程使學生開始接觸老年病學。在成人護理課程中，可把課題內容重心放在老年人的護理。而在選用教材的時候盡量選擇涵蓋老年護理的題材。除護理知識外，對老年人的關懷亦非常重要，可以透過電影讓學生明白如何讓老人家的心靈比較安穩。另外透過社區護理及高級的護理課程，讓學生在領導才能、管理才能和臨床專長中盡量多從老年人角度出發，讓學生們評估及計劃老年人護理。而在研究課程中，特強調法律和道德上的問題，使他們知道不可以因為老人家看不見聽不到，又或者不明白不理解而不重視知情同意的重要性。

而在護理技術學習上，亦可以加入老年學的元素，透過案例學習令學生明白將來面對老年人的護理情況；例如可改用老人家模型教學，請學生更容易面對臨床實況。讓他們更早掌握護理老年人的技術，如量脈搏、插喉管等。而在實踐方面，可讓老人家成為學生的導師，讓每一位學生入學時跟隨一位老人家的護理直至同學們畢業。讓學生有機會增強與老人家溝通技巧以及多方面實踐老年人護理。並可與不同醫療隊伍及社工合作長期護理老年人。從多方面、多元化的教學方式讓學生全面關注老年人的身體和精神上的需要。

2.2 護理碩士及博士教育

老年學的研究生課程主要分為理論和實踐兩個部份。而理論課程包括三個核心課程，實踐課程則為臨床實習培訓，老人的護理浸透入三個核心課程中，令所有碩士課程的畢業生更能掌握老年護理以及健康宣傳的技巧，讓學生們更有能力作老人評估和復康。除理論外，研究院課程同時加設臨床實習，除了在醫院實習外亦擴展至護理院及社區實習。更重要是讓同學們有機會與老人科專科護士共同合作，令專科護士成為同學的導師，指導同學們照顧老人家。同學們亦被安排到美國及加拿大跟隨老人科高級專科護士學習，令同學們能從中學習實用技巧。

2.3 當中所遇到困難

在實行以上的改革中，其實亦遇到很多困難。由於現行的護理課程已經非常緊張，若加入新的元素對課程安排上有一定的壓力。另外由於亦有學生及教授對老人科缺乏興趣，以致相關的專業人士出現短缺。

2.4 成功改革

在改革前，應對護理課程作出多角度評估；對學院自身評估、畢業生對母校的回饋和社區的需要進行評估、搜集數據。以及衡量是否有足夠的資源配合課程的改革，例如師資的質素、設備和圖書館的配合。同時應得到全體教職人員的同意通過並配合，以及選出代表性的老師和專家領導課程的改革。並與社區和各相關聯的團體合作，提供更多的實習場地讓學生們實踐護理技能。為了讓全香港市民對老齡化有充足準備，香港中文大學亦進行了

一個很成功的項目，就是讓整個社會關注老齡化的「流金頌」培訓計劃。

3. 流金頌

3.1 背景

流金頌培訓計劃是一項由香港賽馬會慈善基金贊助之全港性的五年計劃，由一群跨學科的專業人士組成。目的使全港市民更關注社會老齡化現象，並希望此活動可惠及醫療服務供應不足的社區。此項的對象分別為：1.一般公眾 2.非正式的照顧者 3.專業社工及醫護人員。此項目可讓市民建立更有效融和的社會照顧老年人，宣傳健康教育及慢性疾病的管理。這樣不單依賴醫療人員的護理，亦可讓社會各階層的人士都有充足準備面對老齡化的威脅。

3.2 設計

在大眾宣傳上，使用電台廣播、嘉年華、宣傳單張及工作站等讓大眾市民更關注老年人身心健康的需要。而對非正式照顧者，流金頌會派專員到香港18區的工作坊讓有老年人的家庭及老人院的非正式照顧者增加老年護理的知識和技巧。最後對一些專業人士例如醫護人員、社工等；透過網上教學形式‘Moodle’作為平台以及定期舉行座談會和面對面指導課程，讓有興趣專業人員參與，網上教學亦提供聊天室、答疑和考試，讓學員們更鞏固知識。流金頌總共有5個核心課程，若完成3個課程可成為流金頌導師，而完成5個課程可成為流金頌大使。祈望藉此推廣有關老年護理的知識與大眾分享。