**研習主題**：心肺養生保健與長期照護應用

**目標：**1.了解心肺功能與老化知識

2.了解呼吸照護於長照之應用

3.從健康促進之觀點，以中醫、運動、及營養養生等各方面提升心肺功能

相關保健知識

4.運用各種輔助療法，如園藝、藝術、及動物等輔助療法於長期照護產業。

**指導單位：**教育部

**主辦單位：**長庚科技大學呼吸照護系

**開課時間**：107/3/8-107/4/27(每周四、五)

**研習地點**：長庚科技大學嘉義分部 B1 60 人會議室

**研習參與總人數**：30人(校外15人/校內15人)

適合參與課程之教師任教領域：護理、呼吸治療、長期照護、營養保健等生物醫學相關領域

**研習課程規劃**：

長期照護係指不分年齡、身分別、殘障別之身心失能或失智，且有長照需求者，提供其所需的社區式、居家式及機構式等的照護服務；長期照顧服務之範圍相當廣，需要來自醫學、護理、社工、呼吸治療師、職能治療、物理治療等專業人力的投入，有別於醫療式照顧。而長照2.0則為推動「在地老化，活躍老化」。而以85歲老年人需要居家照護和護理之家更多的日常活動幫助，台灣每年全民健保支付呼吸道疾病花費超過900億，其中有許多呼吸照護個案分散於居家、社區或長期照護機構中。

課程涵括介紹長照呼吸照護的需求評估，長照呼吸治療服務的介入與處理，居家呼吸醫療輔具購買、租借等。並以案例與實務說明的方式，介紹居家、社區、及機構中如何進行實務工作，在活躍老化的部分包含中醫學與心肺養生保健、銀髮族心肺保健與營養、運動醫學與心肺養生保健、另類療法與心肺養生長期照護應用等類型。

**主辦學校聯絡資訊**：05-3628800 轉 2232 呼吸照護系 李育娟小姐

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **週數** | **主題** | **具體內容規劃** |
| **第1週**  **3/8-3/9** | 呼吸照護與長期照護應用 | 銀髮族心肺功能評估與介入(2hr)  長照呼吸治療服務的介入與處理(3hr)  居家呼吸醫療輔具購買、租借(3hr)  呼吸照護與心肺養生保健 (4hr)  居家、社區、及機構案例與實務討論(4hr) |
| **第2週**  **3/15-3/16** | 肺部復健與心肺養生保健 | 肺部復健概論與發展與時機(4hr)  肺部復健運動及處方箋 (4hr)  肺部復健運動及臨床運用 (4hr)  肺部復健個案成效評估與未來方向探討(4 hr) |
| **第3週**  **3/22-3/23** | 銀髮族心肺保健與營養 | 銀髮族心肺保健與營養(2hr)  銀髮族食品養生與保健(4hr)  銀髮族膳食設計 (2hr)  銀髮族養生保健料理實作 (4hr)  銀髮族養生保健排毒料理實作 (4hr) |
| **第4週**  **3/29-3/30** | 運動醫學與心肺養生保健 | 身體活動與老化(4hr)  老年人身體活動與功能性體適能(4hr)  肺復健之運動處方與指導(4hr)  銀髮族排毒保健瑜珈實作(4hr) |
| **第5週**  **4/12-4/13** | 另類療法與心肺養生長期照護應用I | 園藝輔助治療於心肺養生長期照護應用(8hr)  保健植物與園藝治療(8hr) |
| **第6週**  **4/19-4/20** | 另類療法與心肺養生長期照護應用II | 藝術療法與長期照護運用 (8hr)  藝術療法實務練習(8hr) |
| **第7週**  **4/26-4/27** | 另類療法與心肺養生長期照護應用III | 動物輔助治療於長期照護應用(8hr)  另類療法於呼吸與長期照護相關產業未來之發展(8hr) |
| **師資：**  **長期呼吸照護:劉曉茜呼吸治療師，**慈恩居家護理所居家呼吸治療師，前虎尾若瑟醫院呼吸治療科組長，台灣呼吸治療學會監事長，具有多年的呼吸治療師專業經驗，將協助本研習長期呼吸照護部分課程及本研習課程師資推薦及規劃。  **肺部復健: 台北醫學大學呼吸治療學系江玲玲副教授及何淑娟副教授**  兩位教授均為肺部復健的專家，其中何教授有將近十八年豐富的肺部復健臨床經驗，藉由研習課程的專業指導，使研習教師更能對呼吸照護與心肺復健知識有更深一層的了解。  **銀髮族心肺保健與營養**  **劉金華營養師: 嘉義長庚醫院營養師，長庚科技大學兼任講師**  需要長期照護者經常面臨營養不良、飲食失調，不僅增加照護者的負擔，亦影響其生活品質，而影響長期照護者營養之潛在因素有活動力減少、吸收代謝率下降、腸胃道機能即蠕動力變弱、口腔及牙齒咀嚼能力變差，味覺改變、吞嚥困難、食量變小等諸多問題。  **運動醫學:** **郭藍遠教授人體動作生物力學與運動傷害保健專家**，運動醫學系是透過醫學相關學問，來增個案喜好運動，並可預防運動時受傷及受傷時之現場處理，並可藉由運動指導及運動處方設計， 促進各年齡層之民眾健康。  **園藝輔助治療: 沈瑞琳園藝治療師**，有多年醫療復健實務經驗，精彩又有趣的實務體驗型工作坊，是要讓園藝治療作為助人工具的人，認識園藝治療服務市場趨勢及實際體驗自然療癒的力量。  **藝術療法:黃椿昇助理教授**：現職長庚科技大學通識教育學科，從事研究証實將藝術治療運用在醫療照護上時已有10多年經驗，藝術治療是一種結合創造性藝術表達和心理治療的助人專業。藝術治療工作者提供一個安全而完善的空間，與案主建立互信的治療關係，長期照護需要與個案互信與互動，期望藉由此課程使老師了解如何運用藝術療癒，與案主建立互信的治療關係。  **動物輔助治療：**  **蔡佳純助理教授：現職元培科技大學護理系**，從事研究証實將寵物運用在治療上時已有10多年經驗，它對特殊的病患有明顯的效果。在生理上一個人和寵物產生互動時，例如在對寵物說話和輕撫寵物的時候，血壓會顯著的降低，有助於鬆弛，間接影響心肺功能。使個案精神穩定、社交能力、個人整潔、社會心理功能、情緒等，都有一定程度的改變。 | | |