

臺北市內湖區健康服務中心社區衛生護理實習相關規定

實習場所：臺北市內湖區民權東路6段99號2、3樓

護理長：陳英美

電話：(02)2791-1162 分機 7068

護生實習室：分機 7052

指導老師：梁紫筠

手機：0987216037

E-mail:lt179123@yahoo.com.tw

一、實習注意事項及相關規定

(一)實習內容：依本校之實習目標規定並配合內湖區健康服務中心之業務服務項目，依序說明如下：

1. **個案來源**：含獨居老人、慢性病之中老年、失能、失智個案為主，每位同學實習前由指導老師與實習單位討論提供適合學生實習之地段及個案，每組同學有10位個案，且於實習期間內，同學需訪視每位個案至少一次以上，若有開發至少一個新案家為最佳。**個案管理紀錄需於訪視當天完成，至遲於次日上午8:30前繳交。**
2. **家庭**：運用家庭健康問題評估與診斷、家庭護理計畫、評價等家庭護理過程之相關學理等發現及協助處理家庭及家庭中個案健康問題。
3. **團體**：團體衛生教育主題以社區健康需求為優先，例如**老人團衛**如代謝症候群、三高、癌症防治及**兒童團衛**如貝氏刷牙法、視力保健、傳染病防制等。
4. **社區**：內湖區共有39里，指導老師會與單位討論後，告知此次社區活動之里別，學生必須具備協助推動社區衛生護理工作的基本知識與技能，了解社區的特性、人口特性及當地資源，分析社區主要健康問題、需求，進而試著提供社區改善措施之建議；並依單位需求參與各個社區之健康篩檢。

(二)實習前須知：

1. 同學於實習前，先上網查閱內湖區健康服務中心服務項目、業務內容，以及複習社區衛生護理學，了解社區護理人員角色與功能，前項主題擬於實習第一週進行實習前測。
2. 實習前務必熟悉高血壓、糖尿病、高血脂、代謝症候群、失智老人等護理、登革熱，以及目前推行癌症免費篩檢條件等相關學理，亦請同學留意最近流行或與季節相關之傳染病學理，以上主題擬於實習第一週進行實習測驗。
3. 實習時間：週一至週五每天8:30~16:30(不含使用早餐)，中午不休息(中午用餐時間為30分鐘)。
4. **服裝**：請著白色有領上衣、黑長褲、白襪(無花紋)、黑色鞋子、頭髮(髮長超過衣領者需盤髮或綁馬尾、瀏海長度以不超過眼睛)、指甲保持整齊清潔、佩戴名牌，非必要勿配戴飾品，若天冷可穿著康寧護專之藍色外套，請勿穿著低腰牛仔褲或緊身衣褲。若服裝儀容不及格經告知仍再犯，則扣實習分數總分1~3分。

(三)實習第一天：

1. 上午8:20請在內湖區行政中心一樓入口處集合後至二樓之健康服務中心；**請同學記**

得帶著實習計畫及參考書以便說明。

2. **交資料**：以 A4 的紙張列印健康服務中心的服務項目(請上內湖區健康服務中心的網站)

(四)實習期間

1. **請假或遲到者**：上班前請同學親自或由監護人通知實習指導老師(第一順位)以確知同學之動向，請其他同學轉知者不受理。請假、遲到或補假事宜，均依學校規定處理，社區實習請假者無法補班，請病假一天會扣實習分數總分 5 分，事假 10 分(詳閱本校實習規則)。
 2. **交通工具**：實習期間請以大眾運輸為主要交通工具，**進行家訪或社評時嚴禁騎乘機車。**
 3. **服務態度及電話禮貌**：每次面對民眾請保持微笑及熱誠服務態度，遇工作人員需打招呼，上班時間早、下班也要向學姐道再見；電話邀約個案時請說『您好，這裡是內湖區健康服務中心，請問○○○+禮貌的稱謂(如先生、女士、阿伯、阿公、阿姨、阿嬤)在家嗎?我們方便於○月○日星期○上(下)午○點到您家拜訪嗎?.....』，請儘量依民眾的慣用語進行溝通，學習良好溝通技巧及建立治療性的人際關係。
 4. **外出或家訪注意安全**：外出或家訪時，請攜帶訪視用物(事前相互檢查，有無電池或故障)，手機、悠遊卡、開水、雨具等；進行家訪時，同學務必一起，**勿落單一人至個案家**，並以同學安全為第一優先考量。實習期間外出或訪視請於 12:00、16:00 前返回中心，向老師或學姐交班及報到，**若無法於規定時間內返回，請電話通知老師。**倘遇突發緊急事件，請儘速與老師及學校或護理長連繫。
 5. **作業需按時繳交**，依老師所定期限，無特殊狀況遲交一天扣總平均 1 分計算。
 5. **學習態度**：積極主動學習，發現問題立即反應、不懂不熟悉務必直接詢問學姐或老師，社區實習機動性很高，除學習隨機應變，小組的工作分配與時間規劃尤其重要，由此可看出小組的獨立性與團隊的合作狀況，討論會時間不定，會依各組的需求隨時召開每位同學皆須發言及主動提出建議。
 6. **讀書或作業報告**：負責報告的同學請於前一天以電子檔傳給老師及同學，口頭報告限時 10 分鐘，報告前同學須自我練習並標明重點，同學參閱電子檔，並各自將優缺點、問題或建議，以書面方式於當天同學報告完，提交給報告的同學記錄，並將大家討論的內容進行修正，於老師規定日繳交完整的書面報告。
 7. **環境衛生**：每日安排值日生協助實習室桌面、地面清潔、用餐後廚餘餐具確實分類處理、下班時垃圾處理及電源關閉等事項。**另下班後即應離開健康服務中心，除因實習需要須留下應事先告知老師外，否則請勿逗留。**
 8. **實習總檢討會**：由小組長主持及一位同學負責記錄，與會者為護理長及各組負責學姐，同學當天須報告社評、個人實習心得、活動剪輯(含衛教)及建言等。
- ※最後提醒同學，社區實習經常在外，請隨時注意氣候變化及個人身心狀況，維持良好的生活習慣，學習自我照顧，以免影響個人及團隊整體的實習進度。

二、組員工作分配

編號	任務	職責	負責人員
1.	小組長	傳達、協調、聯繫、整合各小組相關事務、每日檢查同學服裝儀容	
2.	副組長	協助小組長，整收日程表及各項作業	
3.	社評股長	負責社評各相關事務，如訪談、走街路線安排，追蹤各組報告進度。	
4.	團衛股長	團衛活動相關事項如排演、道具、獎品等規劃準備	
5.	活動股長	社節、整節、參訪等活動相關事宜、活動照相、相片整理，實習剪影。	
6.	總務股長	預訂午餐、財務管理、資料影印、社評裝訂等	
7.	服務股長	安排每日值日生與維護環境整潔	
8.	機動人員	協助處理老師臨時交付之任務	

三、讀書報告主題

順序	題目	報告者	書面準備評分	口頭報告評分
1.	糖尿病防治與照護			
2.	代謝症候群、高血壓、高血脂防治與照護			
3.	乳癌、子宮頸癌、大腸直腸癌防治與照護			
4.	失智症防治與照護			
5.	老人居家防跌與照護			
6.	登革熱、流感防治與照護			
7.	菸害檳榔、口腔癌防治與照護			
8.	社區長期照護服務現況			

備註: 報告主題以抽籤方式決定

四、實習進度表(範例):內容依實際狀況修訂

實習單位:內湖區健康服務中心(社評:寶湖里)

實習期間:105/01/04~01/23

第一週	內容	01/04 星期一	01/05 星期二	01/06 星期三	01/07 星期四	01/08 星期五	六
		1. 實習規定及分組分工說明 2. 0930~1030 業務及環境介紹 3. 三合一技術練習、訪視包、表單紀錄說明 4. 讀報分配 5. 認識學姐 6. 社評、檢測儀說明	1. 測驗(1) 2. 實習作業書寫說明 3. 三高衛教、家訪技巧指導 4. 家訪見習 5. 地理(完成走街地圖) 6. 登調 1430(里)	1. 社評問卷內容討論修正及定稿 2. 家訪見習 3. 走街前工作分配 4. 團衛劇本、教案說明/討論 5. 家訪見習 6. *內湖保健日(分組1/2、3)	1. 東湖社篩 0900~1130 2. 讀報 ①②③ 3. 團衛劇本、教案討論/修訂 3. 1430 寶湖里里長訪談 4. 家訪見習/走街	1. 讀報 ④⑤⑥ 2. 家訪 3. 團衛簡報討論/製作 4. 社評-人口、地理特性八大資料查詢	走街
	作業考試	熟悉健康服務中心業務功能	作業 1. 人口性別年齡組成 2. 印製里界地圖	作業 1. 里民及里長問卷 2. 讀報電子檔	作業 劇本、教案初版	Ps. 測驗 三高及老人常見疾病	
第二週	內容	01/11 星期一	01/12 星期二	01/13 星期三	01/14 星期四	01/15 星期五	
		1. 測驗(2) 2. 團衛劇本、教案、簡報初稿討論/修定 3. 家訪/走街 4. 團衛演練(1) 5. 登調 1430(里)	1. 團衛演練(2) 2. 團衛簡報討論/修改 3. 各組社評資料彙整 4. 家訪/走街 5. 家評作業書寫說明	1. 團衛教材、道具製作 2. 團衛演練(3) 3. 家訪/走街 4. 家訪個案討論 5. *內湖保健日(分1/2/3組)	1. 團衛演練(4) 2. 社評作業討論修改 3. 確定家評主個案/討論	1. 團衛演練(5) 2. 問卷資料彙整 3. 社評作業-優缺點分析討論修正	
	作業考試	作業 1. 週心得 2. 讀報/紀錄 3. 劇本簡報初稿	作業 1. 社評(1) 2. 劇本、教案	作業 簡報、道具	作業 社評(2)	作業 家評-發展前(一~五)	
第三週	內容	01/18 星期一	01/19 星期二	01/20 星期三	01/21 星期四	01/22 星期五	
		1. 團衛演練(6) 2. 社評確立問題/建議/需求討論 3. 家評作業(1)	1. 正式團衛-湖光教會(1030~1130) 3. 團衛後檢討論及心得分享 4. 社評報告簡報製作	1. 家評作業(2) 2. 實習剪影 3. *內湖保健日(第2/3/1組)	1. 單位社評報告/實習總檢討會(11:00~12:00)	1. 個別評值 2. 環境整理用物歸還 3. 與學姐交班	
	作業考試	作業 1. 總心得 2. 社評(3) 3. 家評(1)	作業 社評 自評、互評表、經驗單	作業 完成實習剪影 家評書面報告社評	作業	成績結算 感謝單位	
第四週	內容						
	作業考試						

1、內湖保健日每週三 14:00~16:30;分3段3組 -(1)1350~1445(2)1440~1540(3)1535~1630

2、以上活動內容會依實際狀況進行調整;登調時間另訂。

3、調整上班時間:1/4~1/19(除週六、日),每日 08:30~17:30 計 9 小時,1/9(六)

0830~1230 上班

五、實習單位簡介

(一) 健康服務中心實習的內容

社區護理實習的對象，包括：個體、家庭、團體、族群、社區等，由小群體至大群體，並瞭解公衛的三段五級照護及地段管理等。

其他項目，如下：

1. 家庭訪視案別：嬰幼兒、孕產婦、癌症、腦血管疾病、心臟病、糖尿病、高血壓、高血脂、其他慢性疾病、獨居長者、百歲人瑞、失能、精神疾病、傳染病等個案。
2. 衛教：口腔保健、中老人社區團體衛教。
3. 其它：講座、內湖保健日、社區篩檢活動的參與等。

實習內容簡介

對象	主要內容
個體	以獨居老人、中老年慢性病人為主，個案管理記錄須於每日實習結束前完成
家庭	以整體家庭成員為主，討論家庭內外因素對個案之影響，第二週須確定主個案
團體	團體衛生教育以幼兒或老人為主要對象。 * 幼稚園以口腔、視力保健、預防腸病毒團衛。 * 老人社區團衛：以慢性病為主，配合老人三合一篩檢，選定社評之里別之社區保健站、公園、廟宇、教堂等聚會場所進行團衛。
社區	1. 運用社區評估，以八大系統為主，以協助社區民眾加強其健康促進。 2. 配合社區健檢活動同時進行。

(二) 健康服務中心單位簡介-請同學自行至網站搜尋觀看