

科目	長者健康管理
編碼	CAG02
學分	2
必備科目	無 Nil
副備科目	無 Nil

科目簡介

本科目探討老化過程中的生理、心理及社會變化，運用健康管理的概念，推動學員學習老人常見健康問題的處理方法。透過研討及講授的方式，討論長者用藥、營養與藥膳及長者運動與康復，以達致健康管理之目的。

科目學習成效

本科目學習結束後，學員能夠：

1. 描述老年人在老化過程中的生理、心理、社會、心靈方面的變化，列出長者常見健康問題；(PILO 1, 2)
2. 分辨長者用藥的不良反應，並列出長者用藥的原則，提出提升長者用藥依從性的方案；(PILO 1, 5)
3. 透過專業間合作，識別及處理長者營養、運動及復健的問題；(PILO 2, 3)
4. 制定長者的健康照顧策略。(PILO 2, 3, 4)

教與學方法及評核方式預期達至的科目學習成效

教與學方法	比重(%)	學生自學比例	預期達至的科目學習成效			
			1	2	3	4
講授	15 學時	預習及複習 10 hours	✓	✓	✓	✓
導修/研討	13 學時	閱讀資料 10 hours	✓		✓	✓
實驗室	2 學時	練習 6 hours		✓		✓
評核方式 Assessment methods						
專題研討	50%	討論&結果匯報 14 hours			✓	✓
考試	50%	溫習 20 hours	✓	✓	✓	

大綱

1. 老化相關的生理、心理及社會的改變及健康管理概念導論；
2. 常見的健康問題及處理
 - 2.1 老年人跌倒的預防
 - 2.2 老年人疼痛的自我調解方法
 - 2.3 老年人感觀障礙的處理
 - 2.4 老年人慢性病照護
3. 長者用藥知識
 - 3.1 老年用藥特點及其不良反應
 - 3.2 老人用藥原則
 - 3.3 老人用藥安全的照護
4. 長者運動與康復 (含輔具應用及環境改造等)
 - 4.1 長者運動與康復的原則及常用方法
 - 4.2 輔具應用
 - 4.3 居家環境改造原則
5. 長者營養及藥膳
 - 5.1 長者營養評估方法
 - 5.2 長者營養缺乏的處理
 - 5.3 藥膳的原則及常見方法

參考資料

- 化前珍 (主編) (2012)。 *老年護理學* (第三版)。北京：人民衛生出版社。
- 郭桂芳 (主編) (2012)。 *老年護理學*。北京：人民衛生出版社。
- 林麗嬋、蔡娟秀、薛桂香、吳方瑜、黃翠媛、張文芸……張雯玲 (2015)。 *老年護理學* (第七版)。台北：華杏出版股份有限公司。
- 曾思瑜 (2009)。 *高齡者居住空間規劃與設計*。台北：華都文化事業有限公司。
- 陳淑娟、鄭金寶、詹鼎正、呂志城、尹彙文 (2014)。 *老人營養與膳食療養*。台北：時新出版有限公司。
- 澳門特別行政區政府統計暨普查局 (2016)。 *統計年鑑 2013*。澳門：統計暨普查局。
- 謝惠玲、張嘉秀、蔡欣晏、謝春滿、謝智伶、洪麗珍……朱晉佑 (2014)。 *新編老人護理學* (第二版)。台中：華格那企業有限公司。
- 蕭秋祺 (2013)。 *老人健康運動指導*。新北市：揚智文化事業股份有限公司。
- Bernstein, M., & Munoz, N. (2016). *Nutrition for the older adult* (2nd ed.). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.
- Chernoff, R. (Ed.). (2014). *Geriatric nutrition: The health professional's handbook*

- (4th ed.). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.
- Chodzko-Zajko, W. J. (Ed.). (2014). *ACSM's exercise for older adults*. Philadelphia, PA: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
- Lewis, C. B., & Bottomley, J. M. (2008). *Geriatric rehabilitation: A clinical approach* (3rd ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson/Prentice Hall.
- Miller, C. A. (2015). *Nursing for wellness in older adults* (7th ed.). Philadelphia, PA : Wolters Kluwer.
- Mauk, K. L. (Ed.). (2014). *Gerontological nursing: Competencies for care* (3rd ed.). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.
- Stuart-Hamilton, I. (2012). *The psychology of ageing* (5th ed.). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Tideiksaar, R. (2010). *Falls in older people: Prevention & management* (4th ed.). Baltimore, MD : Health Professions Press.

網上資源

1. 澳門社會工作局. <http://www.ias.gov.mo/tw/publications-statistics/publications-research/research-report>
2. Sensory Impairment in Older Adults – Vision Loss
Sensory Impairment in Older Adults – Hearing Loss
Oral Hydration in Older Adults
Bathing of Older Adults with Dementia
Behaviors Associated with Dementia
Nine Myths of Incontinence in Older Adults
Nutrition in Older Adults
Illness presentation in Older Adults
Depression and Dispiritedness in Later Life

The video clips on living old at: <http://www.pbs.org/wgbh/pages/frontline/livingold/>