

醫護行者建議「葵青區康健中心」的運作模式

1. 簡介

行政長官於施政報告 2017 中提及會於葵青區設立康健中心作為醫社合作的試點計劃，以應付地區人士健康需求並減低公營醫療系統負擔。醫護行者是一個紮根於葵青區的非政府組織，一直關注區內健康不公平的問題。本機構認為該問題的根源之一就是缺乏完整的健康促進、疾病預防以及相關基層醫療服務。所以本機構希望藉著行政長官的施政方針，為未來葵青區康健中心提出一個可行的運作模式，切合區內人士的健康需要以及解決區內健康不平等的情況。

2. 目標

本機構提倡未來的康健中心應有三個主要目標。第一，提升以社區為本的基層醫療及健康推廣。第二，加強地區疾病預防措施以長遠減輕本區居民使用公營醫療服務的需求。第三，提升專職醫療及護理人員在社區的角色以舒緩公營系統內醫生人手不足的現況。

圖一 葵青區康健中心的建議運作模式



上圖顯示醫護行者建議地區康健中心的運作模式，內圈代表康健中心的主要角色，外圈代表服務範疇，各項環環相扣，相互影響。

3. 康健中心的主要角色

承接上述目標，我們期望康健中心能發揮三個主要角色：研究、服務、協調。

3.1. 研究者

康健中心可透過地區研究形式收集及整合本區人口健康數據，包括量性及質性數據，進行定期的健康需要分析及評估，為康健中心以及區內公私營機構的服務規劃提供實證為本的導向。

3.2. 服務者

根據地區人口健康需求提供以社區為本的基層醫療服務，並以疾病預防為重，因應地區人口特質而制定適切當區居民的服務，以葵青區為例，則為長者、在職基層家庭、少數族裔、行動不便人士等提供適切服務。

3.3. 協調者

協調各個持分者在區內有關健康的研究及服務工作，包括衛生署、醫管局、社會福利署、大學、私營機構、非政府機構及民間組織等，增強資訊流通度及相互合作的方便性，達致醫社合作的實踐。

4. 康健中心的運作性質

在運作性質上，本機構希望康健中心包含四項特性。

4.1. 跨界別協作

本機構建議康健中心採納跨界別的協作模式以達到改善區內人口健康的目標。除了醫社合作，透過本區非政府組織及社企接觸有需要社群，康健中心亦可協調學校、勞工、房屋界別等，包括公私營及民間機構，以進行疾病預防實踐及基層醫療服務。

4.2. 跨專業協作

康健中心可設立地區跨專業團隊，包括社工、護士、藥劑師、各種專職醫療人員等。社工可協調各項醫社服務及個案管理和舉辦小組等。護士可為有需要居民提供認知及家居訓練、慢性病管理技巧等。專職醫療人員方面，可設立物理及職業治療服務、藥劑師輔導服務、牙科護理服務、眼科及視光服務、營養師諮詢、心理健康服務等。

4.3. 定期的外展服務

除了以中心為本的服務外，本機構亦建議應定期進行外展服務，主動尋找有潛在健康風險但未有治療計劃的人士，及早介入以減低患病風險。例如與區內社福機構或地區團體合作，提供到戶的健康檢查、諮詢服務、教育活動等。

4.4. 彈性服務時間及地點

本機構建議康健中心應設立彈性的服務時間，以及在方便居民的地點提供服務，以填補現時醫管局及衛生署開放時間未能滿足部分地區人士需要的情況。以葵青區為例，不少基層市民因工作時間未能配合當區公營診所時間而難以求醫。葵青區並無週日及假日診所服務，最近須到荃灣才有。康健中心可考慮根據當區居民的特質而在服務時間上作出適切的安排。

5. 康健中心的服務範疇

本機構建議康健中心可在以下八個服務範疇發揮其上述角色，以提升當區居民的健康。

5.1. 培訓健康大使

康健中心可以培訓健康大使在區內推廣健康生活的信息，包括區內居民、義工、護理員、陪診員等，配合衛生署及醫管局的教育宣傳工作，有助市民掌握健康知識並從居民角度改善社區人士的健康生活習慣，從而推廣慢性疾病的預防及生活習慣管理以達到健康生活。培訓內容可包括不同健康主題，例如防三高、家居運動、心理健康、健康煮食等。



圖二 醫護行者為尼泊爾裔婦女提供防三高的健康大使培訓。除了教授基本醫學知識以及量度 BMI、血壓、血糖的技巧外，亦以尼泊爾人士的真實生活例子作為討論個案，從而鼓勵健康大使從日常生活入手向身邊親友推廣健康生活。

5.2. 健康篩查及介入

康健中心可以開放場地及以外展模式提供健康篩查予社區人士，為未有定期作身體檢查的居民提供初步健康篩查，目的是及早發現慢性疾病的高危人士和早期患者，例如前期高血壓及前期糖尿病，以社區為本的方式儘早介入行為改變，以減低最終確診患病的機會。



圖三 醫護行者為葵青區未有進行定期體檢的基層人士提供抽血服務，透過驗血結果界定心血管疾病風險，從而提供適切的建議、轉介或跟進服務。

5.3. 跨專業個案管理

康健中心的專職醫療及護理人員可與社工合作，以跨專業的個案管理模式為有需要居民提供一站式的醫療支援服務，例如藥物諮詢、復康訓練、疾病管理及照顧者支援等。本機構建議康健中心可成為「醫健通 eHR」的社區接合點，連結市民在不同醫療機構的病歷及情況，有助協調全面健康服務。

5.4. 定期社區跟進

康健中心可為有需要定期跟進的人士提供社區為本的服務，例如舉辦健康小組鼓勵長期病患者控制病情以及由相關醫療人員上門制訂及跟進個人化的健康管理計劃，從而減低病人中途停止治療的機會。除了上門探訪，亦可考慮使用遙距資訊科技，例如智能電話應用程式、家居體檢雲端資料輸送科技等，協助跟進病情。



圖四 醫護行者護士上門跟進葵青區基層家庭的健康個案，以家庭為單位以及根據實際生活、工作環境制定針對性及適切的定期跟進計劃。

5.5. 健康教育

健康教育是疾病預防的重要一環，本機構建議康健中心突破以講座為形式的傳統手法，以不同類型的健康工作坊及活動提升市民對疾病預防及健康管理的興趣及認識，甚至透過外展形式到不同的工作場所進行健康推廣，例如到工廠大廈改善職業安全健康，並針對區內人口特質為不同社群、族裔人士提供適切活動。



圖五 醫護行者營養師透過烹飪班向南亞裔男士講解如何在每餐達到均衡飲食，並特意烹調南亞裔家常菜色以確保參加者能夠容易應用於日常生活中，鼓勵實踐健康生活。

5.6. 醫療社康相關的資助申請

現時不同的政府及非政府醫療及福利資助服務零散，市民甚至醫護人員和社福同工都難以掌握全面地區資訊，以致有需要的市民有時候未能獲轉介或受助於最適切的資助服務。康健中心可整合地區資源的相關資料，一站式為當區居民、機構提供所需資訊，有助相互轉介及醫社合作。

5.7. 專職醫療及護理人員諮詢

專職醫療及護理人員可在康健中心為當區居民解答健康問題及疾病疑難，減少市民因為對自身病情感到困惑又找不到解決方法而唯有到公營醫療系統的情況出現，提供一站式的地區健康諮詢服務。

5.8. 社區藥劑服務

本機構建議康健中心設立社區藥劑師服務，照顧當區居民的輕微疾病以減低他們在求醫時所需的等候時間，以及為須要長期服用藥物的居民提供藥物輔導服務，改善服藥情況以達到理想病情控制，減少不必要入院，降低長遠公營醫療系統的成本。



圖六 醫護行者藥劑師在葵青區社區中心評估當區長者的服藥情況，包括西藥、中藥、成藥等，講解藥物的作用、副作用以及不同藥物會否相沖的問題等，並根據長者的日常生活習慣建議如何改善藥物服用方式以達到理想療效。