



長照服務紀錄 範例說明

112年第2次B單位聯繫會議

黃榮奕



目標是否具復能導向? (非基本能力)

1. 行走10公尺 做床邊5分鐘 增加肌力 促進平衡
2. 預防認知退化 增進手眼協調
3. 說出2個單字
4. 協助緩解面對死亡的恐懼 悲傷的情緒



1. 由床走到客廳沙發，可坐在床邊與家人視訊
2. 可維持些微口語提示下至浴室執行盥洗活動
3. 可於要如廁或想吃飯時表達需求
4. 可緩解悲傷情緒，一星期一次到公園散步



良好的復能目標

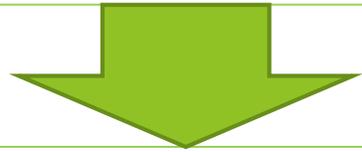
五大要素:

1. 執行活動：如洗澡、穿衣、進食、用藥、處理疼痛/感染問題等
2. 執行方式/環境：如環境調整或改造、輔具使用
3. 協助程度：如獨立自主(他人監督)、部份協助、完全協助
4. 時限性：如多久內達成
5. 可測量性：如時間、頻率、強度



復能目標的訂定

復能目標(照專/A個管)：個案可以自行吃飯



復能指導目標(長期目標)專業人員的訂定:

個案在三個月內(時限性)，可使用改良式餐具(執行方式/環境)，獨立(協助程度)吃完(執行活動)每一餐碗裡面(可測量性)的食物。



服務紀錄(照顧服務管理資訊平台)

內容建議，包含：

- ▶ 服務時間/人員/機構單位
- ▶ 目標達成情形:上一次服務後案家執行情形/成效；目標導向，實際執行目標之情境、個案表現(具體/量化)、成功/不成功原因分析。
- ▶ 指導對象
- ▶ 服務內容(針對專業服務目標)
- ▶ 指導建議摘要:措施/訓練活動內容、注意事項、交代作業、其他重要發現



案例1-轉移位問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 長期目標: 3個月內，個案可獨立以手撐床面和輪椅下，移位至輪椅上用餐。
- ▶ 短期目標: 1個月內，個案可以在顧照者肢體協助(提褲頭下)，以手撐床面方式向左向右移動，並維持坐姿與照顧者聊天3分鐘。

▶ 服務對象：個案、家屬

▶ 服務內容：本次服務時為第一次，治療師先行評估個案身體狀況後，並與家屬討論共同復能目標及計畫，指導個案省力移位技巧，請個案先練習坐於床邊，以手撐抬屁股方式練習在床邊向左向右移動，過程中個案身體容易向後傾倒，請個案注意臀部與腹部需要協助出力，感覺疲累時可稍作休息。

▶ 指導建議摘要：提供居家活動，於三餐用餐前，練習坐於床邊以手撐抬屁股方式向左向右移動10遍。



案例2-行走問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 長期目標(3個月)：1.個案可在旁人協助下由床上坐起，並轉位至輪椅。
2.可使用輔助器下行走，由房間走至客廳用餐。
- ▶ 短期目標(1個月)：1.家屬能習能正確且安全移位技巧並提供輔具建議使用。
2.個案及照顧者學會下肢運動預防肌肉萎縮，促進骨頭癒合。

▶ 服務對象：個案、家屬、看護

▶ 服務內容：

1. 個案能力評估給予相關輔具建議，與個案及家屬討論訂定復能目標。
2. 個案骨盆骨折因疼痛轉移位困難需要協助。目前在協助下可以由床坐起15-20分鐘。個案表示躺姿輪椅造成尾骨疼痛不願意使用，考量9/22回診時間，已經過4週恢復期，故建議使用輕便輪椅附加移位功能B+A款。
3. 指導個案及照顧者起身移位技巧，在床墊上，讓個案雙腳彎曲輕輕抬起臀部練習左右移位，上下床鋪時由看護協助挪動患肢，盡可能動作放慢，保護骨盆穩定。



► 指導建議摘要：

1. 恥骨骨折前四週盡量臥床休息，減少不必要過多的移動，讓骨折快點復原。
2. 建議墊上運動—可練習捲腹平背運動、膝彎曲伸直運動，維持下肢肌力與活動度，增進復原速度，動作和緩以不疼痛為原則，每天2回合，每次10下(依個案實際狀況調整運動劑量)。
3. 助行器款式建議附前面2輪子，後面剎車，提供參考。因考量手肘骨折目前還不適用，輪椅申請可以暫緩，須依當時個案實際狀況再評估申請。



案例2-行走問題(第二次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 長期目標(3個月)：
 - 1.可在旁人協助下自行由床上坐起，並轉位至輪椅 (40%)
 - 2.可使用輔助器下行走，由房間走至客廳用餐(0%)
- ▶ 短期目標(1個月)：
 - 1.家屬能習能正確且安全移位技巧並提供輔具建議 使用 (30%)
 - 2.個案及照顧者學會下肢運動預防肌肉萎縮，促進骨頭癒合。(30%)

▶ 服務對象：個案、家屬、看護



服務內容：

1. 本次為第二次復能服務，主要指導個案照顧者輔具使用，正確且安全移位技巧。個案有外出回診需求，治療師指導個案及照顧者學習由床坐起並轉位至輪椅的技巧，建議輪椅或床需靠近好腳，輪椅扶手/腳靠墊拆除，方便轉移位
2. 住家10樓，有電梯，但是電梯到一樓地面還有許多層階梯，輪椅進出困難，考量動線空間狹小，無法使用斜坡板，故教導照顧者輪椅上下階梯的方法(住宅大樓沒有無障礙設施，階梯陡峭，需要三人協力搬運輪椅，安全協助個案外出)
3. 照顧者第一次學習上下階梯，不清楚方法與技巧，已現場示範，回覆示教(照顧者技巧不熟悉還需要時間練習)

▶ 指導建議摘要：

1. 建議居家運動—平躺姿勢下練習抬臀、雙腳左右開合、膝伸直彎曲運動每天2-3回合，每回10下
2. 建議居家運動-協助下起身坐立床邊，一天2次每次15-20分鐘



案例3-語言問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 長期目標：提升個案表達能力，能清楚表達自己的訴求。
(11209-11301)

- ▶ 短期目標：使用文字提示協助個案組成句子，並且能自行表達。(11209)

▶ 服務對象：個案/案妻/案女/外看

▶ 服務內容：

1. 本次為第一次服務，評估個案目前能力及潛能。個案患有高血壓、中風，於112/3至112/8/31因中風住院，目前返家並由案妻與務看協助照顧。個案進食正常，能夠自己吃飯，食物需要剪碎處理。個案意識混亂，理解較慢，會有答非所問或無反應等情形，案家期望能提升個案表達能力，可以表達自己的需求。
2. 個案能夠閱讀文字並理解內容，可以藉由文字協助個案表達訴求，指導個案看新聞念讀與使用溝通輔具APP，進行表達練習活動。



▶ 指導建議摘要：

看新聞念讀活動，個案觀看電視新聞台，念讀每個新聞的標題，進行說話練習。他人可以在旁協助，等個案念完標題時，可以提問讓個案回答，增進問答能力。

使用溝通輔具APP，將不同的詞彙組成句子，藉由文字提示，讓個案能順利表達需求語句，如「我要」+「去」+「廁所」。



案例3-語言問題(第二次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 長期目標：提升個案表達能力，能清楚表達自己的訴求。(11209-11301)
- ▶ 短期目標：使用文字提示協助個案組成句子，並且能自行表達。(11209)

▶ 服務對象：個案/案妻/案女/外看

▶ 服務內容：案家決定使用平板的溝通輔具APP，指導案女使用APP與製作符合個案需求的圖卡，因個案能夠識字，故採用字卡更為合適，製作生活物品、地點、感受的字卡，如水果、食物、醫院、公園、累、渴等，並指導個案使用字卡編排成句子，並依據字卡內容表達。



▶ 指導建議摘要：

1. 因案女不會使用平板製作字卡，指導可以在紙上書寫文字，再利用拍照製作成字卡照片，並可以將照片編輯入APP使用。
2. 個案在排成句子完成後，如「我＋今天＋去＋公園＋散步」，必須要求個案自己要說一次句子內容，才能提升表達能力。



案例4-營養問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 短期目標(1個月)：1.使個案學會腎病飲食。

(未達30%,尚需加強指導,未達目標)

- 2.使個案學會選擇omega3的油以降低發炎反應。

(未達30%,尚需加強指導,未達目標)

- 3.使個案學會水分需求量計算。

(未達30%,尚需加強指導,未達目標)

- 4.使個案學會蛋白質食物份量。

(未達30%,尚需加強指導,未達目標。)

- ▶ 長期目標(3個月)：給予飲食建議，減少身體的負荷未達30%,尚需加強指導,未達目標。

▶ 服務對象：個案



服務內容：

- ▶ 照顧者敘述重點:1.由口進食，平時坐為主，可用助行器走一下。疾病史：高血壓，糖尿病，類風濕性關節炎，常皮膚癢，懷疑是藥物副作用。有吃血壓藥，血壓控制正常。
112/8/10cre1.17;p4.0;k4.4;alb3.8;Hb6.32.營養相關數據:
- ▶ 營養評估:身高(CM):154體重(KG):76BMI:32.0
- ▶ 需要量評估:熱量(卡/天):1520.00蛋白質(公克/天):41.80
- ▶ 攝入量評估:熱量(卡/天):1472.5蛋白質(公克/天):50.1
- ▶ 營養診斷:P:食物與營養的知識缺乏.E:未接觸過相關資訊S:說出不正確或不完整的訊息
- ▶ 營養計畫：
 - 1.使個案學會腎病飲食。
 - 2.使個案學會選擇omega3的油以降低發炎反應。
 - 3.使個案學會水分需求量計算。
 - 4.使個案學會蛋白質食物份量。
- ▶ **指導建議摘要：**
 - 1.目前腎病第三期，勿吃高鉀高磷食物，勿喝菜湯肉湯。
 - 2.吃omega3的油降低發炎反應。
 - 3.菜切碎，煮久一點。
 - 4.一份蛋白質量=蛋一個=肉或魚三指大小=豆漿190cc=豆包半個，
一天吃4~5份蛋白質食物。
 - 5.以冬粉，米粉，米苔目代替主食
 - 6.水份一天需體重*30



案例5-困擾行為問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 短期目標(1個月)：
 - 1.與案女討論訂定個案生活計畫表，個案可遵守生活計畫表並執行活動。
 - 2.個案可在協助下定時服藥，降低重複服藥或忘記服藥的頻率。
 - 3.減少個案居住空間的雜物，避免個案藏匿食物。
- ▶ 長期目標(3個月)：透過復能教導失智長輩照顧及延緩退化方式。(未達30%)

▶ 服務對象：案女



▶ 服務內容：

- ▶ 個案狀況：個案可用口語溝通表達，此次配合度尚可，願意跟著我一起進行活動，但動機確實偏低。此次為評估個案狀況，及環境觀察評估，並與案女討論合適的目標及接下來的復能內容。
- ▶ 照顧者學習成效：照顧者可理解，並協助個案執行

▶ 指導建議摘要：

- 1.可先減少個案居住空間部分的雜物，像是三層架上的東西先清出。
- 2.於每日晚餐後與個案進行30分鐘的認知互動活動或運動。



案例5-困擾行為問題(第二次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 短期目標(1個月):1.與案女討論訂定個案生活計畫表，個案可遵守生活計畫表並執行活動。(未達30%)
2.個案可在協助下定時服藥，降低重複服藥或忘記服藥的頻率。(未達30%) 3.減少個案居住空間的雜物，避免個案藏匿食物。(未達30%)
- ▶ 長期目標(3個月):1.透過復能教導失智長輩照顧及延緩退化方式。(未達30%)

▶ 服務對象：案女

▶ 服務內容：此次一開始服務時個案精神狀態不佳，表示前一天睡的不好，但仍願意一起參與活動。此次前面帶著個案做一些上下肢肢體活動，後半部與個案一起玩跳棋，幫助個案進行一些認知延緩練習；並與照顧者討論個案生活紀錄如何執行。

- ▶ 照顧者學習成效:照顧者可理解，並協助個案執行
- ▶ 前次指導追蹤:1.可先減少個案居住空間部分的雜物，像是三層架上的東西先清出。目前雜物仍較多，且個案會拒絕，捨不得丟，持續與照顧者討論較適切的方式。2.於每日晚餐後與個案進行30分鐘的認知互動活動或運動。

▶ 指導建議摘要：1.每天協助個案完成生活記錄表，幫助個案記憶是否已用藥或吃飯。 2.於每日晚餐後與個案進行30分鐘跳棋遊戲。



案例6-居家護理問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

- ▶ 短期:經2次護理指導，案女能正確執行換藥技巧、執行翻身及拍背技巧。
- ▶ 長期:於管案期間個案無壓瘡發生。

▶ 服務對象：案女

- ### ▶ 服務內容：
- 1.測量生命徵象及血壓。
 - 2.評估個案意識狀態。
 - 3.評估個案傷口情形。
 - 4.指導換藥方式及技巧。
 - 5.指導翻身及拍背技巧。

- ### ▶ 指導建議摘要：
- 給予衛教單張籍回覆示教:
1. 換藥前應先洗手。
 2. 壓瘡傷口先用0.9%的生理食鹽水棉花棒擦掉傷口分泌物，直到清潔為止。
 3. 以乾棉花棒拭去傷口周圍過多之食鹽水。
 4. 擦上藥膏。
 5. 用無菌紗布覆蓋及固定；若紗布滲濕，即重新更換。
 6. 清潔傷口與上藥均是由傷口中央往外環形擦拭的方式，不可來回擦。
 7. 換藥棉棒擦拭過一次後即予丟棄，不可反覆使用，以免造成傷口感染。
 8. 勿隨便塗用不明藥物，以免傷口惡化。
 9. 為了使傷口好得更快，請特別注意病人的營養、傷口的消毒處理及個人衛生。
 10. 若壓瘡傷口過深，或已有發黑或有異味之膿性分泌物時，應即就醫！
 11. 每2小時協助個案採取適當姿勢並予以枕頭適當支托。
 12. 每日3次協助個案拍背，手呈杯狀避開脊椎與腎臟處扣擊背部約100下。



案例7-吞嚥問題(第一次服務)

▶ 復能目標：

▶ 短期目標:

- 1.一個月內，個案可以每次少量進食蒸蛋或第四級泥狀食物約半碗，不嚴重嗆入氣管。
- 2.兩個月內，個案可以每次少量喝水共50cc，不嚴重嗆入氣管。

▶ 長期目標:

- 1.三個月內，個案可以每次少量進食粥和剁碎的食材共七分滿，不嚴重嗆入氣管。
- 2.三個月內，個案可以三餐、喝水、吃藥皆由口進食，不嚴重嗆入氣管。

▶ 服務對象：案女



► 服務內容：

1. 指導案女引導個案進食前後練習漱口各5次，較上週速度和力量更好，不會嗆咳且可以將口中的殘渣和口水都清除乾淨。
2. 指導案女餵食個案小顆粒粥品1/3碗、高機能果凍(甜的，個案不喜歡且喉嚨會黏黏的，容易咳嗽)1/3個，皆可順利進食，需要配水，不會嗆咳、無明顯殘留，可以請個案重複吞淨，喉上抬力量和耐力有些許進步。

照顧者學習成效：案女可以引導個案練習漱口、小顆粒粥品進食練習。

前次指導追蹤：案女表示因為個案不會每天都想吃東西，所以一週內大概練習吃蒸蛋、泥狀食物半碗四次左右，可以一次吃的比較多。

► 指導建議摘要：

1. 每天練習吃蒸蛋、泥狀或粥類食物至少一次半碗、熬雞精1包。
2. 練習漱口、練習用湯匙喝滴雞精。
3. 下次準備：大黃瓜粥。



Thank you for your attention