

中華民國八十七年五月 創刊



# 臺灣腎臟護理學會會訊

發行人：周學智

總編輯：方秀惠

主編：溫玉嬌

秘書：江美英

發行所：臺灣腎臟護理學會

行政院新聞局出版事業登記證 局版北字誌字第 2122 號

出版址：台北市大同區南京西路 155 巷 9 號 6 樓之 1

電話：02-25558252

傳真：02-25554553

網 站：www.tnna.org.tw

電子郵件：tnna.member@tnna.org.tw



各位親愛的會員，大家平安！

立秋之後接二連三颱風來襲，特別是中秋連續假期前的強颱莫蘭蒂重創南部，尚未平息又有中颱馬勒卡接力報到，在此要向颱風中仍堅守崗位照護病患的醫療團隊及參與救災的各級人員致上最高敬意，您們辛苦了。

隨著過度的溫室效應影響，使全球氣溫節節上升，帶來環境包含氣候等改變，直接間接地影響我們的生活，科學家們也提出警告，全球暖化的結果將使各地出現創紀錄的異常天氣現象愈來愈頻繁。身為地球的一份子，我們確實需要珍惜、愛惜資源。學會從這次腎臟安寧緩和護理研習會起，嘗試請與會學員採掃QR Code方式進行課後評值調查，期待您的大力支持，讓我們一起節能減碳，為降低全球暖化多盡一份力。

學會除了每年於各區分別辦理各式研習會外，今年將持續辦理基層護理主管研習會，讓面對及處理臨床各式人、事、物，肩負管理重責的護理長及行政管理代理者，可以透過參與此研習會機會，藉由專家演講及面對面一起分享，彼此鼓勵支持，繼續攜手前行。學會也期待大家將臨床照護轉換成文字，不論是個案報告、專案、研究，還是論述文、護理新知及溫馨感人的照護經驗，寫下來投稿學會雜誌，透過學會提供的腎臟照護相關知能學術平台，能分享給更多會員與護理夥伴們，讓大家可以一起學習並運用於臨床照護，一同提升腎臟護理照護品質。

還要告知大家一個好消息，學會已獲台灣高速鐵路公司同意，成為高鐵的企業會員，會員編

號為 73980115，大家或您家人、親友日後搭高鐵或探親或旅遊或參與會議等各式活動時，特別是臨櫃購票，別忘了至高鐵企業客戶專屬櫃檯，購票時告知學會編號即可，將可以節省排隊等待的時間，請大家善加利用！最後提醒大家天氣逐漸轉涼，出門要注意溫差，保重身體健康，祝福大家平安喜樂！

理事長 周學智 敬上

## 感謝

邱玉籃 贊助 100 元整

王妘安贊助 100 元整



## 主編的話

溫玉嬌

適逢暑假，正是安排全家出國旅遊的好時節，本期將針對腎友出國旅遊的經驗，從腎友、護理人員及多年承接腎友國外旅遊的資深業者角度的旅遊分享，讓我們也能敞開步伐，跟著他們樂活無礙的走遍全世界，拓展視野。

# 我的出國旅遊經驗

透析腎友 何曉君（高雄）

當醫生宣判我要終身洗腎時，只能用錐心之痛、晴天霹靂八個字來形容，感覺世界末日的來臨，實在無法接受這個事實，為何是我？

從初期的不甘心到慢慢的接受，同時受到醫護人員的妥善衛教及悉心照顧，還有家人的不離不棄，傾全力的呵護著我，感謝有他們也感謝台灣的醫療體系及水平的不斷提升，使我們這些患者得到良好的醫療照顧。

本人在洗腎之前會與家人一同出國旅遊，但當我洗腎後，也曾擔心以後不能再出國到世界各地走走，因為那實在是一件不方便的事。一開始是與家人自助旅行，女兒自己上網幫忙找醫院，過程非常繁瑣，凡事都要自己來且花很長的時間聯繫，到了國外的洗腎室又會擔心這擔心那的。後來因緣際會之下認識了承辦腎友出國的旅行社，他們的專業、認真的態度及親切感讓我們不用再自己耗費很多的時間去找尋醫院。旅行社將行程設計好、醫院找好，我們就安心快樂的出門，在國外的洗腎室也有台灣專業的醫護人員陪同，還有領隊的細心照顧，真的都不用我們操心太多，感覺自己因為能出國旅行生活更充實，也在平日工作忙碌之餘，與家人一起出國散心，更緊密了我們一家人的感情。

去年旅行社突破了重重的困難，承辦了克羅埃西亞團，那是我們一起出國的腎友們要求旅行

社規劃此行程，讓我們到如此美麗的國家一窺她的風采，我們造訪了藍天碧海、紅瓦白牆、如詩如畫的杜布洛尼克城，也來到了堪稱歐洲的九寨溝：十六湖國家公園，終於一趟完美的旅程圓了我們大家的夢想！

感謝現今仍兢兢業業依舊在工作崗位上為我們腎友熱心服務的專業旅行社及專業領隊，希望大家能保有健康的身體，繼續我們未完成的旅程。



十六湖美景 全家合影

# 日本旅遊心得

安慎診所洗腎室  
簡杏如 護理師

今年三月接受旅行社邀請，陪同腎友到日本靜岡、掛川、大井川鐵道旅遊，在機場的相見歡，像是一場同學會，從中了解



這群腎友他們因為旅遊相識，常常相約出國旅遊，很高興能夠同行參加此次旅遊。此次行程很悠閒，欣賞日本茶道文化，巧遇鄉下市集去挖寶，這是我多趟至日本旅遊遇不到的，大井川懷舊鐵道是鐵道迷心中的古董巨星，早年擔負起載運乘客的重責，在近代鐵路電氣化下，蒸氣火車逐一汰舊退役，但它的風采，仍無法被世人忘懷，吸引著我們前往朝聖，讓我們好好的回味那往昔的精彩。

這群腎友在旅遊時，旅行社會安排做功課～血液透析，由我陪考，在當地透析相當安全，院方派出資深有經驗的護理師為大家服務，也有專職的翻譯協助溝通，讓腎友能夠得到好的透析服務。在我服務的單位，腎友常有的疑問"洗腎"能夠出國嗎？出國怎麼"洗腎"？我每次的回覆都是：可以的，參加有帶團經驗的旅行社，旅遊中都會安排有經驗的護理師全程照護，當然腎友自己也要評估自身的體力與健康狀況，參與旅遊才不會掃興。出遊時，要注意自身安全，自己日常用藥也要攜帶，因國外飲食文化不同，若想嚐鮮淺嚐即可，另外提醒一下水份控制還是不能鬆懈的。很开心參與此次旅遊，自己也放鬆了心情，期待下次還能夠參加同學會。

## 腎友出國旅遊記實

腎友旅遊專業諮詢 饒芝樺

聯絡電話：0933898871

我是一位旅遊工作者，為何會接觸到從事腎友出國這部份呢？因為我的一位親戚是腎臟專科醫師，他引薦



我認識腎臟基金會，他們為了讓腎友們不會因為一星期透析三次而無法出國，於是率先辦理了腎友出國旅遊，讓腎友們在欣賞大自然美景的同時，也能在旅途中與腎友們彼此互相交流，忘卻透析時的辛苦，而能更進一步擴大視野，聯絡感情。我們從十幾年前開始辦理腎友出國到現在，其中的甘苦是身歷其中者才能體會與經歷，如有一年的九月份辦了一團日本團，在返國的當天因為台灣颱風，飛機沒有飛過來，我們就無法飛回去，當時我們很快的找到飯店安頓好客人，同時我們一通一通的電話打回台灣，除了報平安也分別聯絡每位腎友所屬透析診所隔天返台的透析事宜等等…，我們只要在國外碰到任何不可抗拒的因素，就是要穩重、不疾不徐，憑著經驗去處理好每個環節，以確保每位客人的安全…。

雖然後來腎臟基金會不再辦理腎友出國旅遊，但我們仍秉持著那股熱誠與累積多年的經驗繼續為腎友們服務。腎友出國最重要的一環是要聯絡好當地的醫院，在聯絡的過程中需要花時間去溝通，因為有時他們自己的床位不夠或人力不足、或對外來觀光客的不熟悉等等因素，而無法接受；我們會鍥而不捨的一家一家尋找，直到找到透析醫院才能成團，此項工作是要比操作一般觀光旅遊團花上更多的時間、耐心及細膩度才能完成一次又一次的旅遊。一般腎友們較喜歡去的國家是日本，因為距離較近、觀光資源豐富且透析條件及環境也優，當然我們會有一位專業隨團

護理師陪同出國照顧團體。

在團體中，可見到夫妻間的深厚感情，子女們陪同父母的孝心，有年輕、有年老夫妻相伴出遊，他們彼此的扶持、彼此的陪伴、關心及體恤，每每讓人動容，也曾有坐輪椅的腎友在家人的陪伴下，度過了愉快的旅程。在返國前他們會握著我的手說：「感謝您圓了我出國旅遊的夢，希望下次妳仍可以帶我們出國」，我說：「您一定要好好照顧身體，讓自己快樂健康，下次一定還有機會出遊的」。

當客人的足跡踏遍了日本的不少觀光景點，心理想著的是趁現在體力仍行，希望能前往更遠的國家旅行，如美國、紐澳及歐洲等地，當然對於我們來說，事前的聯繫及溝通工作肯定要比規劃短程的團多，困難度也相對提高，但就是那份使命感以及與客人之間的結緣情份，驅策著我們更進一步繼續走下去的動力。

去年我們更突破了重重的困難，完成了土耳其及克羅埃西亞的壯舉！

感恩有您們的支持與鼓勵，讓這份緣圈起了更大的圓、讓這份情勾起了更深的誼，萬語千言，祝福在心深處、願每位腎友及其家屬身體健康、平安喜樂！



## 各委員會訊息



### ★編輯委員會

#### 「臺灣腎臟護理學會雜誌」投稿

歡迎會員踴躍投稿至本會雜誌，稿件類型包括：研究論文、行政專案、個案報告。投稿相關資訊可至本會網站，點選『學會刊物→臺灣腎臟護理學會雜誌』查閱、下載。

### ★會員委員會

敬請繳 105 年度常年會費，以確保會員權益及會務之推展。

個人基本資料如有變動，請務必更新您的會員資料，以利會務的傳達。

### ★護理專業發展委員會

護理創新競賽獎勵申請至 9 月 30 日止，請會員把握機會踴躍投稿。

# 105年度活動計畫

月份	主題	場次(暫訂)
3	第七屆會員代表大會暨第七屆理監事選舉	3/27-台北市立聯合醫院忠孝院區
	腎移植的倫理議題與法規	3/6 北區-永和耕莘
		3/6 中區-澄清中港院區
		3/13 南區-高榮
4	慢性腎臟病之礦物質骨病變(CKD-MBD)治療的新進展與臨床處置研習會	4/10-中區-中榮
		4/17 北區-北榮
		4/17 東區-台東馬偕
		4/24 宜蘭-博愛醫院
		4/24 南區-高榮
8	腹膜透析護理進階課程—居家訪視實務與成效	8/21-台北市立聯合醫院忠孝院區
8~9	腎臟安寧緩和護理研習會	8/28 北區-台北市立聯合醫院忠孝院區
		9/4 中區-澄清中港院區
		9/11 南區-高榮
10	慢性腎臟病繼續教育—慢性腎臟病照護研習會	10/23-成功大學光復校區
11	在職人員專業品質研習會	11/20-台北市立聯合醫院忠孝院區
	透析護理行政主管研習營	11/27-台中金典酒店13樓金典廳