

## 108 年「腎友會」病友聯誼會活動紀實

總院 社會服務部 實習生 鍾雅芳、陳宣伶 / 社工師 鄭夙雅

根據統計，台灣目前洗腎人口高達八萬五千人，可見腎臟疾病儼然已成為國人需要正視的重大疾病。今年由黃志強主任及惠暄護理長為促進腎友們自我照顧品質而重啟「腎友會」活動，並與營養師、社工師針對腎友需求及目標共同討論設計活動內容，腎友們報名踴躍，於7月27日上午在本院第五醫療大樓第三會議室舉辦。

活動開始邀請吳佳純醫師針對洗腎病人之降磷藥物治療介紹，腎友們積極提問，醫病互動氣氛佳。中場休息時間並安排營養品試吃活動，使病人與家屬品嚐這些改良後的營養品，並藉此機會加以宣傳多元飲食觀念，不再僅限於傳統單一罐裝補充，而是將其製作成布丁、調理包等，較為吸引人之關注，也符合國人胃口。

之後由林珈汶營養師衛教病人及家屬飲食方面之注意事項，像是高磷食品，如：奶類乳製品、堅果類、加工肉品或蛋卵類、乾豆類、全穀類等，需嚴格控管，盡量避免，水分攝取亦不可過量。而後，營養師提醒，每月透過抽血報告皆可反應出飲食狀態，倘若有超標現象，就會再特別由護理師轉介營養師予以關切。活動最後，由營養科實習生帶領病人及家屬共同認識何謂「有機磷」及「無機磷」，透過戲劇演出，比擬一天吃進的食物，讓病人及家屬以賓果方式連線獲得小禮物，活動結束前並帶領大家重新複

習、統整概念，替腎友會畫上一個完美的句點。

洗腎病友們多數對於自己的飲食極為注重，會主動詢問並踴躍參與活動然而，洗腎的路很漫長，除了病人自己需要有強大的意志力，家屬支持也是個很重要的因子，而當天有許多病人都是與家屬共同前往聆聽、學習，相互牽引著彼此。本場活動不僅僅是在衛教，更能透過病人與家屬、病人與病人之間的互動，有所連結，分享洗腎路上的甘苦點滴，正視相關飲食、運動，意義甚大！

參加的腎友們會後熱烈回饋：「活動溫馨、有趣」、「提供病友正確飲食觀念，很好，收穫豐富」、「感謝宣導，有知識力才能改變」…，紛紛期待未來醫院能常辦理此種活動。



降磷藥物介紹



讓彩虹飲食，在洗腎路上為您加分



賓果有獎徵答



大合照

備註：活動照片已獲得當事人同意刊登