# 糖尿病的教學計劃

A TEACHING PROGRAM FOR DIABETICS

徐南麗

----------這篇文章是介紹美國一家擁用二百六十張病床的醫院，如何辦理糖尿病住院病人和附近社區的患友及家屬的教學課程。----------

格里芬醫院 (Griffin Hospital)是康涅底克州那格塔克河流域附近五個區域工業城的總醫院，擁有二百六十張病床。

他們公共衛生部門最具特色的，是建立糖尿病病人和家屬的教學計劃，同時開班上謀。尤其是針對住院的病人。近年來，由於糖尿病患者住院率的增加。使得這門課程能定期開班。據調查，一般患者對自己的病情，只有膚淺的了解，所以，使病人了解病因和預防、治療、保健方法，是公共衛生護士不可疏忽的一個課題，尤其是糖尿病。

我是一位公共衛生護士，在營養員的協助下，我安排了五個課程:

一、什麼是糖尿病 (What is Diabetes )?

二、糖尿病的合併症 (Complications of Diabetes)。

三、飲食與糖尿病 (Dietand Diabetes )。

四、糖尿病的血、尿試驗(Blood & Urine Test in Diabetes) 。

五、糖尿病的用藥(Medicines used in Diabetes)。

以上五個課程，不僅只用於教學，在個人衛教和臨床示範中，也應包括這五個課程。

我們的教學計劃是在一九七0年正式成立的。我把教學要用的材料全部放在一個籃子裡，帶到教室或病人單位去。其中包括各種尿糖試驗的工具和記錄本、一般常用的空針或針頭、醫囑常用的各種胰島素、各種藥品和標籤、彎盆、濾過器、酒精棉球、酒精和乾棉球、帶在糖尿病病人身上以利於急救之警告卡、糖尿病病人身份證、美國糖尿病學會出版的A.D.A. Forecast(見註一)，及糖尿病的烹調學，見註二 (A Cook book for Diabetes)。這個籃子，麻雀雖小，五臟俱全，對任何一位負責教學的護士，幫助很大。我們也把糖尿病病人所需之藥品、工具等，在市面上的售價，列表公佈。

此外，我們還由各大藥廠精選教學材料。同時，我們也感謝美國糖尿病學會 (American Diabetes Association)，個人和整個學會給予我們的協助。

在每一位患者使用的本子或病歷上，我們要在最明顯易見的地方，寫下上課的時間、地點、教學的項目、主題，以及教師的姓名等，這樣，可使每一位使用卡片或病歷的人，都能一目了然。

我和其他幾位護士是負責個人臨床教學部門。醫院藥局存了許多一般尿糖試驗需用的器材，這些東西，在病人未出院以前都可以購買。這樣，在護理人員的監督和指導下，很明顯的看出大多數病人在末出院前，都能做好尿糖試驗和胰島素注射等工作。

醫院開課前，我們就應該把海報貼出，或以任何宣傳方式，使病人和有興趣的家屬都能來參加。宣傳的海報或傳單上。應註明上課的主題、時間、地點。同時亦應寫明這天安排在病人單位臨床教學的時間。

我們也時常召開教學計劃研討會，這樣可使護士在教學時，更能熟悉他們所上課程的內容和試驗工具。

上課當天，醫院有許多志願工作者來幫忙佈置教室，安排病人上課的座位，安全的護送病人來回，並協助出席患者等工作。

醫院的護理長可決定病人是否可以出席上課，這並不需要醫生決定或任何醫囑的。雖然，有些醫生會在醫囑上寫著:「可參加上糖尿病課。」(To Attend Diabetes Class )有些醫生會要求把糖尿病教學計劃的時間表，放在他的辦公室中。

一般教學的方式，都是非正式的，往往依病人參加的人數和示教的內容而有所不同。一般護士，我們也鼓勵他們來上課。

有些病人出院後，還回來完成這五大課程。由於工作上的不便，有些病人要求夜間開課，我們也試辦了。目前，我們是每年舉辦三次至四次夜間課程，每次都很成功。

我們開辦夜間課程前，通常都會在報紙的地方版上登個小廣告，通知各位患友-----夜間課程已經開班了。但進夜間部上課的患者有一規定，就是必須在醫生的允許和關照下才能參加。

我們試辦糖尿病教學的一第年年底，統計的結果。共有三百五十二位來參加上課，其申五十五位，業已完成了整個教學課程。

有些病人要求增加其他的課程，特別是風濕病。有些醫生建議，最好能安排心臟科病人的教學計劃，尤其是注重飲食管制方面，這樣對病人的幫助，必然是很大的。當然，我們會慢慢朝著全面推展公共衛生教學這方面去求發展，求改進的。

醫院實施糖尿病教學到今天，時間很短，要做評價比較困難。這要依病人和家屬、醫護人員對傷患鼓勵上課的態度、醫護人員本身是否踴躍參加支持、本院同仁是否能鼓勵別的醫院醫護人員也來參加上課等因素而定。總之，我們會朝著發展公共衛生，建立完善教學系統。確實幫助病人等方面發展，日新月異。希望有一天，能真正達到人人健康的理想境界!

附註:

註一:「ADA Forecast」是美國糖尿病Y會專為糖尿病病人和家屬出版的書學，每二個月發行一期。地址是:1 East 48 Street New York,N..10017。每年是三元美金，每期每份是五角美金。

註二:「A Cook book for Diabetic」也美國糖尿病學會出版的書。一本是美金一元。

本文譯自:A.J.N,(American Journal of Nursing) 1973 January,P.92-93.