



# 社團法人台灣愛之光公益協會

## 台中市社區照顧關懷據點－社區 Eye 關懷計畫辦法

### 一、計畫目標

藉由辦理護眼宣導講座、操作視覺模擬教具及視障體驗活動等課程，作為護眼防盲策略；提高社區長者眼睛健康意識，預防勝於治療，認知眼睛的健康從日常生活做起。並以當地志工為種子推廣之概念，將眼睛防護意識深耕至社區，晉身為照顧長輩眼睛的守護員，讓護眼工作永續發展，成為當地社區據點特色。

### 二、目的

1. 長輩在保健眼睛有正向的改變。
2. 透過檢篩，了解民眾眼睛狀況。
3. 擁有正確眼睛就醫觀念，免於失明風險。
4. 培訓當地社區種子志工，成為照顧長輩眼睛的守護員。

### 三、計畫內容

愛之光這些年透過舉辦不同的活動，不只關懷視障朋友，更藉由多元的宣導方式，以及自我檢測推廣，讓各個年齡層的民眾意識到眼睛的重要。四年來舉辦超過 200 場的宣導及活動，2017「社區 eye 關懷」計畫深入社區進行護眼防盲課程及培育當地護眼志工，共計 805 人次參與。發現普遍長輩愛護眼睛的觀念較為薄弱，在每一場活動中，都不難發現眼睛需就醫的民眾，且患有眼疾卻不知或未就醫追蹤的民眾高達 2 成。此部分，促使協會更積極深入社區推動護眼活動及義診，在執行的過程中，透過專業儀器及醫療人員的協助，更實際發現有將近 50% 的民眾需積極進行眼睛定期檢查，80% 以上的民眾需增進防護眼睛的宣導。

本案係延續性方案，107 年度辦理「社區 Eye 關懷」已提供五個社區、快樂學堂之長輩共計 208 人，其中有 54 位需盡快就醫或定期追蹤，占總數 26%；本會也已協助醫療資源連結讓高危險個案正確就醫，避免因延誤治療而失去視力的遺憾。因此眼睛健康的照護不容忽視，本計畫有持續辦理的必要，愛之光將在 108 年度擴大服務範圍，讓更多願意投入長者健康管理的台中市社區照顧關懷據點，能加入護眼的行列並以當地志工為種子推廣之概念，將眼睛防護意識深耕至社區，晉身為照顧長輩眼睛的守護員，讓護眼工作永續發展，成為當地社區據點之特色。

### 四、需求評估

根據國內研究發現，青光眼與視網膜黃斑部疾病為台灣社區致盲(導致視力嚴重減退甚至失明)的最重要原因。我國國民健康訪問調查結果亦顯示，許多致盲疾病因國人不自覺，未能尋求醫療協助，導致已就醫的患者人數較應就醫的患者人數嚴重偏低。因此，對於眼睛進行必要的對策與防治，是非常重要的；但在中部不易找到與護眼相關並深入社區的團隊，而愛之光主要的工作為防盲護眼、關懷視障朋友，並且積極的想將預防眼疾的工作帶入生活中，若能讓民眾提高眼睛健康意識，預防勝於治療，認知眼睛的

健康從日常生活做起，問題若及早發現，是能及早減緩或終止病變繼續發生。為了喚起社區民眾對眼睛健康的注意，策畫一系列的課程及檢篩，期待達到潛移默化的目標。

在《眼科學紀要》(JAMA Ophthalmology) 最新研究調查了 3000 名美國老年人，以及 3 萬名聯邦醫療保險的受益者。在兩份樣本中，都用不同的方法對記憶力、方向感等認知能力進行了衡量。結果顯示，視力受損和大腦功能受損之間是有關聯的。65 歲以上的高齡人士，視力較差的人比視力好的，失智機率高出 63%，這些數字顯示出，視覺對於失智症的關鍵影響！美國密西根大學的實驗中更顯示，眼睛不好卻不看眼科的群體，比起矯正視力的群體，認知功能下降的機率達到 5 倍、失智症發病機率高達 9.5 倍。美國史丹佛大學的醫學博士蘇珊·帕辛也表示，雖然視力不足導致的認知功能下降和失智症的發病並非完全等號，但是透過研究，可以假定，改善視力或許同時還能夠降低罹患失智症的風險。

綜合上述，本會認為老人視力更應受到重視，關心及照護老人眼睛健康問題，是刻不容緩的工作。以期達到早期發現、早期治療，儘早提供必要的治療以防止視障人口增加，減少社會成本，是值得考慮之防盲策略。

## 五、服務說明

為達成到 108 年度社區 eye 關懷方案目標，以下設立四個目的：

### 1. 目的一：長輩在保健眼睛有正向的改變

➤策略：辦理護眼防盲宣導講座課程，每場 2 小時，五個社區各兩場預計 10 場；提供長者生活化的護眼保健知識。

➤服務方式：

護眼防盲宣導講座課程	
課程	內容
作伙守護 eye	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識眼睛結構部位，了解眼睛健康的重要。</li> <li>● 教導民眾了解從眼睛疾病的訊號，找尋誘發的原因，避免一時疏忽而錯過黃金治療階段。</li> <li>● 教導民眾透過簡單的保養方式來保護眼睛。</li> <li>● 破除不正確的護眼觀念。</li> </ul>
視覺體驗活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 操作視覺模擬教具、視障體驗活動。</li> <li>● 講授人導法的使用。</li> </ul>

### 2. 目的二：透過檢篩，了解民眾眼睛狀況

➤策略：教導民眾簡單的檢測眼睛方式，來自我檢篩；如黃斑部病變表格、色盲症檢查圖及青光眼高危險群自我檢測表等，及早發現眼睛問題。

➤服務方式：

提供社區檢篩	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 由協會社工及志工進入社區提供眼睛檢篩。</li> <li>● 協助高關懷個案就醫及定期追蹤。</li> </ul>
贈與社區檢篩表	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 由協會社工及志工進入社區教導民眾如何自我檢篩。</li> <li>● 期待列為社區接案及定期健康評估方式。</li> </ul>

### 3. 目的三：擁有正確眼睛就醫觀念，免於失明風險

➤策略：透過檢篩發現高關懷個案需至醫院深入檢查或進行手術，由社工巡迴訪視關懷並協助醫療轉介、衛教諮詢。

➤服務方式：

協助醫療轉介	<ul style="list-style-type: none"><li>● 連結眼科醫療資源，提供民眾就醫管道。</li><li>● 與醫院及眼科醫生合作，促使眼科醫療深入社區</li></ul>
提供衛教諮詢	由社工定期巡迴訪視，預計每月 2~3 次，進入社區給予正確的衛教諮詢。

### 4. 目的四：培訓的當地社區種子志工，成為照顧長輩眼睛的守護員

➤策略：辦理護眼志工培訓課程，每場 2 小時，五個社區各兩場預計 10 場；以當地志工為種子推廣教師之概念，將眼睛防護意識深耕至社區，晉身為照顧長輩眼睛的守護員，讓護眼工作永續發展。

➤服務方式：

課程	內容
認識中老年人常見的眼疾	<ul style="list-style-type: none"><li>● 認識中老年人常見的眼疾白內障、視網膜的病變（包括糖尿病引起的視網膜病變、近視性黃斑部退化、老年性黃斑部病變）、青光眼。</li><li>● 藉由對眼疾更深入的認識，能敏銳意識長輩的眼睛狀況。</li></ul>
眼睛檢篩 DIY	<ul style="list-style-type: none"><li>● 教授志工運用簡單的眼睛檢篩方式，協助長輩檢測。</li><li>● 提供正確眼睛就醫觀念，予以協助長輩就診及追蹤。</li></ul>

## 六、護眼據點審核機制及程序：

為維護執行品質，且考量本會能量後，故此本計畫預計招募五個護眼據點。

- (1) 認同本會護眼防盲之理念並能配合計畫施行原則。
- (2) 以一週辦理健康促進活動三天以上的據點為優先合作。
- (3) 參與據點長者需達 20 人以上、當地服務志工達 5 人以上為佳。
- (4) 於時間內提出申請。
- (5) 若超過五個單位申請，且皆符合評估篩選條件，則依報名順序為合作選擇。

## 七、申請辦法

1. 公告日起至 107 年 10 月 31 日止(星期三)，下載(附件一)申請表單，並寄至協會  
E-mail: [mamaeyes9@gmail.com](mailto:mamaeyes9@gmail.com)

【檔名請改為(社區 eye 關懷據點申請-據點名稱)】

2. 確定合作據點，本會將連繫及討論相關事宜。
3. 若有其他問題歡迎聯絡本會。

- 營業時間:週一至週六 09:30~18:00
- 電話:04-24750622#11(吳社工) 傳真: 04-24750655
- 地址:台中市南屯區南屯路 2 段 290 號 9 樓之 1

※ 備註：本會可視實際執行情況酌予調整計畫。



# 社團法人台灣愛之光公益協會

107 年度社區 Eye 關懷花絮

## 社區護眼志工培訓



## 護眼講座：當我看不到這個世界-視覺體驗活動



## 護眼講座：輕鬆檢測眼睛健康



認識愛之光：<https://youtu.be/SVfC4BIUEhg>

愛之光 官網：<http://lightoflovetaiwan.org>

愛之光 粉絲專頁：<https://www.facebook.com/lightoflovetaiwan/>