

出國報告（出國類別：會議）

ICN 國際護理大會

③

服務機關：臺中榮民總醫院/護理部 W76 病房

姓名職稱：洪文青 護理師

派赴國家/地區：芬蘭/赫爾辛基

出國期間：2025 年 06 月 09 日至 2025 年 06 月 13 日

報告日期：2025 年 07 月 02 日

摘要

第 30 屆 ICN 國際護理大會於 2025 年 6 月在芬蘭赫爾辛基舉行，主題為「改變世界的護理力量」。大會主題在聚焦護理領導力、臨床創新、專業培育、科技應用與全球健康永續等議題，吸引來自全球的護理專業人士、學者與政策制定者參與。會議內容涵蓋主題演講、專題論壇、論文發表及工作坊，強調護理在推動健康政策、提升照護品質、促進健康公平及應對全球健康挑戰中的關鍵角色。大會同時展示 AI 及數位健康等在護理領域的應用，並討論護理人力發展、職涯滿意度及多元包容。此次盛會為全球護理人員提供交流平台，推動專業成長與國際合作。

此次參加國際護理大會受益良多，除了增進國際視野，增加學術交流活動，學習先進護理教育模式與最佳實務經驗，提升國際競爭力。

關鍵字：第 30 屆 ICN 國際護理大會、國際會議

目 次

一、 目的.....	1
二、 過程.....	1
三、 心得.....	6
四、 建議事項.....	6
(一)、安排資深人員輔導學員在進階路上不孤單，以提升進階訓練誘因。	
(二)、提升護理人員對安寧共照相關法規、倫理準則及可用資源的認識。	
(三)、定期舉辦母乳進階課程及母嬰照護工作坊或經驗分享。	
(四)、定期舉辦高危險妊娠相關在職教育。	
五、 附錄.....	7

一、 目的

第 30 屆 ICN 國際護理大會（2025 年 6 月 9-13 日）在赫爾辛基舉辦，每天安排國際護理領袖或專家就「改變世界的護理力量」主題發表演說，聚焦全球健康、護理領導力、政策推動等，依據八大子題（如護理領導、臨床創新、教育培育、健康政策、數位科技、全球健康永續、多元包容、急重症與人道救援等）安排多場次專題論壇、案例分享與互動討論，大會邀請來自世界各地的護理專業人士、學者、政策制定者參與，透過主題演講、論壇、論文發表，分享各國最新研究成果與臨床經驗。

透過參與國際研討會，與來自世界各地的護理專業人員、學者及領袖進行學術交流，分享臨床實務經驗、研究成果與最佳實踐，促進專業知識的成長與更新，了解全球護理發展的新趨勢、最新政策、科技應用與教育創新，掌握國際護理專業的前瞻方向，提升自身專業素養與國際視野，觀摩各國在臨床照護、健康政策、護理教育等領域的成功經驗，將國際最佳實踐知識吸收及分享，促進本地護理品質與專業發展。

二、 過程

(一) ICN 國際大會是全球護理界最重要的交流平台之一，能全面了解國際護理趨勢、前瞻議題與最佳實踐，是專業成長與國際接軌的絕佳機會。

本次第 30 屆 ICN 國際護理大會於 2025 年 6 月在芬蘭赫爾辛基舉行，會議為期五天，涵蓋主題演講、分組論壇、論文發表、工作坊及國際交流活動。每日早上由國際護理領袖進行主題演講，探討全球護理趨勢、領導力與健康政策。隨後分組論壇聚焦於臨床創新、護理教育、數位健康、全球健康永續等議題。期間我參與了多場分組討論，特別關注 AI 在護理教育的應用及多元文化照護經驗，並於論文發表時與來自不同國家的護理人員交流研究成果。工作坊部分，實地體驗了 VR 護理技能訓練與遠距照護平台操作。會議期間亦參加了國際網絡活動，深入了解各國護理發展現況與挑戰。

(二) 出國期間行程

第 30 屆 ICN 國際護理大會於 2025 年 6 月 9 日至 13 日舉辦，地點為芬蘭首都赫爾辛基（Helsinki, Finland），會場名稱是 Messukeskus Helsinki（赫爾辛基會展中心），我們於 2025 年 06 月 06 日晚上搭乘中華航空啟程，途中經荷蘭阿姆斯特丹轉機，於芬蘭時間 06 月 07 日夜間抵達赫爾辛基萬塔國際機場，於 2025 年 06 月 09 至 06 月 13 日參加為期五天的 ICN 國際大會。

參訪前護理部主任、副主任、督導、護理長們不僅是行前叮嚀注意安全，也建立群組了解每位同仁出入境時機、搭乘航空公司、旅宿地點及交通工具等。

HSL（Helsingin seudun liikenne，赫爾辛基地區交通管理局，瑞典語簡稱 HRT），提供與會人員享有為期 7 天的免費交通，HSL 是由芬蘭大赫爾辛基地區九個城市共同組成的區域性公共交通管理機構，負責規劃、監管和協調赫爾辛基及周邊地區的所有公

共運輸（包括巴士、電車、地鐵、渡輪、通勤鐵路和共享單車），往返會場及當地景點古蹟參觀讓每天的都是充實的一天。

1. 第一天 06/09

下午先期早到會場辦理入場識別證、台灣護理學會團體照，會場當天活動時間 1800~2100(圖一)、(圖二)。



圖一：臺中榮總護理部團體照。



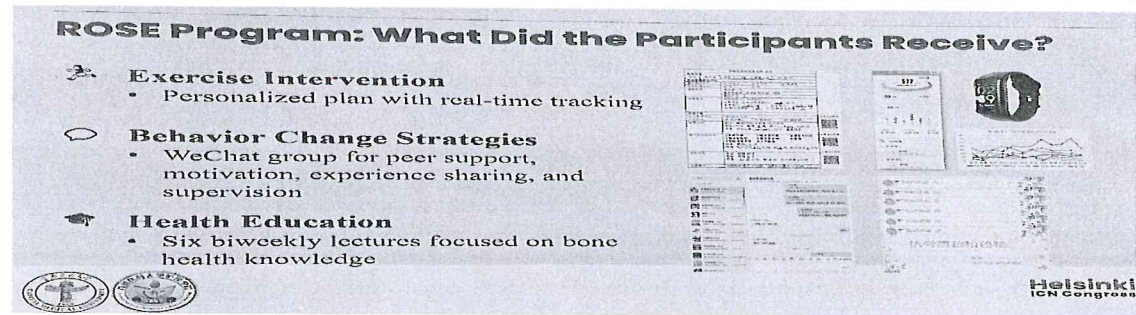
圖二：第 30 屆 ICN 國際大會開幕式。

2. 第二天 06/10

今日「運動介入對乳癌女性骨骼健康的影響」主題是評估「ROSE 計畫(Rebuilding Osteo Strength with Exercise)」在改善乳癌存活者骨質健康方面的成效。

因為乳癌內分泌治療會加速骨質流失並增加骨質疏鬆風險，運動被視為管理骨質密度相關副作用的因應策略，但相關證據有限，所以研究目的為評估 ROSE 計畫對乳癌女性骨骼健康的成效，研究設計採用概念性框架，將運動介入、健康教育與行為改變策略結合，並以穿戴裝置監測參與者狀態，而研究結果顯示，介入顯著提升參與者骨質健康知識，知識提升與身體活動量增加呈正相關，但對自我效能無顯著影響，ROSE 計畫對骨質密度有直接正向影響，強調知識提升是行為改變的前提，並展現運動介入在乳癌存活者骨骼健康促進上的實證效果，並能改善乳癌存活者的身體健康與症狀。

但文章並未明確列出參與者做了哪些「特定運動」，僅提到「運動介入(Exercise Intervention)」是 ROSE 計畫的一部分，但從相關文獻補充，ROSE 計畫屬於「多組成分骨骼健康管理介入」，整合了漸進式運動(progressive exercise)、骨骼健康教育與行為改變策略。在乳癌患者運動研究領域，常見的運動類型包括：有氧運動(如快走、慢跑、游泳、騎腳踏車)、阻力訓練(如深蹲、腿舉、胸推、啞鈴訓練)、柔軟度與核心穩定運動(圖三)。



圖三：結合科技（即時追蹤：如運動手環及 APP、社群平台）。

3. 第三天 06/11

課程一：「TWIN LIFE 2021 - 2026 計畫：護理人員在多胞胎家庭照護的能力」

強化護理人員在家庭照護上的專業訓練、推動遊戲化訓練與嚴肅遊戲在臨床技能與知識學習上的應用、建立多元化的家長支持資源，包括親職指導、心理支持及實用照護技巧，協助家庭面對挑戰、增設針對家庭的衛教課程與諮詢服務，回應家長對知識與支持的需求。

對應到本院產科病房護理師年齡 23~50 歲、約 85% 為大學學位、工作經驗 0~25 年，多具豐富臨床經驗，能反映現場專業需求與挑戰，設計並實施以案例為基礎的模擬訓練與數位遊戲課程，為提升護理人員對多胞胎家庭照護及臨床技能的熟練度，護理人員每年參加母乳進階課程（實體課程及技能訓練），定期舉辦家庭照護工作坊與經驗分享會，促進知識交流與實務經驗累積（每季舉辦母乳會）。

課程二：「助產士繼續專業教育的範圍審查：最佳化產科緊急情況和併發症的管理」

全球孕產婦死亡率仍偏高，以低中收入國家情況尤為嚴重，且撒哈拉以南非洲孕產婦死亡率最高（圖四），每 10 萬活產嬰兒有 542 人死亡，遠高於全球目標值（每 10 萬活產嬰兒低於 70 人）。主要孕產婦死亡原因包括：產後出血、子癇前症/子癇、感染、分娩併發症、敗血症等，產科急症與併發症類型以產後出血（25%）、肩難產（25%）、早產（6.25%）、子癇前症/子癇（12.5%）、臀位產（12.5%）等為主，助產士和護理人員在提供緊急產科和新生兒照護（EmONC）服務上扮演關鍵角色，需提升急症管理能力：針對產後出血、肩難產等產科急症，強化助產士與護理人員應變與處置能力，而 CPE（持續專業教育）訓練方案多元，包括標準化模擬訓練、科技強化模擬訓練、跨專業模擬訓練、臨床現場指導及培訓講師計畫（圖五）。

對應到本院產科病房人員每年參與院內高危險妊娠相關在職教育，透過持續教育與訓練，強化護理人員在急重症產科照護的核心角色。

INTRODUCTION/BACKGROUND

- Globally, the **maternal mortality ratio (MMR)** is still unacceptably high; on average every day, nearly 810 women die while giving birth especially in low-middle income countries [1,2].
- Sub-Saharan Africa remains the region with the highest burden of maternal mortality and morbidities with an **MMR of 542 per 100,000 live births**, which is higher than the ratio of 216 per 100,000 live births globally.
- The Sustainable Development Goal (SDG) 3.1 sets out that by 2030, the global maternal mortality ratio (MMR) is reduced to less than 70 per 100,000 live births [3].
- Midwives and nurses are essential providers of **emergency obstetric and neonatal care (EmONC) services**, and need to remain competent and update their knowledge to enhance the quality of EmONC service delivery

RESULTS

Theme 1: Types of CPE training programs.

Sub-themes

- Standardised simulation CPE program
- Technology-enhanced simulation-based training (TESBT)
- Inter-professional simulation-based training (IPSBT)
- Onsite clinical mentorship programme
- Train-the-Trainer program.

圖四：全球孕產婦死亡率依然偏高，主要集中在中低收入國家，助產士與護理人員居關鍵角色。

圖五：CPE（持續專業教育）訓練方案強調提升醫護人員臨床能力與教學品質。

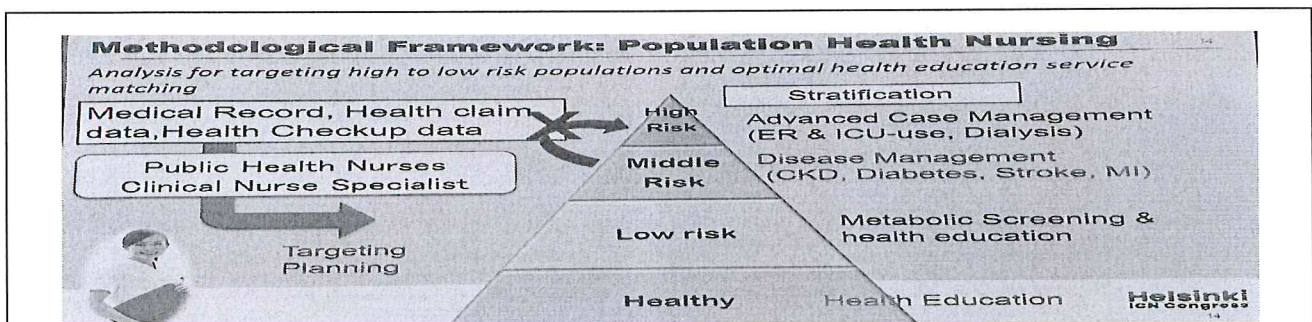
4. 第四天 06/12

課程一：「主要會議：推進護理實踐：抓住時機」

高齡與多重慢性病患者常帶來高昂醫療費用，腎臟病與糖尿病患者需長期透析或住院，醫療體系面臨沉重負擔，另一重點全球新生兒一日內死亡率雖有下降，但仍佔嬰兒死亡的40%。慢性非傳染性疾病（NCDs）如糖尿病、心血管疾病、慢性腎臟病等，已占全球死亡75%，並造成龐大醫療支出，預防與早期介入可有效降低醫療支出。

會議中強調透過初級保健（Primary Care）與急性照護（Acute Care）的協同作業，對高風險族群實施分層管理與主動健康介入，以提升整體照護成效，而透過早期篩檢、健康促進與風險分層管理，落實預防為先的健康策略，以減輕慢性病及末期腎臟病的負擔。

導入 AI 與大數據技術，精準篩選高風險族群，提供個人化健康管理與追蹤建立高風險族群分層管理系統(圖六)，定期主動追蹤，及早介入預防疾病惡化。在初級保健、慢性病管理與母嬰健康等領域擴大遠距醫療服務，提升照護可近性與效率，建立成效評估機制，定期檢討照護模式與管理策略。



圖六：族群健康護理（Population Health Nursing）的分層管理方法，強調如何利用健康數據進行風險分層，並針對不同風險族群提供最佳健康教育與照護服務。

課程二：「研討會：以個人、家庭和社區為中心的方法加強實證實踐」

本場會議致力於促進對以人為本與實證為基礎的實務進行批判性反思，並且深入探討實施過程中的困境與因應策略。實證為基礎的實務指引是最佳實踐聚焦組織（BPSO）計畫成功推動的基石。

BPSO (Best Practice Spotlight Organization) 計劃是由加拿大安大略省註冊護士協會 (RNAO) 於 2003 年創立的國際知名認證計劃，目的是讓醫療和護理單位採用經過研究證實最有效的做法進行照護，提升照護品質與安全。該計劃透過系統性整合證據、教育訓練與臨床實踐，建立實證實踐文化，創造模範示範單位，進而推廣至全球醫療體系。

透過持續性教育訓練與護理領導的支持管理，進而建立並鞏固實證實務文化，有助於護理人員**能力進階**，另外經由多元職涯發展管道及成效回饋，不僅提升工作滿意度，也有效改善護理人員留任率，藉由優化組織文化與強化專業認同，對護理人員留任產生了明顯正向影響。

5. 第五天 06/13

「瑞典護士在減輕痛苦和促進福祉方面的作用」

緩和照護強調全人照護理念，包括身體症狀管理、心理社會支持、靈性關懷與存在支持(圖七)。旨在改善面臨生命威脅疾病的患者及其家屬的生活品質，目標是提供舒適和預防生命終期患者的痛苦，確保有尊嚴的死亡，透過早期識別與完善評估來預防和緩解痛苦，而疼痛控制是緩和照護的重要組成部分，採用 WHO 階梯式止痛方法，結合神經性疼痛管理及輔助療法，緩和照護不僅是症狀管理，更是涵蓋身心靈全人照護的專業領域，在減輕痛苦與維護尊嚴方面發揮關鍵作用。護理人員在生命終期照護中承擔多重角色，需要專業知識、情緒韌性與倫理判斷力，同時面對道德困擾與組織支持的需求，護理實務需要基於證據的專業知識，同時需要勇氣來維護患者權益、挑戰不當實務與面對困難決定。

院內可加強倫理教育與知識培訓：定期舉辦有關**安寧緩和照護的倫理課程**與工作坊，提升護理人員對相關法規、倫理準則及可用資源的認識，幫助他們在面對複雜議題時有明確依據與判斷依循。



圖七：強調自我反思、同儕支持與個人福祉是護理人員在面對臨終照護壓力時不可或缺的要
素，並直接影響專業照護品質。

三、心得

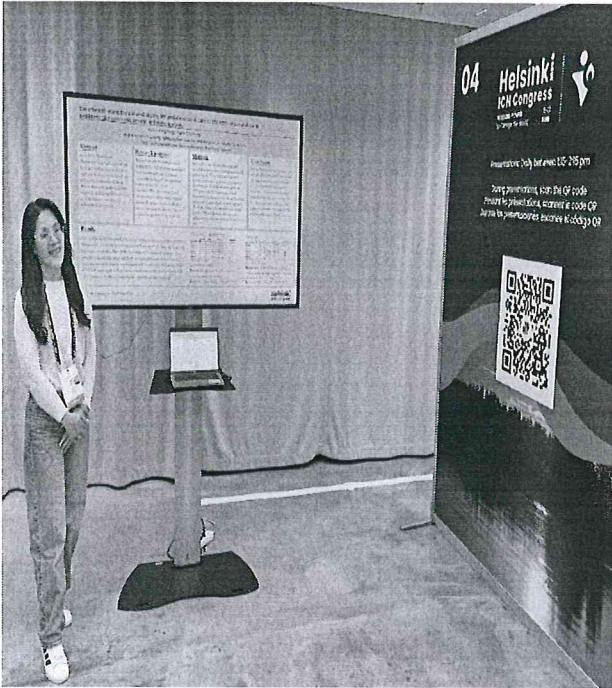
很榮幸能參加 ICN 國際大會及投稿海報分享成果，不論是課程活動或海報分享，讓我深刻體會到全球護理專業的多元與創新，而會場展區也有來至各地廠商分享擬真機器。透過主題演講與展場分享，了解各國在數位轉型、臨床實務、健康政策推動上的最新進展，與來自不同國家的護理人員互動，了解各國在資源條件、文化背景與臨床挑戰上的差異與共通解決方案，特別是 AI 與智慧健康在護理領域的應用，啟發我思考如何將這些創新知識或經驗帶回實踐。在學者們交換意見學習到具體可行的研究設計與執行策略，尤其是新生兒家庭照護和產科急重症管理的實務做法、安寧共照議題、護理人員能力進階及留任，針對高風險族群進行分層管理與主動健康介入，提升照護成效，在生命終期照護需要專業知識、情緒韌性與倫理判斷力，護理實務需要基於證據的專業知識及臨床證據落實於日常照護，同時需要勇氣來維護患者權益、挑戰不當實務與面對困難決定。

重要的是大會拓展了我的國際視野，激勵我持續追求專業成長與參與國際合作，並思考如何在未來推動本國護理教育與實務的創新發展。

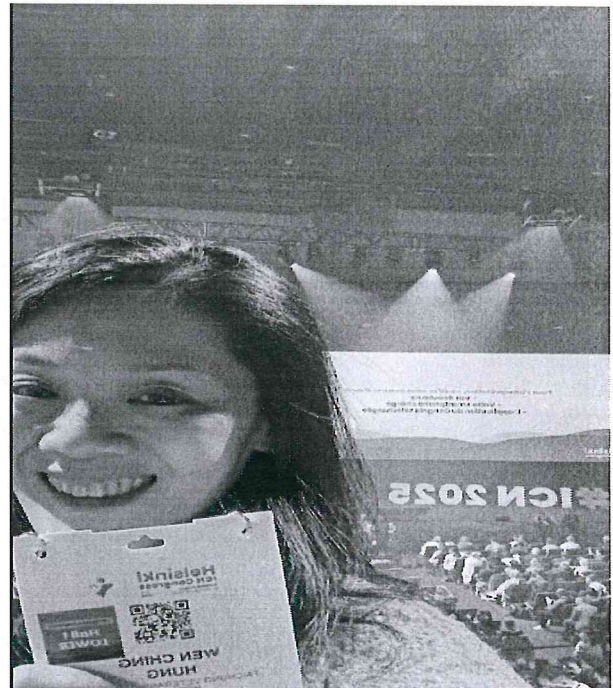
四、建議事項

- (一)、安排資深人員輔導學員在進階路上不孤單，以提升進階訓練誘因。
- (二)、提升護理人員對安寧共照相關法規、倫理準則及可用資源的認識。
- (三)、定期舉辦母乳進階課程及母嬰照護工作坊或經驗分享。
- (四)、定期舉辦高危險妊娠相關在職教育。

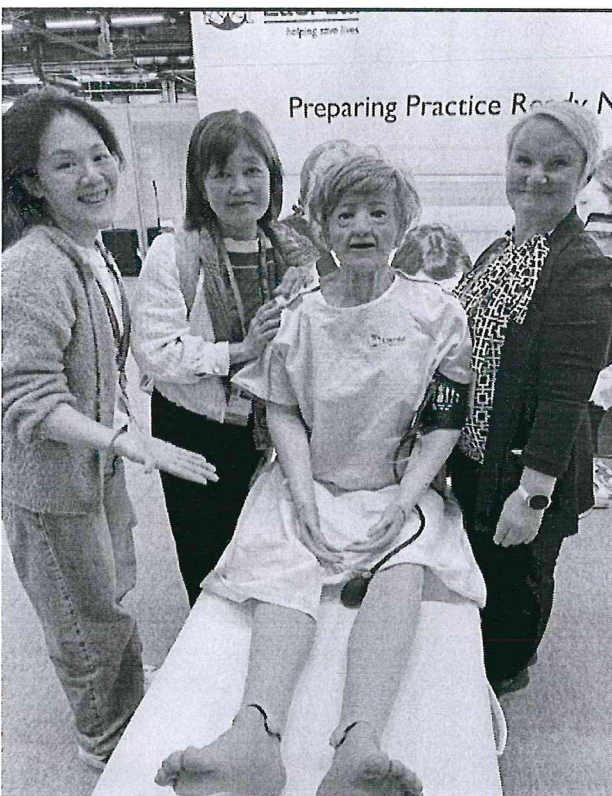
五、附錄



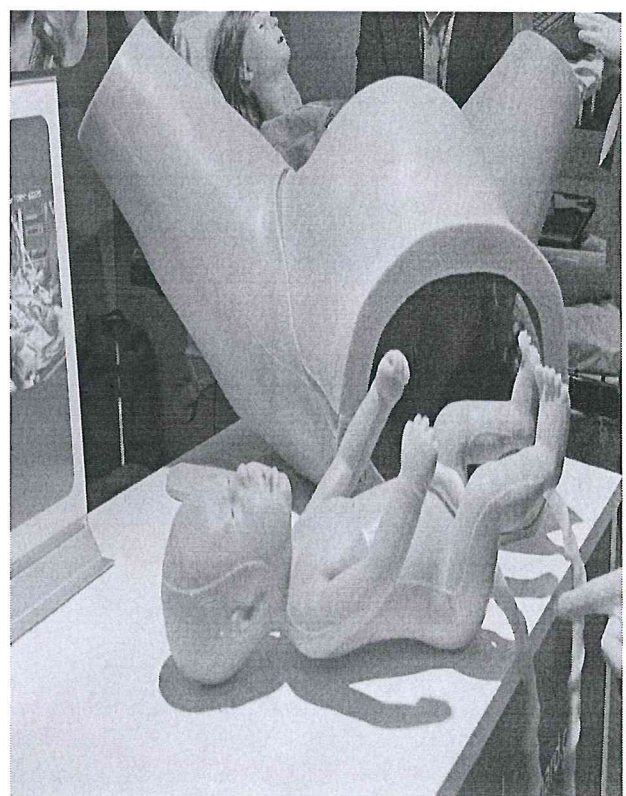
(圖八) 筆者海報。



(圖九) 與 ICN 大會合影。



(圖十) 與教學教具廠商合影。



(圖十一) 分娩模組。