

出國報告（出國類別：其他）

參與 Nursing science 2023 國際研討會心得報告

服務機關：臺中榮總 護理部
姓名職稱：羅蘋 專科護理師
派赴國家/地區：英國 倫敦
出國期間：112.8.21-112.8.23
報告日期：112.9.12

目 次

摘要	3
目的	4
過程	4
心得	6
建議	7
附錄	7

摘要

Nursing science 2023 於 2023/08/21-08/23 於英國倫敦舉辦，會議主題為「探索創新和進步，促進護理科學的進步」。三天的研討會中包含專題演講、口頭報告及海報展示，專題演講及口頭報告的部分包括實體會議及視訊會議同步進行，讓研討會的內容能無遠弗屆的傳遞。感謝院方的支持鼓勵及櫻花文教基金會的經費補助，以研究主題「A qualitative study on the women who experienced a stroke」進行口頭發表，藉由發表自身學術研究結果及參與不同專業的主題演講和口頭報告，讓自己對於護理專業領域的眼界更加開廣。建議增加線上英文學習資源、鼓勵參與英語能力檢定考試、將研究結果投稿 SCI 期刊並訂定未來出國進修計畫。

關鍵字：Nursing science 2023、中風、女性

內文

一、 目的

Nursing science 2023 (International Nursing Science Conference)由 Magnus Group 於英國倫敦舉辦，此次舉辦提倡之主題目標為「鼓勵將護理哲學、理論和研究融入實踐」。

而參與此國際研討會的目的：1.分享學術研究結果，以口頭報告方式公開發表「A qualitative study on the women who experienced a stroke」研究結果。；2.藉由參與國際研討會以了解各國及各護理專業領域不同和創新的作法，與其他護理專家進行交流，提升自身國際觀、專業知識及技術。

二、 過程

此次參與的國際研討會 Nursing science 2023 (International Nursing Science Conference)於 2023/08/21-2023/08/23 在英國倫敦舉辦，會議主題為“Prospecting Innovations and Advancements for the Betterment of Nursing Science.”，與就是「探索創新和進步，促進護理科學的進步」。為期三天的研討會中包含專題演講、口頭報告及海報展示，專題演講及口頭報告的部分以實體會議及視訊會議同步進行，讓研討會的內容能無遠弗屆的傳遞。

三日研討會每日的活動如下：

第一日	8/21	開幕、專題演講、口頭報告(實體會議及視訊會議)、海報發表展示
第二日	8/22	專題演講、口頭報告(實體會議及視訊會議)
第三日	8/23	專題演講、口頭報告(視訊會議)

在三日研討會的過程中，主辦單位每日安排專題演講、口頭報告，除此之外，第一日還有海報展示時間，在整個過程我對於幾個主題有著深刻的印象，分享如下：

(一)由 Jean Ross 專家分享的主題「Nurse as designer: Innovative practice contributing to nursing science」中呈現護理人員即是一位設計師，一直藉由創新和實踐為護理科學做出貢獻。從前的護理人員較為依循常規及標準完成工作，但隨著護理專業的不斷進步，漸漸的護理人員在護理工作的過程中，慢慢的成為了一位設計師，當我們面對不同的狀況，或當我們遇到不同的疾病或文化種族時，會學習發揮創造力、利用批判性思考能力，握有不違背基本知識的常規，進行創新或是更佳解決方案的過程。在演講過程中，Jean Ross 專家強調我們在平常的護理工作中應藉由關心個案去進行問題的發現，進而反思、學習如何應用設計的思維來改進現有作法，利用想像力和現有資源改善現有的健康問題，將護理人員的角色能更以設計師的角色去呈現，不管是計畫、創建、實施，甚至是生產產品，只要是能改善護理現況，讓所需個案能得到更佳的健康促進訊息或是對疾病的瞭解及治療，都值得嘗試。也再三提醒在規劃、制定健康促進訊息時，仍應以實證的方式進行制定，並試圖應用到創意資源中，將正確的資訊以他們能吸收的方式傳遞給社區的一般民眾，且過程中應結合當地的政策及可提供的資源，讓民眾更能理解並廣泛觸及所需資源，確保信息的可取性及整體的可持續性。當然過程中可能會成功，也可能徒勞無功，但仍應該對自己有信心，帶著冒險的精神，勇敢發揮自己的能力和創造力去進行實踐。

藉由此專題演講我相當振奮，仔細思考，我們一直都是隱藏的設計師，院部及護理部支

持著我們這樣做，平常訓練我們的實證及創新能力，每年都可以提出簡化的提案，也會舉辦創新競賽發揮大家的想像力，也提供 3D 列印中心的專家進行協助，舉例來說我曾經因發現某一群因慢性病或衰老造成自我餵食不易的患者與單位護理長共同發想創新「食物不落地 進食訓練器」參加創新競賽；每年也指導單位護理同仁一同完成實證報告並應用於臨床、完成「老年人經由腹部按摩改善便秘之實證護理案例分析報告」；也在耳鼻喉頭頸部擔任專科護理師時看到醫師將患者的頭骨列印出來，在進行手術解釋時讓患者更理解手術後可能造成的心像改變，以他們更能理解的方式去進行術前的討論並增加術後的接受度。我想，我們只要繼續培養自己批判性的思維及解決問題的能力，不要怕，以不同的面向看待一個困難的問題，相信每位護理人員都可以是很好的設計師，能為整體環境帶來不小的改變。

(二)由 Elvessa Narvasa 分享的主題「Emerging paradigm of patient care in the age of wearable technology」表示整體醫療體系的技術正以極快的速度改變的世界，介紹了加拿大現行使用的一些監測健康數值的穿戴裝置，也呈現的這些設備在維護健康提供的巨大潛力及對於需求者產生的正向影響。使用者可藉由這些設備參與了解自己的身體狀況，進而引發動機去改變自己的行為。舉例來說有穿戴裝置可監測血壓、呼吸和紀錄血糖狀況，也有裝置可監測睡眠品質，甚至也有可以持續監測心律信息的設備，大多數的設備即使離開了醫院，他們也可以在自己的日常生活中使用，讓他們可以初步監測信息，若出現不適或是建議尋求醫療資源時，提供醫療團隊成員相關的數據，否則有時不健康的狀況在初期常常會被忽略。這種早期預警系統也被他們應用在檢測慢性病患者的相關狀況。相信在不久的將來，可穿戴設備會越來越發展，畢竟人們也對其應用越來越感興趣。我認為將這些穿戴裝置融入生活可以成為早期預警的一種方式，提高醫療服務及相關生活質量。我知道院內目前現行的是心臟科的病人或使用無線的心律監測器監測心律狀況，如此當患者有不適主訴時，可以在後台監測相對應的時間是否有不正常的心律進而去處理，畢竟很多時候心臟方面的一個不正常的心律是一瞬之間的事情，若沒有這樣監測，可能當患者說出不適主訴時，不正常的心律已回覆正常，來來回回尋找原因的過程中多花了很多不必要的時間。相信在不久的將來，醫療保健專業將不可避免地通過可穿戴技術來進行後續追蹤或是慢性病的長期照護。

(三)Jennifer Nanna 來自美國 Best buy Health Company，Best buy Health Company 是一個營運的公司，Best buy Health Company 這間公司主要是透過技術和有意義的聯繫來拯救生命，包含健康產品、緊急設備及幫助連接患者和醫生的虛擬醫療產品。她分享的主題為「Telehealth in the new nursing world」，專家表示在過去三年疫情期間，藉由技術及設備的聯繫，也就是所謂的「遠程醫療」大大的改變了醫療及護理的方式。遠程醫療提供了更大的靈活性，因此護理人員應學習接受及適應，讓自己成為具有相關能力的人員，進而提供更高質量的護理。專家也提供了關於整體平台及應用程序的展示，表示遠程醫療可包含諮詢、看診、處方箋開立及用藥諮詢，呈現了美國的遠程醫療在近幾年間的進步。我知道目前院內已成立「遠距照護中心」，我也曾看過醫師使用此模式進行看診，雖然台灣不比美國大，但藉由遠距的方式，我們仍減少了因地域造成的醫療保健差距，比如說一些南投深山中的老人就可以藉此方式進行看診。遠程醫療改變了現今醫療的照護模式，提供了一個不同的方法及技術去照護患者，期許在這方

面我們能繼續精進，相信持續推動下能有更好的結果，也為患者們謀取更加的福利，創造更無遠弗屆的健康社會。

三天的研討會藉由專題演講、口頭報告及海報展示，我學習到來自不同領域各地專家的想法、觀點，讓我獲益良多，護理專業仍會一直根據現況發展下去，我們應推廣原創的想法，學習質疑先入為主的觀念，去創新並根據趨勢提供最佳的作法，提供心中認為最好的護理。

三、心得

這是我第一次以第一作者的身分去參與國際研討會，選擇此研討會的原因為當初在搜尋適合的研討會主題時，看到 Nursing science 2023 的會議主題，讓我很有興趣，雖然說我的報告主題並不是科技或是實質物品的創新，但我的研究結果所延伸出的理論，在照護腦中風女性病人上，也是一種創新，因此讓我毅然決然決定嘗試投稿，也很開心順利投稿上。

這次選擇以口頭報告的方式發表自己的主題，從接受這個挑戰、製作簡報檔、撰寫英文口頭報告的演講內容稿，每天慢慢的學習講稿內容並背誦，做好被問問題的相關準備，這一步一步都是自我學習的重要環節。我是在研討會第一天的中午進行約十五分鐘的口頭報告，在我之前很多我去聽的專家學者都是來自英語系國家，英文都說得非常流暢，我非常擔心自己上台會一片空白或是英文不標準讓大家聽不懂，好險在努力準備下順利完成了人生第一次研究主題為「A qualitative study on the women who experienced a stroke」的英文口頭報告。因近年來，性別議題在國內外皆受到重視、且婦女健康也是政策重視之議題，通常在現今社會所定義的女性角色，對於家庭責任強度所付諸的期望較高，因此當家中女性因中風而無法完成自我照顧甚至需他人協助照顧時，她們的需求是否能被妥善理解及滿足則成為一重要性別議題，故引發探討女性腦中風病人罹病歷程之動機，並將研究結果應用於未來病患，藉由質性研究方式探討腦中風女性病人罹病歷程，「破繭成蝶」為腦中風女性病人罹病歷程之核心範疇，在未來照護腦中風女性病人時，可參考研究結果中可能經歷的歷程並給予全方位的護理。我進行報告時，很感謝有這樣的機會挑戰自己，也很感謝台下的聽眾給了我不少肯定的眼神，甚至在我報告結束後的休息時間，有來自不同國家的護理人員，主動向我表示對我的研究內容感到有興趣，並互相交流腦中風病人的相關照護，如病人數量、目前所待醫院收治的病人期別。

「世界很大，我還很渺小」是我參與此次研討會結束最大的心得。沒出去看看真的不知道世界那麼大，有那麼多不同領域的專家，關注著不同的健康議題，讓我能有機會與不同領域的頂尖專家學習和互動。感謝院方的支持鼓勵及櫻花文教基金會的經費補助，讓我能以研究主題「A qualitative study on the women who experienced a stroke」進行口頭發表，藉由發表自身學術研究結果及參與不同專業的主題演講和口頭報告，讓自己對於護理專業領域的眼界更加開廣，也讓自己能以不同的方式看待世界。我在去年從神經內外科專科病房轉任耳鼻喉頭頸部專科護理師，對於不同的專業領域及研究主題仍在探索中，期望未來能在實務過程中發現新的研究主題並進行研究，也期許自己能有機會至國外的醫院進行進修，國際研討會是踏入國際的第一步，若能至國外的醫院進行深度的進修，相信會有更開闊的視野及創意。

四、建議（包括改進作法）

1. 增加線上英文學習資源：除現有實體英文會話課程外，建議可提供全院線上相關英文線上學習資源，如大家說英語、空中英語教室等讓輪三班的護理人員也可以利用醫院提供的線上資源進行英文能力的培訓。此外，實體英文會話課程也能進行課程的擴大，打造一個提供英文學習環境的友善職場。讓我們未來在照護外國病人或是參與國外研討會、出國進修時，能具備足夠的英文能力。
2. 鼓勵參與英語能力檢定考試：增設鼓勵方案，鼓勵院內人員參與英文能力檢定考試，包括全民英檢(GEPT)、雅思(IELTS)、托福(TOFEL)、多益(TOEIC)及 OET (Occupational English Test)、PTE 學術英語考試等，若達到等同全民英檢初級的同等能力時補助全額報名費、每半年可補助一次，此能鼓勵院內人員學習英文並進行自我能力檢測，在準備檢定考試的過程中也有一個方向能去努力，強化學習動機。查閱網路目前現行有多數大專院校(如陽明交通大學、高雄醫學大學等)及部分政府機關(如台中市、台南市等)有提供相關補助方案鼓勵鼓勵參與英語能力檢定考試。
3. 將研究結果投稿 SCI 期刊：藉由這次參與國際研討會發表研究結果，更加體會到將自身研究結果分享並討論的成就感。因此設立目標，並暫定投稿「Journal of clinical nursing」，設立進度表，期望能將研究成果順利發表至 SCI 期刊。
4. 訂定未來出國進修計畫：目前為耳鼻喉頭頸部專科護理師，經由這次參與國際研討會的經驗更加理解到世界很大、還有很多可以學習的地方，引發我對出國至其他醫院或機構探索並學習耳鼻喉頭頸部相關專業的濃厚興趣，預計訂定明年的出國進修計畫，暫定想學習的為頭頸癌吞嚥復健的主題，會朝著至國外的醫院進行深度的進修為目標持續努力。

五、附錄



圖一 專家學者實體口頭報告研究成果



圖二 國際研討會會場



圖三 口頭報告發表研究結果之過程