



人口老齡化

慢性病患
病率上升

隨著新加坡人口老齡化和慢性病患病率的上升，傳統的醫療系統面臨越大壓力，社會處方被政府視為可減輕醫療負擔的方法。新加坡的 65 歲及以上的居民到 2050 年將急升至總人口的三分之一¹，而慢性病患亦伴隨著人口老化而增加。在 2019 年至 2020 年期間，35.5% 的人患有高血壓及 39.1% 患有高脂血症，40 歲及以上人士的患病率會較高²。此外，新加坡的全國人口精神健康患病率，從 2020 年的 13.4% 上升到 2022 年的 17%³。相關的醫療開支將不斷上升。

因此，新加坡政府在 2023 年推出了 Healthier SG 醫療改革計劃，提出五大關鍵發展方向，包括



- 1 向市民增加資助使用社區家庭醫生
- 2 加強社區家庭醫生及護理人員的功能角色
- 3 讓醫院成為照顧地區人口健康的管理者
- 4 發展全國系統及基建，推出如「健康 365」電子系統鼓勵市民及早處理健康問題
- 5 運用「社會處方」，使醫生（包括家庭醫生及醫院）能向市民「處方」社區資源以改善健康⁴

1. Hirschmann, R. (2024, August 1). Elderly population as share of resident population Singapore 1970-2023. Statista. Retrieved from <https://www.statista.com/statistics/1112943/singapore-elderly-share-of-resident-population/>

2. Ministry of Health Singapore. (2021, November 18). Smoking rate down, chronic disease prevalence remain of concern. Government of Singapore. Retrieved from <https://www.moh.gov.sg/news-highlights/details/smoking-rates-down-chronic-disease-prevalence-remains-of-concern>

3. Ganesan, N. (2023, September, 27). Prevalence of poor mental health increasing in Singapore; young adults have highest proportion at 25.3%. Channel News Asia. Retrieved from <https://www.channelnewsasia.com/singapore/poor-mental-health-young-adults-seek-help-moh-survey-3802531>

4. Ministry of Health Singapore. (2022, September 21). The White Paper on Healthier SG. Government of Singapore. Retrieved from <https://www.healthiersg.gov.sg/resources/white-paper/>

改革計劃推出後，特別因應要實踐「社會處方」一環，界定三個重要的持份者：醫院（包括住院及門診服務）、家庭醫生、以及社區社會服務單位，並要求他們必須提出措施，使他們在同一系統中通力合作，讓市民在三者當中得到持續的醫療及社會服務。下文主要聚焦介紹醫院一方的相關措施。



醫院主導執行的「社會處方」計劃

新加坡最大的醫療機構 SingHealth 其下的社區醫院 SingHealth Community Hospitals (SCH) 面對眾多長者出院問題，需要為他們提供以人為本的護理及社區支援。在 2019 年 10 月，SCH 在轄下三家社區醫院開展社會處方試點計劃，探索運用非藥物的方式應對長者的健康和社會需求⁵。



以人為本的護理及社區支援

短短幾年時間，SCH 推出以下措施推行社會處方，包括設立社區醫院學習辦公室，每年培訓 600 名社區照顧工作人員 (health and community care workers)；又開設課程培訓健康統籌員 (wellbeing coordinator)，以增加非醫護人員應付持續增長的醫療保健需求，為患者提供社會處方⁶。SCH 預計將這些統籌員由 8 人增至 60 人⁷。在 2023 年，SCH 推出了新加坡的社會處方實踐社群 Singapore Community of Practice in Social Prescribing (SCOMP)，建立社會處方的專業社區，促進醫護人員及社區團體在社會處方實踐的交流。目前有超過 135 名成員。



健康統籌員 (wellbeing coordinator)，以增加非醫護人員應付持續增長的醫療保健需求，為患者提供社會處方



促進社會處方的國際交流

為促進社會處方的國際交流，2022 年 SingHealth 與 SCH 合辦了第一屆亞太社會處方會議⁸，邀請了多名海外和本地專家分享社會處方的實踐和研究，以推廣創新的護理模式，會議吸引了 1000 多名人士出席，為亞太地區社會處方建立了學習交流平台。

5. SingHealth Community Hospitals. SCH is the Pioneer in Social Prescribing. Retrieved from <https://www.singhealth.com.sg/sch/social%20prescribing/pages/singhealth-community-hospitals-and-social-prescribing.aspx>

6. Seah, S., & Baker, J. A. (2022, November 30). SingHealth seeks to boost expertise in 'social prescriptions' as Singapore moves towards preventive health. CNA. Retrieved from <https://www.channelnewsasia.com/singapore/singhealth-preventative-health-social-prescriptions-lifestyle-activities-3111346>

7. Aug, Q. (2022, November 30). Doctors to be trained from 2023 to improve care for patients' well-being outside hospital setting. The Straits Times. Retrieved from <https://www.straitstimes.com/singapore/health/doctors-to-be-trained-from-2023-to-improve-care-for-patients-well-being-outside-hospital-setting>

8. Lee, K. H. (2024, September 3). About APSPC. SingHealth. Retrieved from <https://www.singhealth.com.sg/rhs/Pages/APPHC/About-APSPC.aspx>

新加坡社區醫院社會處方的理念與應用

新加坡社區醫院 SingHealth Community Hospitals (SCH) 相信社會處方能夠為患者提供以人為本的護理模式，關注影響患者健康的社會因素。當患者入住 SCH 後，SCH 會為患者進行健康風險篩查。評估後，會將患者轉介參加社會處方計劃，計劃會因應患者的需要，安排他們參與不同活動⁹，例如園藝班、運動班和閱讀組等等。期間，醫療人員會與社區組織保持溝通，以監察患者的健康狀況及成效。



患者入住 SCH

SCH 為患者進行健康風險篩查

將患者轉介參加社會處方計劃

因應需要，安排患者參與不同活動

醫療人員會與社區組織保持溝通，以監察患者的健康狀況及成效



提高患者的心理健康水平

新加坡社會處方的成效

社會處方有助於提高患者的心理健康水平。根據 Bright Vision 社區醫院的試點項目評估，在 94 名患者中，有 86 名患者被轉介¹⁰到長者中心或其他提供社交活動的社區中心。這些患者表示參與社會處方後，他們的生活質素有所改善，並減少了再次入院的次數，亦對往後的治療增加了信心。

除了改善患者的心理健康外，社會處方也促進患者的社交連繫，減低孤獨感。2015 年的一項老齡化研究發現，孤獨對死亡率的影響，與吸煙、心血管疾病和免疫力下降相近¹¹。2017 年的研究又發現 34% 的長者感到孤獨¹²，該比例隨著年齡的增長而增加。由於在 COVID-19 期間，在社區醫院的長者與親人少接觸，醫院因此開發電子社交處方，健康統籌員會指導長者學習使用 Whatsapp 及 QR code，令部份長者與親人及朋友保持聯繫，促進他們的社交生活¹³。同時，這亦增加長者學習新科技的信心。



健康統籌員會指導長者學習使用 Whatsapp 及 QR code



家庭醫生的角色不只是治病
應關心患者的全人健康

基層醫療網絡主席表示，家庭醫生的角色不只是治病，應關心患者的全人健康。然而，現時家庭醫生已不理會這些非醫療的面向，即使有機制將患者轉介給其他社區服務團隊，醫生甚少使用。他強調醫社合作，可讓更多社區持份者為基層醫療作出貢獻，例如社區組織在受資助及培訓下，可協助監察長者的血壓和血糖水平¹⁴，分擔醫護人員的工作。

10. SingHealth. (2023, May 16). Social prescribing: Placing community at the heart of healthcare. Singapore General Hospital. Retrieved from <https://www.sgh.com.sg/news/tomorrows-medicine/social-prescribing-placing-community-at-the-heart-of-healthcare>

11. Fang, C. S., & Tan, J. (2024, August 1). The problem with being alone: Social isolation, loneliness biggest enemy for seniors in Singapore. The Straits Times. Retrieved from <https://www.straitstimes.com/singapore/all-the-lonely-people-tackling-social-isolation-among-older-singaporeans>

12. Duke NUS Medical School. (2021, July 7). "All the lonely people": The impact of loneliness in old age on life and health expectancy. Retrieved from <https://www.duke-nus.edu.sg/newshub/media-releases/impact-of-loneliness-on-life-and-health-expectancy>

13. Lee, K. H. (2021, Feb 23). Digital Social Prescribing. SingHealth Community Hospitals. Retrieved from <https://www.sgh.com.sg/news/defining-med/digital-social-prescribing>

14. Leong, C. K. (2023, November). Humanising the Future of Care: A Conversation with Leong Choon Kit. ETHOS Issue 26. Retrieved from <https://knowledge.csc.gov.sg/ethos-issue-26/humanising-the-future-of-care/>

新加坡社會處方的未來

3家

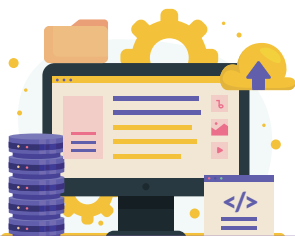


社會處方試點計劃在住院場所實施
目前已推廣至三家社區醫院

與英國不同，新加坡的社會處方試點計劃在住院場所實施，目前已推廣至三家社區醫院，服務對象主要是長者，主要針對社會孤立造成的心理健康問題。雖然這些社區醫院 (SCH) 有參與社會處方國際性的會議及論壇，但甚少進行大規模的社區教育及宣傳；研究機構亦較少針對社會處方計劃進行評估。

雖然計劃仍在試驗，SCH 留意到計劃有需要改善的幾個地方，包括須改善地區資源的資料系統、培訓健康統籌員的溝通技巧，以及建立成效評估工具等等¹⁵。此外，社會處方在社區醫院的環境中進行，未必適合其他醫院或診所，有需要反覆調整才可擴大計劃的規模。

SCH 留意到計劃有需要改善的幾個地方：



須改善地區資源的資料系統



培訓健康統籌員的溝通技巧



建立成效評估工具

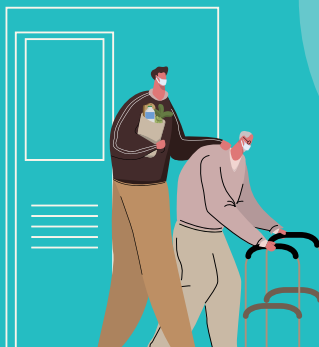
觀察重點

1

由於人口老化及醫療負擔加重，新加坡政府主導醫療改革（Healthier SG 白皮書），嘗試推動社會處方計劃，使醫院、家庭醫生、社會服務機構執行相關措施，合作提供持續的基層醫療服務，改善市民的健康及生活質素。

2

SingHealth Community Hospitals 針對長者出院問題，設立社會處方計劃，為長者出院作全方位的社區支援。



3

社會處方計劃要有效推行，需要有不同的配套支撐，包括：

I

掌握社區
資源的資訊

II

建立誘因
讓社區團體參與
基層醫療的工作

III

建立培訓制度
及評估機制衡量不同
社會處方推行的成效

15. Lee, K. H., Low, L. L., Lu, S. Y., & Lee, C. E. (2023). Implementation of social prescribing: Lessons learnt from contextualising an intervention in a community hospital in Singapore. *The Lancet Regional Health-Western Pacific*, 35. Retrieved from [https://www.thelancet.com/journals/lanwpc/article/PIIS2666-6065\(22\)00176-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanwpc/article/PIIS2666-6065(22)00176-6/fulltext)

