

# 新推出可持续手册 为医院环保节约献策

## 陈笃生医院试行七措施节省7万元

为了改善医院的工作流程，提高医院的可持续性，黄廷方医疗保健创新中心与新加坡国立大学工业设计系去年展开合作，合作的过程和成果收录在刊物《可持续医院设计手册》中。团队已成功在陈笃生医院推动了七项可持续的创新措施。

### 生生不息

李庚洵 报道  
lgengwei@sph.com.sg

在冠病疫情期间，陈笃生医院肠胃肝部门顾问医生曾国滨为了每一名病患的安全，每次看诊时都会更换一套全新的个人防护装备（PPE）。“我们用了去，丢了再用新的，不知不觉制造很多垃圾和造成浪费。我们当时为了防疫没有办法，但如今回到正常时期，我便开始关注医院内的可持续问题。”

他认为在理想情况下，医疗保健体系应以不损害地球健康为前提，持续提供高质量的服务。

去年，黄廷方医疗保健创新中心（Centre for Healthcare Innovation）与新加坡国立大学工业设计系展开合作，旨在重新设计医院的工作流程，提高医院的可持续性。曾国滨得知这个消息后，积极参与项目，让团队为肠胃肝部门设计可持续解决方案。

通过这项合作，团队成功在陈笃生医院推动了七项可持续的创新措施，包括减少资源和食物



参与实施可持续项目的陈笃生医院内窥镜部门团队包括临床护士长郑佳雯（后排左起）、护理经理林佩仪、肠胃肝部门顾问医生曾国滨、护理支持副执行员吴淑慧（前排左起）、临床护士长邹雅星和高级护士努尔哈娜。（特约陈来福摄）

浪费、节约用水和用纸量、鼓励废物回收等。据统计，这些设计方案预计可为医院节省约7万元的运作成本。这项合作的过程和成果收录在刊物《可持续医院设计手册》（The Sustainable Hospital Playbook）中。

**改善库存管理避免物品过期 水槽贴水位标志减少浪费水**

其中一个成功案例是陈笃生医院内窥镜部门的医疗用品管理。该部门原本因为缺乏有效的库存管理流程，导致许多物品过期，制造浪费。为了解决这个问题，团队在抽屉和柜子中添加了“EFO”标签（Earliest Expiry First Out，即先用最先到期的），通过视觉指导将医疗用品按使用期限分类。

有了这个机制后，团队的测试结果显示，在为期两周的测试期间，错误取用医疗用品的数量从27个减少至零，准确率达到了100%。

另一方面，内窥镜部门用水量高，每天得清洗的内窥镜次数达81次，一年就是23万零166次。为提高水使用意识，团队在水槽内贴上视觉标记，提醒医护人员在清洗内窥镜时，避免使用超过这个水位标记的水量。

这种简单的标记消除了医护人员凭感觉估算用水的困扰，协助他们准确掌握洗涤内窥镜所需的水量，有效减少用水浪费。

曾国滨认为，这些措施通过在工作环境中注入小提示，以培养更可持续的工作习惯，是一种让人耳目一新的做法。

“虽然评估和探讨我们的日常工作流程看似简单，但却能带来显著的变化。就像我们个人可能觉得自己的努力对全球可持续发展的影响微乎其微，但这些举措告诉我们，每一个习惯微小的改变，从长远来看，都能产生巨大的集体影响。”

目前，国立健保集团旗下的黄廷方医疗保健创新中心，是

### 小改变 大影响 陈笃生医院的环保大计

#### 内窥镜中心

**重新设计文档**  
每天减少使用5张A4纸  
旧文档 7140  
新文档 5284 ▼25%

#### 使用垃圾袋

**垃圾压缩机减少**  
每年垃圾袋使用量  
之前 1683  
之后 976 ▼42%



#### 病房

**使用面积小10%的纸巾**  
每年减少179公斤的用纸  
小纸巾开销 ▼20%  
每年可节省5万3144元

#### 鼓励废物回收

**护士绘制吉祥物装饰病房**  
周围的回收箱  
病房回收率  
之前 42.9%  
之后 84.6%



#### 厨房

**显示患者个别**  
**饮食需求的餐盘衬垫**  
一次性餐盘衬垫 6866元  
可重复使用卡片 143元▼95%

#### 减少米饭浪费

**如果每个病房有10名病患**  
**选择小份的米饭，每年可节省**  
**9800公斤米饭，省下约1万**  
**4900元。**



每年预计节省：约7万元（根据病房和厨房措施估算）

资料来源 / 陈笃生医院、黄廷方医疗保健创新中心、新加坡国立大学工业设计系

制图 / 张进培

两个专注于医疗可持续发展的机构之一。中心主任、陈笃生医院眼科高级顾问医生黄宏森副教授说，中心去年针对医疗工作者进行了小规模调查，结果显示我国对打造可持续医疗体系有着强烈的需求。

然而，医疗工作者面临诸如缺乏专业知识、资源有限，以及实施有效改变的能力不足等挑战。“这造成医院内出现了许多有趣且自下而上的试点项目，但一般缺乏协调，资源不足，也没有框架来扩大项目的影响力。”

黄廷方医疗保健创新中心精益管理部助理主任兼首席服务设计师蔡佳翔指出，团队与国大工业设计系密切合作，采用以人为本的设计视角，从职员和病患的角度推动陈笃生医院自下而上的可持续发展项目。这种方法使团队能够通过新的视角共同创造出符合本地医疗机构特定需求的可持续解决方案。

他说：“我们希望可持续医院设计手册能成为未来热衷于可持续发展的医疗工作者的重要资

源和灵感来源。”

虽然评估和探讨我们的日常工作流程看似简单，但却能带来显著的变化。这就好像我们个人可能觉得自己的努力对全球可持续发展的影响微乎其微，但每一个微小的习惯改变，从长远来看，都能产生巨大的集体影响。

——陈笃生医院肠胃肝部门顾问医生曾国滨

## 新保集团推出新计划 年长者六能力体检只需五分钟

林美玲 报道  
liimi@sph.com.sg

新保集团和盛港综合医院推出新计划，只需五分钟即可帮助年长者完成六项健康检查，确保他们及时获得所需支持和帮助。

身体机能下降通常与健康状况恶化、跌倒频率增加以及身体功能丧失密切相关。这凸显维持身心能力对年长者健康和生活方式至关重要。

为配合国际老人日，新保集团和盛港综合医院星期六（10月5日）在榜鹅综合社区中心推出INFINITY-ICOPE计划。参与计划的活跃乐龄中心护理人员会通过快速健康检查，评估年长者的六个关键内在能力，包括听力、视力、认知、行动力、活力以及心理健康。

新保集团杜克一国大记忆与认知障碍中心主任郑美钰副教授受访时说，如果检查显示某方面的内在能力不足，INFINITY-

ICOPE团队将与活跃乐龄中心合作，将年长者转介给相关机构跟进。郑美钰也是盛港综合医院老年病学高级顾问医生。

例如，针对听力和视力问题，团队会协助安排他们参加“乐龄体检计划”（Project Silver Screen）。出现情绪、认知或行动力等问题的年长者，盛港综合医院的社区护士则会为他们进一步评估。

### 现场提供各项健康检查 及早发现问题给予护理

星期六的活动现场也提供各项检查，鼓励60岁以上年长者尽早接受健康检查。陈培云（63岁，私人助理）在脸书上看到宣传后，特地与丈夫从实龙岗到现场接受体检。

她受访时说：“这里的检查非常仔细，包括视力、听力、记忆和行动力等项目。刚刚的检查结果发现我的记忆力和视力都出现



新保集团与盛港综合医院合作推出INFINITY-ICOPE计划，通过活跃乐龄中心护理人员的快速健康检查，评估年长者的听力、视力、认知、行动力、活力，以及心理健康状况。（陈渊庄摄）

退化。工作人员也鼓励我多做运动，因为我的膝盖也不太灵活。”

健康检查服务先前已在东北区三家活跃乐龄中心试行，分别是BCare、SASCO和EconLife。去年11月以来，盛港综合医院已为130名年长者进行体检，其中52

人接受进一步护理。

新保集团副总裁（区域医疗）李建恩教授在致辞时说，预计到2026年，将约有600名年长者受益。“我们希望通过积极的健康检查和早期干预，来提高年长者的健康和生活质量。”

## 东海岸年长者眼科义诊 医生建议看手机要节制

张俊 报道  
jameszhang@sph.com.sg

傅永贵已经71岁，他每天从勿洛巴士到淡滨尼一家咖啡店工作八小时，每周上班六天；在泡咖啡之余，看手机是他的主要消遣——每天平均四小时。

“我喜欢在手机上看着华语连续剧或拳击比赛，有时也会和朋友一起边喝茶边看，医生三年前就建议我检查眼睛，但我一直忘记。”

在和记者聊天前，他星期天（10月6日）刚刚在勿洛民众联络所，参加了新加坡全国眼科中心和狮子护眼中心联合举办的眼科义诊。尽管没查出大问题，医生仍建议他和其他年长者，使用手机的时长要适当。

今年10月10日是世界爱眼日（World Sight Day），星期天的义诊就是配合爱眼日的到来而举办。360多名像傅永贵那样生活在东海岸的年长者，获得眼压测试、视力检查、眼底综合检查，以及现场咨询等专业医疗服务。

全国眼科中心客座顾问方齐

扬医生，也是中心社区服务的临床主任，拥有20多年行医经验。他告诉《联合早报》记者，该活动从2008年起，除受冠病疫情影响的2020和2021年外，每年在全国不同地方举行。

他说，平均每次都会有20%至30%的年长者被查出须做进一步诊断的眼疾迹象，这些眼疾包括白内障、青光眼、糖尿病视网膜病变和与年龄相关的黄斑病变。此外，长时间看手机等电子产品也会加剧年长者眼部疲劳、干眼症等症状。

“手机看久了，眼睛眨动次数就会变少，无法及时去除花粉等过敏物质，从而引起眼部过敏症，加重干眼症，提高了眼部发炎发病率，少则产生倦意，多则视觉模糊。”他建议年长者每看20至30分钟手机就休息片刻，必要时使用闹钟提醒。

根据资讯通信媒体发展局去年11月公布的“新加坡数码社会报告”，在60岁及以上的国人中，使用互联网搜索资讯的人口比率，从2017年的61%增至



10月6日，全国眼科中心和狮子护眼中心联手，为360多名东海岸年长者提供眼科义诊，图为年长者在勿洛民众联络所等候测眼压。（关俊威摄）

2022年的86%。

数码发展及新闻部兼国家发展部高级政务部长陈杰豪在视察义诊时，接受《联合早报》采访。他说，为配合“世界爱眼日”，东海岸为区内年长者提供免费眼科检查和眼镜。生活在东海岸区，且持蓝色或橙色社保援助计划（CHAS）卡的年长

者，可到任何一家区内的民众俱乐部报名参加这项义诊活动。

同时是东海岸集选区议员的他说：“我们社区提供各种社会活动和健身运动，请年长者不要老是待在家里看手机和电视，我们欢迎大家一起打太极拳、跳尊巴舞（Zumba），到泳池参加水中健身等多种活动。”

## 谬指毒贩正法未循法律程序 反死刑组织又接获更正指示

苏秉苓 报道  
sohpl@sph.com.sg

发表有关死囚等候正法律程序并提控毒贩的不正确信息，内政部再次对反对死刑的公民组织发出更正指示。

内政部星期六（10月5日）发文告说，当局注意到Transformative Justice Collective（简称TJC）于星期三（2日）在脸书、Instagram和X平台（前称推特）的贴文，以及名为“Kokila Annamalai”的用户同样在社媒上发表含虚假陈述的内容，指当局没有透过正当法律程序安排死囚莫哈末阿兹旺（Mohammad Azwan bin Bohari）正法，同时指我国证明毒贩无疑犯法的法律举证不足。

这些含虚假陈述的内容包括：政府任意安排和中止执行死刑，无视正当法律程序；以及国家没有承担起证明被告毒贩的法律责任。

内政部在文告中表明，政府正严正看待故意传播虚假信息的行为，并逐点驳斥不实言论。内政部长尚穆根已通过防止网络假信息和网络操纵法令（POFMA）办事处，要求TJC和Kokila更正。

### 简讯

#### 新科研与风投公司合作 投1亿元促生物科技创新

新加坡科技研究局与国际风险投资公司Flagship Pioneering展开合作，在未来五年内投资1亿元，推动本地生物科技创新发展。

新科研（A\*STAR）与Flagship Pioneering上星期四（10月3日）发布联合文告，宣布双方签署谅解备忘录。双方将合作促进新科研机构与Flagship旗下企业的研发活动，携手开发具战略意义的技术。

双方也希望促进创新和企业发展活动，以帮助创建和发展新

加坡的Flagship企业。Flagship将贡献其独特的企业创建和发展经验，新科研则提供科学家和研究设施，在科学和技术方面助力。

内政部文告说，该死囚曾获准暂缓执行死刑一次。随后因其其他申请驳回而须依时正法。内政部说，TJC声称任意安排或中止执行死刑的说法，是“错误且具误导性”的。

今年8月，内政部也对TJC发出类似更正指示。当时，TJC针对同样课题发布不正确的信息。

该项合作也涵盖人才培养，包括可能开展科学对话会，以及在Flagship和其投资企业提供实习机会等。

作为生物平台领域的风险投资公司，Flagship Pioneering投资的企业包括疫苗制造商莫德纳（Moderna）。公司也于去年11月在我国设立区域中心，以扩大其亚太地区业务。