



明愛醫院離院長者綜合支援計劃

保良局家居支援隊伍

2013年7-9月

主任的話

不經不覺，本服務隊已開辦了一年半，至今已服務超過 700 位長者。有不少長者居於唐樓，出院後行動不便，難以照顧自己。我們深深感受到病人迫切的需要，急病人所急，除了上門照顧服務，我們也曾試過為需搬離天台屋的長者尋找新居、為居於唐樓的長者使用樓梯機外出等，為每一位長者提供最貼心的服務。

我們相信，「活著就是精彩」，即使是體弱長者，都能夠體驗生命中的喜樂。願我們能繼續成為長者及護老者的同行者，陪伴他們走過復康的過程！



我們的團隊

謝丹蓮
常務助理



鄭月明
護士



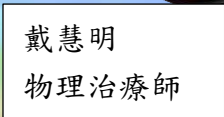
鄧永雄
車長兼維修員



李詩詠
護理員(文職)



戴慧明
物理治療師



馬耀華
職業治療師



劉佩儀
護理員



陳蓮芳 護士



劉銀婉
護理員



何國煒
社工



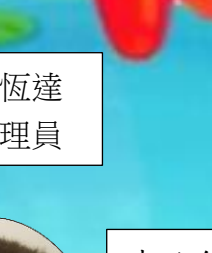
黃雪兒
護理員



甘詠嫻
社工



顏國珍
護理員



葉慧儀
護理員



黃恆達
護理員



袁效泉
護理員



嚴曉玲 主任



羅彩虹
護理員



家居支援隊之日常服務



物理治療評估



送飯服務



家居清潔



護送服務



認知訓練

長者社區照顧服務券試驗計劃

政府將在 2013 至 14 年度推行「長者社區照顧服務券試驗計劃」(試驗計劃)，以「錢跟使用者走」的模式，直接向合資格的長者提供資助，讓他們選擇最切合本身需要的服務提供者、服務種類及組合。政府希望測試服務券這項嶄新的資助模式，並吸引不同類型的服務提供者加入市場，從而推動社區照顧服務的進一步發展。

由 2013 年 9 月 2 日開始，將由 62 個合資格的認可服務提供者共提供 881 個日間照顧名額。

理念：

- 因應個人需要，自由選擇服務組合
- 同時獲得日間護理及家居照顧服務
- 維持長者健康及活動能力
- 長者可在家安享晚年
- 照顧者可減低照顧壓力

保良局認可提供資助券服務的單位：

觀塘	深水埗	沙田
1. 華永會生命教育及長者支援中心 2. 蕭明紀念護老院-頤智園 3. 方譚遠良健樂中心	1. 癸未年樂頤居-耆安長者日間護理中心 2. 深水埗長者日間護理中心	1. 田家炳長幼天地

服務券可選擇的服務組合(混合模式)：  長者可因應個人需要，彈性選擇組合內容。

服務組合	日間護理服務	家居照顧服務
	每週 (每節 4 小時)	每月
選擇一	4 節	9 小時
選擇二	2 節	18 小時

日間護理服務



- ◆ 個人護理 (膳食、沐浴等)
- ◆ 醫護服務 (傷口護理、藥物管理等)
- ◆ 復康服務 (運動、痛症治療等)
- ◆ 社康服務 (小組/康樂活動等)
- ◆ 照顧者支援 (護理訓練等)
- ◆ 星期日照顧服務
- ◆ 服務時間至晚上 8 時

家居照顧服務



- ◆ 專業服務(每月可選擇一次)
(社工/護士/物理治療師/職業治療師)
- ◆ 個人護理
- ◆ 復康訓練
- ◆ 照顧者支援
- ◆ 護送/陪診
- ◆ 陪老服務(個人護理、日常打掃、備餐等)

腦退化症服務



- ◆ 智能及認知評估
- ◆ 生活化訓練(陪同購物、備餐)
- ◆ 職業治療(現實導向、懷緬治療、感官治療)
- ◆ 記憶力訓練
- ◆ 音樂/香薰/園藝治療



「病人自強紓緩痛症計劃」

無痛耆蹟

保良局現推出此計劃，目的為患有長期痛症的長者提供適切的服務如針灸推拿、舒展運動、穴位按摩、香薰治療、音樂治療、心理輔導等，以紓緩長者的長期痛症，提升生活質素同時亦透過小組活動，增強長者對痛症的自我照顧知識，學習痛症管理。此計劃為期兩年，凡接受保良局服務的長者或中心會員、持續或反覆出現疼痛六個月或以上、及有基本溝通能力的長者，均可參加。

其間亦會舉辦痛症知識講座，詳情容後公布。



改善記憶

大腦功能減退是正常的老化過程，但記憶衰退情況則因人而異，普遍情況是腦筋轉得慢或難以集中思考。其實若能學懂使用接收和處理訊息的技巧，就像將衣物有系統地分類擺放，要再拿取時就可得心應手。

記憶錦囊

1. 集中注意力

專注眼前事物，集中精神，準確接收訊息。

2. 培養觀察力

觀察周遭事物，留心注意特徵，在腦海中形成清晰的影像。

3. 運用聯想力，將訊息形象化

如記太極招式「飛鴿展翅」，可想像一隻白鴿飛翔時伸展翅膀的動作。誇張、震撼的影像可使記憶更加深刻。



4. 將訊息聯繫日常生活

篩選資料，選擇重點記憶，並將訊息串成有意思的詞語，如標語或詩句，就更順口易記。

出門要熄火，安全快夾妥

5. 提起興趣和信心，重複練習

有實用價值的事物可提起興趣，如記朋友的名字或和親友談論自己喜愛的電視劇集內容。複述能有助牢記訊息。



6. 理解分析，避免死記

將新資訊即時連繫到舊有知識上，就是增強記憶的其中一項秘訣。

7. 輔助器材，幫助溝通

如視力或聽力減退，應及早找醫生診治，以加強感官訓練或器材幫助接收。



8. 生活有規律

重要物品應分類擺放在固定位置，用後應放回原處。預早編排活動的程序，準備充足，便可減少混亂。多用符號或文字記事，留下線索可有助記憶。



資料圖片來自蘋果日報

老有所為-健樂和諧創耆跡

我們於去年暑假招募了本隊的長者和義工組成『關懷大使』，進行了心意咭工作坊、院舍及日間中心探訪，及日營活動。長者和義工在活動中打成一片，氣氛熱烈！

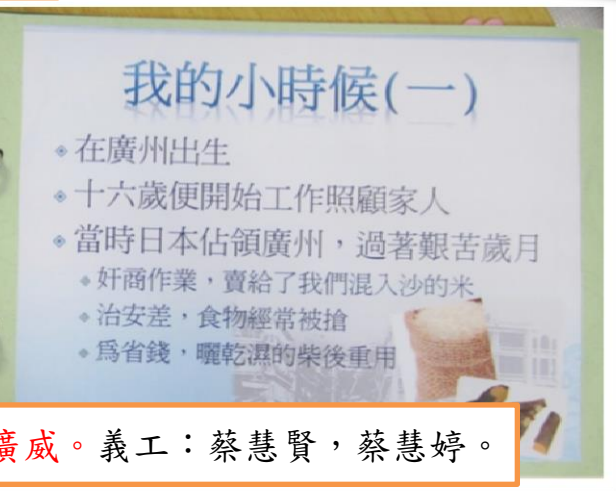


人生回憶錄

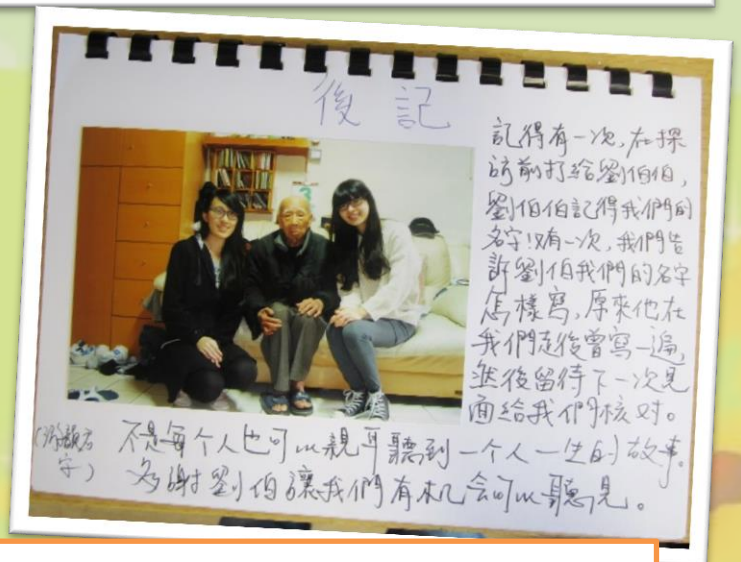
本隊安排義工探訪長者，並為長者製作〈人生回憶錄〉。回憶錄配以珍貴的相片，記錄長者的生平。長者和義工相遇相知，彼此感到十分開心。



長者：潘潔。義工：錢小翠，劉嘉碧，鄭子健。



長者：陳廣威。義工：蔡慧賢，蔡慧婷。



長者：郭林社，李活。
義工阮嘉慧，黃祉盈。

長者：劉榮光。義工潘傲庭，游韻君。

糉有你鼓勵

本隊在五月份與長者同慶端午節，為長者派發端午糉、麵及節日加餸。長者見到美味的糉子及香噴噴的燒味，都感到十分開心。



余瑞珍

多謝



賴豔蘭



周煥



司徒惠萍及兒子

長者的讚賞，對我們的工作是一種認同和鼓勵，給我們繼續向前的動力！以下是黃伯女兒寫給我們的讚賞信：

致：保良局家居支援隊伍

本人是得貴局幫助之受助人黃伯伯女兒，因有感父親黃伯伯自數月前由明愛醫院回家後，幸得貴局派員到來幫助，才可過正常生活，在此深表感謝。

特別要多謝貴局派來幫助我們的陳蓮芳姑娘、冼先生及鄭姑娘，因我父親在生活上不能自理，我母親亦已八十多歲，而我已結婚遷出及要外出工作，亦沒有經濟能力請工人照顧二位老人家，正當我和父母最徬徨無助最需要人幫助時，幸得陳蓮芳姑娘到來幫忙，並很細心、周到提供合適幫助，例如安排租用合適我父親長期臥床所需用之床墊，加裝浴室扶手等等貼心的援助，及很關心我母親，無論生活上心理上，多次致電問候及上門家訪了解我們的困難，我和父母都很感激。

亦很感謝到來幫我父親洗澡及做復康運動的冼先生，他令我父親由最初抗拒洗澡至接受，都全靠冼先生對老人家的愛心及耐性。有時我父親大小二便，冼先生二話不說便落手落腳幫手清潔，令我及母親都非常感動，冼先生之工作態度及無私很令人敬佩。

(續後頁)



亦要多謝到來幫我父親洗傷口的鄭姑娘，很專業及細心，當她知悉我母親背痛，即主動幫我母親搽葯油及按摩。

感激之情不能盡錄，希望貴局能嘉許上述三位對長者如此有愛心及有工作熱情之人士，以示鼓勵。並希望貴局向政府反影，增加多些資源培訓更多這樣的優秀人員，令更多極需要幫助的貧窮老人家晚年得到貴局的援助。

最後我及代表我父母，向陳蓮芳姑娘、冼先生及鄭姑娘表示衷心感謝，並祝你們身體健康、工作愉快。

黃伯伯女兒上

2013年1月20日



感謝信

致：保良局家長支援隊伍。

本人是得貴局幫助之受助人黃[]女兒，因有感我父親黃[]自數月前由明愛醫院出院回家後幸得貴局派員到來幫助，才可過正常生活，在此深表感謝。

特別要多謝貴局派來幫助我們的陳蓮芳姑娘、冼先生及鄭姑娘，因我父親在生活上不能自理，我母親亦已八十多歲，而我已結婚遷出及要外出工作，亦沒有經濟能力請人照顧二位老人家，正當我和父母最徬徨無助最需要人幫助時，幸得陳蓮芳姑娘到來幫忙，並很細心、周到提供合適幫助，例如安排租用適合我父親長期臥床所需之床墊，加裝浴室扶手等等貼心的援助，及很關心我母親，無論生活上心理上，多次致電問候及上門家訪了解我們的困難，我和父母卻很感激。

亦很感謝到來幫我父親洗澡及做復康運動的冼先生，他令我父親由最初抗拒洗澡至接受，都全靠冼先生對老人家的愛心及耐性，有時我父親大小二便，冼先生二话不說便熱手熱腳幫手清潔，令我及母親都非常感重，冼先生之態度及无私很令人敬佩。

亦要多謝到來幫我父親洗傷口的鄭姑娘，很專業及細心，當她知悉我母親背痛，即主動幫我母親搽葯油及按摩。

感激之情不能盡錄，希望貴局能嘉許上述三位對長者如此有愛心及有工作熱情之人士，以示鼓勵，並希望貴局

P.1

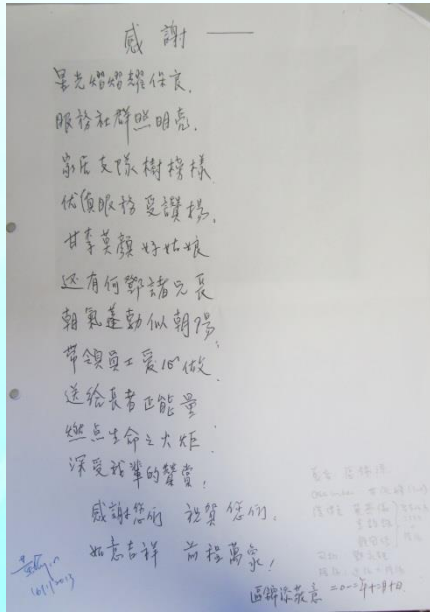
向政府反影，增加多些資源培訓更多這樣的優秀人員，令更多極需幫助的貧窮老人家晚年得到貴局的援助。

最後我及代表我父母，向陳蓮芳姑娘、冼先生及鄭姑娘表示衷心感謝，並祝你們身體健康、工作愉快。

黃[]晚上
2013年1月20日

P.2





是區婆婆寫給我們的詩

星光熠熠耀保良，
服務社群照明亮，
家居支隊樹榜樣，
優質服務受讚揚，
甘李莫顏好姑娘，
還有何鄧諸兄長，
朝氣蓬勃似朝陽，
帶領員工愛心做，
送給長者正能量，
燃點生命之火炬，
深受我輩的讚賞，

感謝您們 祝賀您們
如意吉祥 前程萬象！

區錦添 敬意
二零一二年十二月十日

長者親手製作的手工花



長者及家人送給本隊的感謝咭，帶給我們無限的鼓勵。



感激我遇見-徵文比賽

由一封感謝信說起...

社工 何國煒先生

黃伯與黃太與一般「老夫老妻」無異，兩人鶼鶼情深數十載，憑兩雙手將四名子女撫養成人，各自成家立室。至此，黃伯夫婦可以「功成身退」了。可是，隨著年紀漸長，黃伯的身體狀況日漸衰退，加上受腦退化症影響，其起居生活之照顧重擔，全然落在太太的身上，子女亦因為工作及照顧家庭而分身不暇，黃太照顧壓力之沉重不言而喻。後來，黃伯因為身體狀況不穩而留院，接近一個月的臥床休養，令黃伯的自理和活動能力進一步下降，面對黃伯出院後之照顧困難，黃太頓感徬徨無助。

醫院之同工在了解黃伯夫婦的情況後，將其個案轉介予我們，個人經理在黃伯回家後翌日已上門家訪，了解黃伯之需要。首次與黃伯夫婦見面，或許受腦退化症影響，黃伯的臉上沒有太多表情。可是，從黃太那緊繃的眉頭，已可看出其心中的擔憂。當務之急，先協助解決起居照顧困難，沖涼服務定不可缺少，還有轉介職業治療師，跟進借用氣墊床褥和於浴室安裝扶手事宜。同時，轉介物理治療師，設計適切復康運動予黃伯，安排照顧員定期上門做復康運動。而黃伯出院之初，其背部有一褥瘡，護士遂定期上門清洗傷口。加上陪診和跟進申請長期社區照顧服務，讓黃伯在生活上的各方面均得到相應援助，黃太亦可暫時鬆一口氣。

在提供服務期間，個案經理不時致電黃太，了解黃伯之進展。黃太表示，黃

感激我遇見-徵文比賽(續)

伯原本表現較為抗拒和被動，後來憑藉照顧員發揮無比的耐性及愛心，逐少逐少地打破彼此的隔閡，無論沖涼或做家居復康運動都表現合作，而背部之傷口亦多得護士的細心治理，很快便痊癒了。最令人感到欣慰的是，與黃太電話聯絡或上門探望時，黃太顯著地少了擔心和抱怨，多了輕鬆的笑聲。原來，我們的所提供的服務，不單直接幫助了有需要的長者，同時亦間接為護老者伸出了援手。原來，我們所付出的辛勞，其最佳的回報，就是長者和家人的笑容。

當黃伯獲編配長期社區照顧服務後，我們可放心地結束黃伯的個案，之後過了不久，便收到黃伯女兒寄來的感謝信。黃小姐在信中提到「當我和父母最徬徨無助、最需要人幫助時」，幸得我們的幫忙。另外，信中亦讚賞各職級同工「很專業及細心」、「有愛心和耐性」、「工作態度和無私很令人敬佩」。其字裡行間所流露的感謝之情和讚譽，使我們在繁重的工作中，為我們疲憊的身軀重新注入力量，讓我們無懼接踵而至的挑戰。



意見反映

如對本隊服務有任何意見或建議，可致電 34086360 或聯絡下列負責人。你的寶貴意見有助我們持續改善，提昇服務質素。

負責人	嚴曉玲女士 主任	吳秀蘭女士 助理社會服務總幹事 (安老服務)
地址	深水埗永康街 111 號明愛醫院 懷義樓地下	香港銅鑼灣禮頓道 66 號莊啟程 大廈 5 樓
電話	34086360	22778888
傳真	23714561	28902097
電郵	cmc@poleungkuk. org. hk	Soc. admin@poleungkuk. org. hk

督印：嚴曉玲主任

編輯：甘詠嬋姑娘

出版：明愛醫院離院長者綜合支援計劃

保良局家居支援隊伍

地址：深水埗永康街111號明愛醫院懷義樓地下

數量：300份

出版日期：2013年7月