



瑪嘉烈醫院離院長者綜合支援計劃 保良局家居支援隊伍

2015年第4季季刊



愛●在別人身上
見到自己的責任

春節祝福：

猴年將至，各位同工

急不及待向大家拜個早年，除舊迎新。

黃主任及陳副主任：

祝各位老友記有
一個豐足的晚年。



辦公室同工：

祝各位出入平安，
身體健康，大吉大利。



全體護理員祝賀

長者及家人：

猴年行大運，笑口常開，
年年歡樂歡樂年年，百事亨通，
千事吉祥，一團和氣。



護老情深

長者身體轉差，如有一個負責任的護老者，與長者並肩同行，長者的身心都會有改善。下文是四則護老者的故事，希望鼓勵所有護老者，你們的路並不孤單，互勉之！長者亦透過感謝咭說出心聲：
「路雖難走，多謝你仍緊握我手。」

身痛。心疼

護士陳姑娘

蒙伯患有嚴重的慢性呼吸道阻塞病、肺氣泡破壞，無法輕鬆的從空氣中獲得足夠的氧氣以供應身體的需求，所以蒙伯呼吸要經常聳起肩膀用力，因而會感覺很累、很喘。最近出院，醫生建議蒙伯租氧氣機回家並要長久吸用氧氣，並安排了職業治療師到訪教伯伯使用氧氣機……「就用這個..綠色..的管子放在鼻孔，還...還說我不吸的話.....要回去住院。」蒙伯伯喘著氣、無奈的說著。「不習慣」、「麻煩」、「不美觀」及「節省氧氣」等說話，成為他自行減少氧氣流量及使用時間的理由。

蒙太太心疼並經常替他帶回氧氣管和調整帶著鼻翼氧氣管的位置，無奈他也接受，蒙太太亦時常鼓勵並提示他氧氣的使用劑量及時間。這對於慢性患呼吸道阻塞患者來說是非常重要的，過多或過少都可能造成不同的傷害，亦因此無法有效控制病情，甚至增加了心肺負荷，使病情更加惡化。有了蒙太太的照顧加上鼓勵，蒙伯亦欣然接受了這部氧氣機，他亦寫了張心意咭感謝太太的關懷。



跨代情深

社工吳先生

「我三個孫女好乖，好錫我架！」每次見到區婆婆時，她總會為著自己有三個很疼錫她的孫女而感到十分歡喜及欣慰。區婆婆 87 歲，獨居，丈夫於早年過身。她多年來咬緊牙關，辛勞地工作及照顧家庭，令人敬佩。隨著年紀漸長，區婆婆近年身體有所衰退，孫女們都十分關心嫻嫻的情況，經常來探望她，更經常帶同五位曾孫一同前來探望，令嫻嫻十分高興。三位孫女對區婆婆的關愛並沒有因為隔代而變得疏離，更向她們的下一代好好示範了何謂孝道，區婆婆沒有將孫女們的關愛視為理所當然，故也心存感恩，藉此向孫女們表達欣賞、感謝。感謝孫女們於她晚年時，仍然緊握著她的手，和她同走前面的道路！



情深說話未曾講

社工鍾姑娘

鄭珍娘婆婆，今年 80 歲，相中的她比起初出醫院，精神很多，面色紅潤，歸功於身旁的丈夫林伯伯。婆婆患中風，右邊身體能力下降，最初扶著助行架在家中慢步，林伯伯本身是愛運動之人，每早往公園晨運。自婆婆出醫院後，林伯伯悉心照顧她的起居飲食，初出院時，伯伯寸步不離留在家陪伴婆婆，提醒她痛風戒食的東西，又鞭策婆婆每日在家中步行，後來我們上門教導他倆如何進行物理治療，伯伯苦口婆心地與婆婆一起做運動。後來婆婆手腳活動能力進步不少，現改以手杖外出逛街。鄭婆婆表示：「雖然伯伯好長氣，但知道他對我的關心。」



感情到老

護士余姑娘

故事主角，梁氏伉儷。梁伯，85歲，育有四名子女，兒女均已婚及遷出。梁伯多年來與太太生活，生活有苦有樂，他們與一般夫妻一樣，有趣味的一天，亦有爭吵的時候。數年前，梁伯因中風入院，出院後兒女為了減輕母親照顧父親的壓力及辛勞，聘請了傭工一同照顧他。這次中風後梁伯的活動及自我照顧能力受到一些影響，出院初期部份日常生活需傭工協助，隨著時間康復理想，他很快回復正常生活。本年九月，梁伯再次輕微中風入院，留院數天後已可出院，是次梁伯中風後的活動能力不太受影響，但認知能力變得很差。他的自我照顧能力也受到影響，如沐浴及外出等。

初次到訪梁家，梁太表示現時照顧丈夫很吃力，他認知能力變得很差，有時候連自己都辨認不出是妻子，她亦表示：「自己也年長啦，膝蓋關節亦做過手術，現時協助梁伯沐浴也感到吃力。」家中需有傭工但她仍堅持自己協助丈夫沐浴。我們提供服務給梁伯協助沐浴、家居物理治療及認知訓練。服務當中加以教育家中傭工學習照顧梁伯日常生活及認知訓練的技巧，梁太每次都陪伴接受訓練。因為梁伯與傭工溝通有限制，她希望多學習如何照顧丈夫，家務則交由傭工代勞，她希望現在可以照顧丈夫多一點。面談之中，感覺到梁太的辛苦，但亦同時感受到她的真心及用心，夫妻之間相處，有苦有樂，細水長流，是一生一世的真諦。我很深刻的那一天，再次到訪梁伯家，教導一位認知障礙的長者寫一張心意咭感謝太太，他的一筆一畫都可以是困難，能寫出自己及太太的名字，畫上一個心型圖案，製作當中他們的笑容，長留我的心中。有「老伴」多好。



同心同行123

2015-16 年度安老及康復服務單位

醫護人員培訓

【同心、同行 123】得獎作品

安老及康復服務單位每年一度提昇員工服務質素而舉辦的大型活動，鼓勵同工與服務使用者同心同行，提供五全照顧服務。

同心同行 123 目標：

- 1 致願景：**同一信念，為長者提供優質服務「職員」與「長者」，提升生活質素而努力。
- 2 人同行：**「職員」與「長者」手牽手同行威力，他們一起發揮小宇宙精神，足以發揮『1+1>2』的力量。
- 3 面進發：**發現問題、發輝創意、研發方案

曾婆婆，我們稱呼婆婆為「阿愛」，今年 87 歲，獨居，丈夫已離世，育有兩位女兒，一位女兒結婚後搬離家中，另一位女兒於幼時逝世，缺乏社交支援網絡。經濟來源自綜援，支付日常必要性費用，沒有私人儲蓄，阿愛為人節儉，現在衣服穿著多年。



阿愛膝蓋骨退化，患有靜脈曲張，小腿及腳掌常有腫痛情況，關節及腰背常感疼痛，影響睡眠及胃口。由於下肢乏力，阿愛使用助行架在家中步行，唯步姿不正確，步伐較急，外出以輪椅代步。加上視力日漸衰弱，削弱阿愛自我照顧能力，但阿愛心願在家終老，拒絕入住老人院。最近右腳腳跟附近發現一傷口，阿愛不懂如何處理，傷口久未癒合，擔心細菌感染。阿愛不懂閱讀中文字，以前服食藥物依賴自己記憶，導致錯誤地食用藥物劑量，身體感到不適。

阿愛由瑪嘉烈醫院轉介至本單位，個案經理余姑娘首次上門家訪時，阿愛態度強悍，堅持自己不需要協助，自我防禦能力高，給人感覺不易親近。服務初期，余姑娘與阿愛商討服務種類及時間上，未能達到共識，困難重重。後來發現阿愛不想接受服務的其中一原因，不希望太多人上門打擾她，又要她行出來開門給到訪者。

本單位護士、社工及物理治療師進行個案會議，集多專業於大成，以人為本，為阿愛設計一照顧計劃，忠旨為「從心出發，貼近生活」，代入阿愛的心態，與她同步，目標是提高家中生活質素。

- 1.首先從飲食方面入手，阿愛同意接受送飯服務，減少她自行煮食的風險。
- 2.其次余姑娘配合阿愛的生活流程，安排服務及家訪，例如執藥及洗傷口服務安排在送飯時段，減少阿愛開門的次數。
- 3.為了加強下肢能力及紓緩痛楚，安排物理治療及熱敷加電療，阿愛反映早上精神較差，我們安排下午服務時間，在阿愛午餐後稍作休息，然後開始服務，提昇阿愛接受服務的興趣。
- 4.我們登意安排一位專責的護理員為阿愛提供家居清潔、物理治療服務，藉此建立良好關係，拉近阿愛與其他人的聯繫。
- 5.因為本單位只可提供短期服務，為了阿愛建立社交網絡，余姑娘及護理員物色鄰居，邀請做義工，定期與阿愛傾計，讓她感受別人的關愛，減少孤獨感覺。經余姑娘及護理員穿針引線之下，找到隔鄰伯伯及住在樓上的女士承諾多探望阿愛，而阿愛樂於接受以上安排。



護士預先在阿愛家中當眼處張貼健康錦囊，待鄰居及義工上門時與阿愛溝通的話題。



為阿愛設計的藥盒

6. 長者不懂中文字，視力較弱，護士貼上形狀突出的貼紙，菱形代表早上服食，圓形代表中午等，每星期護士及護理員反覆教導阿愛藥盒使用方法。

經過兩個月服務時間，阿愛依時進食，她熟習每日三次服藥次數，送飯服務提高汲取的營養，面色比出醫院時更紅潤。物理治療及熱敷加電療，減輕她的痛楚，步姿也隨之改善，右腳腳跟傷口逐漸痊癒，阿愛表示安心不少。重複地教導她使用藥盒，阿愛現在能夠正確地服食藥量，自信心增強不少。她由初期態度強硬，至中期開始軟化，到服務末段，阿愛期待我們的到訪，每次探望阿愛，她都滔滔不絕地談天說地，歡悅笑容常常掛在面上。阿愛女兒反映她情緒比以前穩定，願意與人接觸，笑容增多了，女兒見到此現象，內心充滿感激及安慰。阿愛表示「原來保良局咁好，姑娘十分關心我。好希望保良局繼續替我服務，我唔捨得呀」

個案經理余姑娘表示「原定照顧計劃目標是提高阿愛在家生活的能力，現在發現有意外收穫，阿愛待人比

之前寬容及接納，每次上門時見到阿愛的笑容，感覺一切也是值得。找到鄰居幫手，感受到人間有愛，化不可能為可能。」而護理員回憶「見到阿愛由最初不理睬我，到現在笑住打開門俾我入屋，我不其然笑出來。為阿愛服務，不單是服務咁簡單，在每次的傾談中，讓我更了解她。」



活動回顧

長者日之感謝你



每年 11 月第三個星期日定為「長者日」，給予長者肯定。今年我們舉辦了「感謝你」活動，為護老者送上心意卡及小禮物，為他們打氣加油，繼續陪著長者前行。

冬至加餸



俗語話「冬大過年」，今年冬至我們為長者奉上豐富佳餚，讓他們度過暖笠笠的寒冬。

好劇齊欣賞



本計劃獲得何東爵士慈善基金資助，購買手提影碟機及懷舊影碟，借用予長者在家欣賞。圖中楊婆婆獨留在家，主要娛樂在家看電視，婆婆喜歡看古裝武打電影，例如「如來神掌」，今次我們借出經典六、七十年代的電影影碟，她看得津津有味，勾起她以前的人生片段。

暢遊迪士尼



我們於 12 月與 7 位長者及 3 位護老者往迪士尼樂園遊玩，當日天氣晴朗，在陽光之下，大家享受愉快的一天。



香港特別行政區政府
政府資訊科技總監辦公室 贊助



保良局安老服務 主辦

活動預告

計劃簡介

本計劃獲香港特別行政區政府 政府資訊科技總監辦公室贊助，讓居住於社區的長者體驗資訊科技融入生活所帶來的便利及樂趣。提升他們對使用資訊科技的興趣，鼓勵他們透過使用資訊科技改善生活，從而達至數碼共融。

推行日期

2015年9月至2016年7月

樂在耆「連」

長者數碼網絡計劃

計劃內容

街站、義工培訓及探訪、護老者資訊科技培訓、FaceTime 視像會診、智能手機應用班、社區數碼健康遊戲日

服務對象

居於社區的長者

本活動由義工上門指導長者玩 iPad，長者及家人透過視像通話，與護士、物理治療師對話，商討照顧長者上的困難。如欲了解詳情，可與本單位同事聯絡。

如欲查詢詳情，可親臨或致電以下保良局安老服務單位

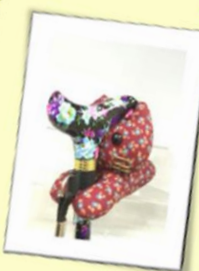
社區安老服務單位	電話	地址	社區安老服務單位	電話	地址
觀塘小童軍中心	2786 1123	九龍觀塘康翠里101-102、105-106室	改善家庭及社區服務中心(深水埗)	2368 0903	九龍深水埗海樓道11號廣海城政府服務中心樓層
觀塘小童軍中心	2786 8053	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2614 2911	新界葵涌和宜合道131號怡和中心九樓A室
觀塘小童軍中心	2435 9822	新界葵涌和宜合道131號怡和中心一樓	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	3095 8479	新界荃門樓道11號33號工業大廈7樓10室
觀塘小童軍中心	2433 7300	新界葵涌和宜合道131號怡和中心一樓	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2873 0090	新界葵涌和宜合道131號怡和中心9樓A室
觀塘小童軍中心	2782 5225	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2873 0090	新界葵涌和宜合道131號怡和中心9樓A室
觀塘小童軍中心	2942 3601	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	27482202	新界葵涌和宜合道10號廣海城政府服務中心二樓
觀塘小童軍中心	2947 8006	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	3488 6361	九龍深水埗海樓道111號廣海城政府服務中心樓下
觀塘小童軍中心	2242 2827	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	3690 2291	九龍觀塘康翠里105-106室
觀塘小童軍中心	2762 3434	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2348 4800	九龍觀塘康翠里105-106室
觀塘小童軍中心	2177 6291	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2387 4978	九龍觀塘康翠里105-106室
觀塘小童軍中心	2692 2620	新界沙田白石角石牌樓地下2樓	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2779 4416	九龍深水埗海樓道11號廣海城政府服務中心樓下
觀塘小童軍中心	3988 4290	新界沙田白石角石牌樓地下1-4及16-18室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)	2698 2620	新界沙田白石角石牌樓地下2樓
觀塘小童軍中心	2277 8307	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)		
觀塘小童軍中心	2541 7765	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)		
觀塘小童軍中心	3690 2291	九龍觀塘康翠里105-106室	改善家庭及社區服務中心(觀西區)		



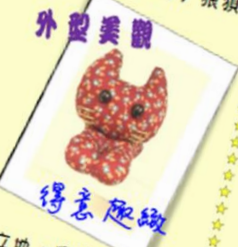
康復一站通

一站通話你知

~ 復康小器材介紹 ~



喵星杖門人 — 手杖掛夾
拐杖是很多老友記外出、旅行的好伙伴。但大家有無試過在家、出外，放低這位好伙伴時的情況，它總會頑皮地跌在地上，要拿回總要花盡九牛二虎之力，又跪低，又伸盡手，狼狽非常。



外型美觀
現不用再怕這種情況，有我們：
「喵星杖門人 — 手杖掛夾」
它會運用有力的雙手夾住你的拐杖，頭頂天腳立地，用頭前的凹坑緊緊將拐杖牢固定位，將拐杖收吸得貼貼服服，是為居家旅行必備良伴。
現於「康復一站通」獨家發售，售價僅為\$35一隻，如需訂購，歡迎致電中心查詢~



服務介紹

如欲知道本站最新消息，歡迎登入 Facebook 搜尋「Po Leung Kuk Rehab One」登入專頁。

地址：新界荃灣沙咀道52A號皇廷廣場(荃灣)21樓2104室
電話：2422 1233 傳真：2412 7533
電郵：rehabone@poleungkuk.org.hk



發佈日期：1/11/2015

感謝卡

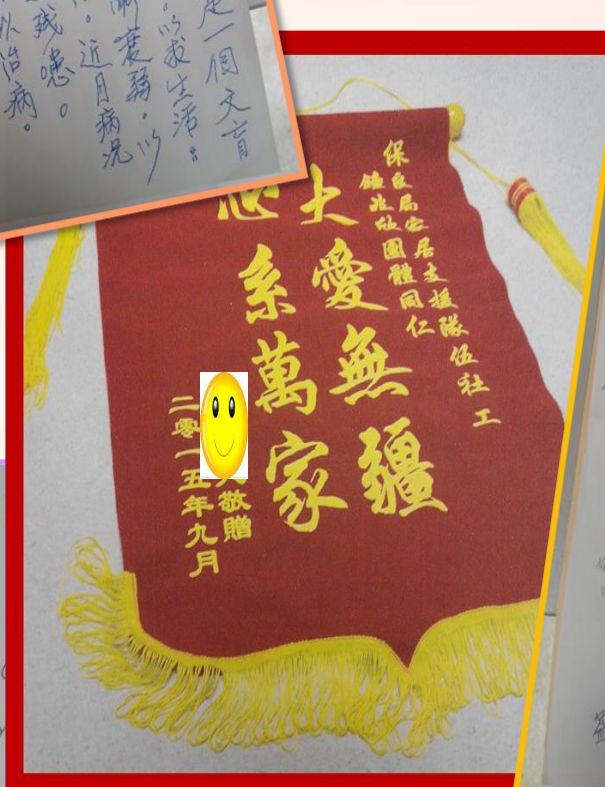
婦人年青朝代並長接受教育，是一個文盲的
女子。數十年來都幹着最底層事務，以求生活。
直至現在晚年，雅竟百病纏身，日漸衰弱，以
致越來越甚。對向到多年不離難活。近日病況
日甚，到瑪加利醫院急救接受，得延延延。
近日得到保良局垂注挽救，並加以治病。
內心感激不盡。希望有轉危為安之
保良局特舉
鳴謝 垂注好運
一眾市民齊齊有福也



保良局珍惜每一個讚許或投訴，並承諾慎重處理每一個讚許或投訴之表達。
歡迎你透過以下任何一種途徑，向我們反映或表達意見：
2.1. 利用單位電話與主任聯絡，電話：27498222，或
2.2. 利用傳真機傳真資料予主任，傳真號碼：27423296，或
2.3. 利用單位內之報告板提供資料(如有)，或
2.4. 致電保良局總部 22778888 與助理社會服務總幹事(安老) / 社會服務總幹事聯絡，或
2.5. 致函香港銅鑼灣禮頓道 66 號保良局主席收，或
2.6. 填寫以下意見書後，投入單位之意見箱內，或郵寄回單位。
所有具名投訴最遲於四星期內作出回應。

(甲) 讚許/意見事項
 單位名稱：瑪嘉烈醫院-保良局家庭支援隊伍
 讚許事項：剛開出院，陳姑娘和劉士門評語，
 對中心建議：及安排，同事士門前來及安排同事士
 門評語，幫助未及女先好滿意，為謝保
 善局所有幫助過我的職工

(乙) 投訴事項
 單位名稱：瑪嘉烈醫院-保良局家庭支援隊伍



多謝保良局所有服務過我的姑娘，每個
姑娘都好細心。特別多謝余姑娘來探訪我，
及特別多謝謝姑娘，帶我去遊工尼樂
園玩，當天我玩得好開心，因為去行初唔
行便，卻姑娘好細心安排3輪椅出
我坐，余好感動，因為這是我一生中第一次
去遊工尼玩，在此我再一次保謝保良局。

陳姑娘
2015年
9月

簽名：(余姑娘)



親愛的張姑娘
 Just wanted
 to say thank y
 very much.
 我本人(黃)感謝張姑娘
 對我這段有需要呼作
 出親切關懷和照顧
 謝謝你
 (黃)



2.3. 利用單位內之報告板提供資料(如有)，或
2.4. 致電保良局總部 22778888 與助理社會服務總幹事(安老) / 社會服務總幹事聯絡，或
2.5. 致函香港銅鑼灣禮頓道 66 號保良局主席收，或
2.6. 填寫以下意見書後，投入單位之意見箱內，或郵寄回單位。
所有具名投訴最遲於四星期內作出回應。

(甲) 讚許/意見事項
 單位名稱：瑪嘉烈醫院-保良局家庭支援隊伍
 讚許事項：本中心好細心有愛心 會慳又教長者
 每個動作同長者說話十分善安
 對中心建議：可以慢口康復真心多謝保良局
 老服務同各位姑娘幫助！多謝多謝！

意見反映

如對本隊服務有任何意見或建議，可致電 2749 8200 或聯絡下列負責人。你的寶貴意見有助我們持續改善，提升服務質素。

負責人	黃麗敏女士 主任	林玉儀女士 安老社區服務經理
地址	葵涌荔崗街 10 號瑪嘉烈 醫院荔景大樓 2 樓 2032 室	香港銅鑼灣禮頓道 66 號 莊啟程大廈 5 樓
電話	2749 8200	2277 8888
傳真	2742 3296	2890 2097
電郵	hst@poleungkuk.org.hk	Soc.admin@poleungkuk.org.hk

督印：黃麗敏主任

編輯：鍾兆欣姑娘

出版：瑪嘉烈醫院離院長者綜合支援計劃
保良局「家居支援隊伍」

地址：葵涌荔崗街 10 號瑪嘉烈醫院荔景大
樓 2 樓 2030 室

印刷數量：300 份

出版日期：2015 年 12 月

