



保良局福慧護老院

PO LEUNG KUK FUK WAI HOME FOR THE ELDERLY

第31期季刊 2018年1-3月號

茶樹

葡萄柚

尤加利

紓緩治療

Palliative Care

之

芳香療法

Aromatherapy

快樂鼠尾草

佛手柑

馬鬱蘭

純正薰衣草

絲柏

羅馬洋金菊

天竺葵

主任隨筆

「未知生，焉知死」，古時談論死亡彷彿是沒有需要，更甚至是一個「不吉利」的事情。隨著社會轉變、思維更新，根據香港大學於2016年訪問1600名市民的調查顯示，超過90%受訪者表示不忌諱談論死亡，當中有72.1%的受訪者支持將安寧(或稱善終)服務由醫院伸延至安老院舍。

本局安老服務一直致力推廣安寧服務及紓緩治療，讓院友有尊嚴地自決安排最後的人生旅程。

為配合安寧服務，本院安排同工參與「芳香治療」培訓，藉著香薰及簡單按摩，紓緩病患院友身體上的不適感，從而提昇生活質素。

事實上，本港在安寧服務方面，落後於鄰近的國家地區。華人最重視家庭，如果長者願意就安寧照顧方式與家人商議，家人應該尊重他們的意願，把握時間溝通，預設醫療指示，增進關係，共渡最後的美好時光。

黃偉嘉
營運經理

芳香療法與紓緩治療

因芳香療法利用植物的精華、香味，使長者的嗅覺可以運作，而有部分香氣更可減輕患者的痛楚及紓緩不適的特徵，讓病者在日子中活得有尊嚴及舒適，以下是常用于紓緩治療精油的介紹：



白千層
(CAJPUT)

紓緩：氣喘 祛痰



佛手柑
BERGAMOT (FCF)

紓緩：焦慮 沮喪



羅馬洋金菊
(CHAMOMILE ROMAN)

紓緩：失眠 精神緊張



天竺葵
(GENANIUM)

療效：鎮痛 抗發炎



葡萄柚
(GRAPEFRUIT)

療效：使人開心、愉悅



馬鬱蘭
(GENANIUM)

療效：鎮痛



純正薰衣草
(LAVENDER)

療效：降血壓、失眠



桔
(MANDARIN)

療效：失眠、焦慮



快樂鼠尾草
(CLARY SAGE)

療效：深度放鬆



苦橙葉
(CLARY SAGE)

紓緩：消化不良

芳香療法-實用個案

長者為卧床院友，近日身體情況轉差、氣喘及多痰，
護士需每隔15分鐘為長者抽痰，由於長者參與本院
紓緩治療計劃，故院舍為長者進行芳香
治療，長者使用白千層香薰後，痰涎減少，抽痰次
數大幅降低，長者氣喘症狀亦因此紓緩，減少抽痰
插喉之苦。

家屬由於長者使用芳香療法後成效顯著，更親自購
買白千層香薰油供長者使用。



紓緩治療

第六章. 身、心、社、靈的紓緩護理

針對晚期病者，他們一般會具有以下的身體徵狀，譬如身體痛楚、氣促、噁心、吞嚥困難、口腔問題、沒有胃口、失眠及水腫等等。而紓緩護理服務則以對身體徵狀控制的紓緩治療，本著把身體不適減至最低、維持身體機能、照顧感官上的需要及讓病者在照顧時備受尊重的原則。關顧病者的身體上的不適例如痛楚，了解引起痛楚的原因，輔以藥物或非藥物治療，紓緩病者或家人因面前身體痛楚時所引發的負面情感。

在心理需要層面，需要協助病人及家屬坦然面對死亡，使他們在情緒上得到支持，亦向他們提供表達和發洩的途徑，解開他們心中的結（可能是過往家庭爭執、不快或誤解），致使他們能在病者晚期時從個人的執著中走出來，珍惜與病者相處的時間。故此，在心靈的層面上，病人及家屬的社群輔導及支援便是為計劃參與病者帶來精神上的紓緩。

在社交層面上，透過社工及其他支援同事協助病人拓展社交網絡，例如安排社康活動，或協助病者及家屬安排一些生活上的實務事宜，引導病人及親屬表達愛與關懷。鑒於病者去到疾病晚期，活動能力、表達能力已大不如前，病者未必能夠表達複雜而冗長的句子，但是要處理社交需要又不如想像中困難，重點是建立良好溝通，例如摯親托付，代為照顧家中長幼、為病者或家屬留下回憶，協助拍照，錄音或錄像等，建立長者在臨終時期與他人的聯繫。

至於在靈性層面，透過輔導或信仰活動，助長者在面對生死的過程中，探索心靈，協助病者及家屬尋找生命及死亡的意義，幫助病者克服軟弱時刻，使其放開心靈負擔。在過程中，與計劃參與者用生命回顧的方式去探索生命的意義，例如自身的生命歷程、最珍貴時刻及最艱苦時間等等，回顧病者一生的生命如何影響病者，病者又如何為他人或家庭帶來美好改變，探討過去同時亦了解當下病者的期許，肯定病者了解香港不接受安樂死，在可能的範圍中，協助病者及家屬尋求在治癒以外的盼望，在有需要的情况下，提供信仰支持，可以選擇宗教為心靈帶來超越生死的平安。

身、心、社、靈的護理是紓緩治療中重要的一環，本著全人關顧的概念，不只針對生理的醫護需要，更及至精神及心靈等層面，亦是紓緩治療注重團體服務的原因。

資料來源

保良局安老服務

P4

安寧頌計劃

我們的微笑伯伯-杜金水

杜金水伯伯，102歲，入住院舍接近6年，性格隨和，平易近人，每逢看見職員經過都會報以微笑，與親朋好友及職員都關係良好。伯伯年事已高，身體機能遂漸下降，個多月前已需要卧床休息，有見及此，院舍提議伯伯進入安寧頌計劃，讓伯伯的人生最後旅程可得到更好的照顧，與長者及長者家人一起訂立的『預設醫療指示』讓我們可以為伯伯預備更多。伯伯選擇於院舍終老，放棄到醫院接受任何治療，令自己在紓緩及臨終服務下更有尊嚴地圓滿自己的人生，院舍更為伯伯舉行歡送會，誠邀伯伯的摯親及院舍的同事一起參與，讓伯伯提早與家人及同事慶祝聖誕節的來臨。最終，伯伯在家人的陪伴下圓滿人生旅程，家人跟隨伯伯的意願籌備後事，過程順利，家人雖在悲傷中接受長者離去，但對安寧頌計劃及院舍在伯伯人生最後一程的協助，表示衷心感激。



有營糊餐優化計劃

計劃目的：

院舍長者進食糊餐人數增加，本局持續發掘不同的科技產品，務求優化糊餐的色、香、味、型。廚師試用「自然養生機」，發現糊餐幼滑度提升、保留菜色的味道及營養。長者及家屬試食，十分欣賞。故本局未來逐步引入自然養生機，優化有型餐膳。



製成品

自然養生機介紹

蕃茄洋蔥豆腐魚湯

於意大利設計，內置高轉速摩打，再加上真空破壁技術，能將蔬果連皮、肉、莖、籽磨至非常幼細，並打破細胞壁，百分之一百萃取蔬果纖維，原原本本地釋放出食物的營養價值，打成天然健康的飲料。

特點：

真空破壁技術 讓飲品色澤更鮮艷、口感更順滑、味道更濃郁，令飲品有效抗氧化，延長保鮮期，釋出植物生化素，以強化免疫系統及自癒系統。冷熱全能 可以隨時製作冷或熱的健康飲料。

破壁營養法 高速將蔬果種子和纖維的細胞壁碾碎，釋放出大量維他命、礦物質、植物生化物質等營養素。極速破壁摩打 徹底攪拌食物，完全地釋出 豐富纖維及營養，不留渣滓。

日本高碳鋼立體6刀片設計 將整件蔬果放入杯內，即可連皮及籽打成汁。超大觸屏設計 只需輕觸自動程式圖示，即可輕鬆方便地製作出各款健康美食，操作靈活易用。八大內置自動程式 針對不同需要，一按即製作美味飲料

生日之星



4月生日之星

何惠珍、葉群、謝玫玲



5月生日之星

徐志堅、李璧華



6月生日之星

關瑞玲、杜超、容成發、王珞琳、鄭麗萍





服務質素標準<SQS>

社會福利署於1999年成立《服務表現監察制度》，目的是讓社署轄下受津助機構能更有效率地提供以人為本和著重服務表現的服務予服務受眾。此制度共分為有十六個服務質素標準，單位會製備相關資料，隨時讓有需要人士及公眾索閱。

標準 1

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準 3

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

標準 5

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準 7

服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 9

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

標準 11

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

標準 13

服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

標準 15

每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

標準 2

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準 4

所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

標準 6

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準 8

服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準 10

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

標準 12

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

標準 14

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

標準 16

服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

活動剪影



屯門獅子會-萬歲耆英樂融融



花展2018



活動剪影



關懷長者心茶聚活動



智『NET』長者外展數碼計劃



親親小海豹

溫馨提示

1. 請各家屬於每月5號前繳交長者當月住宿費用。
2. 長者零用金於每月10及25日進行更新，上述日子院舍暫不收取零用金，請家屬定時到院舍核對最新單據，以確保長者有充裕零用金訂購所需物品。
3. 留意房間清潔，請家屬不要在房內進食，如需進食，請移玉步至飯堂。另外，請勿存放食物在房內，以免滋生蚊蟲。
4. 院舍探訪時間 8:00am-8:00pm，為免打擾長者休息，請各探訪者配舍。

如對本院服務有任何意見，可即時向當值職員提出或聯絡下列負責人。
你的意見有助我們持續改善及提昇服務質素，多謝支持。

負責人

黃偉嘉先生

營運經理

黎妙妍姑娘

高級安老院舍服務經理

電話

2279-4692

2277-8888

電郵

fukwaihome
@poleungkuk.org.hk

soc.admin
@poleungkuk.org.hk

地址

新界荃灣葵涌邨葵涌商場
第三層平台二號

香港銅鑼灣禮頓道66號
莊啟程大樓5樓

