



保良局
PO LEUNG KUK

保良局東涌護老院

快樂 互動 心連線



地址：東涌文東路 39 號東涌市政大樓 3-5 樓

電話：2109 2038 傳真：2109 2032

電郵：tungchunhome@poleungkuk.org.hk

督印人：麥美儀姑娘

主編：盧慧貞姑娘、禰梓滔先生

第三十一期

2020 年 1 至 3 月

院長的話

2020年是一個忙碌的年頭，除了幾個月抗疫工作，院舍全力準備參與重標。合約院舍每十年要重標一次，在明年7月1日便是院舍新合約的開始。為了能爭取重標時獲更佳的評分，院舍參加了香港老年學會的「香港安老院舍評審計劃」。本院除了備戰評審和提交標書外，最重要是得到各位長者及家屬的支持。院舍亦已寄出問卷，以了解長者及家屬對本院參與重標的意見，請各位支持我們繼續營辦東涌院。如各位對於重標有任何疑問和意見，歡迎隨時聯絡。

護理關懷天使加許禮 2019

今次獲獎是我們的保健員黃冬梅姑娘。冬梅在院舍工作超過五年，大家見證她由小姑娘，出嫁後當媽媽，工作和照顧家庭也兼顧得很好，希望她繼續努力，在安老服務發光發熱。



感謝關懷

感謝各界及長者家人對本院的厚愛，在這幾個月來對我們的支持及信任

特別鳴謝：

東涌填海義工隊（土木工程拓展署可持續大嶼辦事處、AECOM、利基三星聯營）、香港機場管理局、聖公會榮光堂、長者鍾深德及其家人、長者陳潔清及其家人，在抗疫期間，送上寶貴的抗疫物資及鼓勵。（排名不分先後）



家庭樂遊迪士尼

本年1月本院得到樂園贊助入場券，院舍和日間服務的長者在家人、義工和同事陪同下遊園玩樂，進入奇妙世界。一同體驗不同玩意，欣賞花車巡遊、卡通人物表演、機動遊戲樣樣試，留下難忘的回憶。



『身心相印』殯葬參觀

由華永會資助的「愛·在家」晚晴紓緩照顧同行計劃，本院於1月舉行『身心相印』殯葬參觀活動。在華永會的同事帶領下參觀墓地及紀念花園，認識華永會的歷史及殯葬資訊，讓長者、家人及義工了解不同的殯葬服務，鼓勵長者表達對後事的意願。



參觀完畢，大家一同到酒樓享用午膳，彼此在輕鬆的氣氛及環境下分享大家對參觀的感受。



計劃活動推介

『思前想後』生死教育小組

日期：2020年5-6月

時間：14:30-15:30

地點：本院舍

內容：以生命回顧為主題，從兒時、青年、成年、晚年作人生回顧，肯定價值，培育正面面對晚晴。



* 歡迎長者和家屬向社工組同事查詢和報名

計劃活動推介

『不怕生死』講座

日期：待定

時間：14:30-15:30

地點：本院舍

內容：教授長者、家屬有關晚晴護理，有關預設醫療指示、非留醫病人不作心肺復甦術同意書等等，讓家屬及長者有更多的選擇，不再局限於醫院渡過人生晚期。



* 歡迎長者和家屬向社工組同事查詢和報名

新春盤菜賀元宵

元宵佳節食盆菜，今年利基三星聯營的企業義工在疫情下仍為院舍長者帶來盆菜與金豬，向各位老友記拜年，祝願老友記來年個個身體體康。雖然今年義工們未能和長者一同分享美食，但長者們收到溫暖的祝福，表現相當喜悅耳。



心連心視像計劃

疫情之下，老友記與親友間，暫未能「面對面」，社工組安排長者與家屬以視像代替親身見面，雖然疫情改變我們的生活模式，但溫暖的愛、無微不至的情，與平日一樣溫馨。



觸控屏幕，認知訓練新領域

根據醫院管理局的資料，本港人士，每 20 名 65 歲以上長者便有 1 人士患上認知障礙症，每 10 名 70 歲或以上長者便有 1 名患者，85 歲以上患病比率更高達三分之一，情況不容忽視（醫管局，2017）。

認知能力訓練

- 是一項『非侵入性』的治療
- 透過參與不同活動，增強腦部認知能力
- 一般認知能力包括：記憶力，專注力，工作記憶力，運算能力，思考速度等
- 增強認知能力有助改善生活質素

電腦認知能力訓練

- 透過參與電腦遊戲，進行認知能力訓練
- 本院舍自 2019 年 9 月起，購入觸摸屏電視機進行認知訓練

對長者的好處

1. 學習新活動，刺激腦部細胞
2. 針對弱項，強化認知能力
3. 增強老人自信心，老幼皆能學
4. 成為餘暇活動一部份，減少白天睡覺時間
5. 減低認知障礙症的騷擾性行為
6. 照顧者可騰出額外時間工作，有助減低照顧者壓



紓緩治療：紓緩治療的歷史

近年來，生命晚期的照顧有亞洲地區並不是全新的概念，中國文化中常常提到「五福臨門」，所指的「五福」，其中一「福」是「考終命」，那就是善終的意思，當中包含預先知道自己的死亡、身體沒有痛苦、心裡沒有牽掛和煩惱，能安詳並自在地離開。換言之，善終包含對死亡的準備，以及身、心、靈的平安。

而早於十二世紀，歐洲就已出現 Hospice (Hospis) 一字，解作驛站，源於歐洲的修道院，接待旅客和朝聖者，甚至是一些受傷垂危的過客。到了公元十九世紀，法國里昂的 Hospice 首次用作照顧晚期病人，至十九世紀末，宗教團體設立院舍，以照顧病人及孤苦無依者，漸成善終服務的雛形，1905 年，第一所專門為照顧晚期癌症病人的醫院（St. Joseph's Hospice）成立。直至五十年代，英國的桑德絲女士（Dame Cecily Saunders）開始推動現代善終運動，在倫敦創辦聖基斯道化善終院舍（St. Christopher's Hospice），正式將 Hospice 引入現代醫療制度，作為照顧晚期癌症病人設施的名稱。

至於香港，紓緩治療服務始於 1980 年代聖母醫院成立的紓緩及家居護理服務，主要由醫院管理局提供，現時，公營醫療系統的七個聯網在十六間醫院提供各類紓緩及寧養服務，部份提供住宿服務，還有門診治療、家居紓緩治療、日間紓緩治療、紓緩醫學諮詢、社區老人評估及哀傷輔導等服務；其他非牟利機構亦有提供不同的紓緩治療照顧服務，而保良局自 2016 年起分階段於轄下各間安老院舍推行「安寧在院舍」的臨終照顧服務，讓長者可選擇在熟悉的院舍環境中離世，由院舍巡院醫生作離世證明，遺體直接送往殯儀館，不須經急症室再輾轉進入醫院，免卻末期病患長者承受不必要治療程序引致的痛苦。

經過數十年的發展，香港的紓緩治療專科服務算是不俗，但在社區安寧照顧服務卻仍有改善空間，根據 2015 年經濟學人智庫發表的《死亡質量報告》，有關於死亡質量指數，即根據善終及醫療環境、人力資源、醫療護理的可負擔程度、護理質量、公眾參與等因素排名，香港排名二十二，落後於其他鄰近亞洲地區如台灣、新加坡及日本，其中公眾參與一項更低於 80 個國家地區的總平均分。

若我們能在人生最後一程獲得高質素的安寧服務，有尊嚴及安詳地離世，則可為人生畫上完美的句號，也就是第五福「善終」，由今天開始，就讓我們一起對安寧服務認識多點吧！

¹ 賽馬會安寧頌《心安家寧系列：安寧概念》

² 香港中文大學那打素護理學院：流金頌培訓計劃—靈性關顧的角色—在晚期照顧中一種看不見的醫治力量

³ 賽馬會安寧頌—安寧服務培訓及教育計劃

溫馨提示

- 請家屬把長者每月宿費以支票、存入銀行戶口或申請自動轉賬，以繳交每月宿費。存入銀行戶口後的銀行收據需盡快交回院舍，以便發出收據。

請家屬 / 長者將現金存入以下滙豐銀行賬號，並於**每月 5 號前**將銀行入數紙交回本院，謝謝。

A/C NO : **002-239564-001**

A/C NAME : **PO LEUNG KUK**

- 護士於派藥時間要專注派藥，家屬如有查詢和來電，會於完成派藥後盡快跟進，多謝合作。

意見表達或讚許

如對本院有任何意見，歡迎隨時向職員反映。您的意見有助我們持續改善服務質素，多謝。

負責人	麥美儀姑娘 營運經理	黃妙真姑娘 安老院舍服務經理
電話	2109 2038	2277 8888
傳真	2109 2032	2890 2097
電郵	tungchunghome @poleungkuk.org.hk	soc.admin @poleungkuk.org.hk
地址	東涌文東路 39 號 東涌市政大樓 3-5 樓	香港銅鑼灣禮頓道 66 號 莊啟程大樓 5 樓



保良局
PO LEUNG KUK



保良局東涌護老院

東涌文東路 39 號東涌市政大樓 3 至 5 樓

印刷品