



保良局  
PO LEUNG KUK

保良局元朗改善家居及社區照顧服務  
保良局屯門改善家居及社區照顧服務

# 人月兩團圓



2023年9月號季刊

離職感言

2023-2024 年度年度計劃

認識登革熱

物理治療師專題 - 認識氣促

職業治療師專題 - 認知小遊戲

讚賞信

活動花絮

服務質素標準及準則

P.2

P.3

P.4-5

P.6-7

P.8-9

P.10

P.11

P.12

# 目錄



## 離職感言



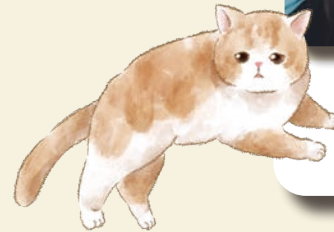
物理治療師  
歐陽偉鋒先生

在此離職，感謝公司給予的機會與經驗。與優秀的同事共事是我最大的收穫，希望大家一切順利，未來有更美好的發展。深感榮幸，謝謝！

各位，我是物理治療師陳姑娘，我在此向各位說聲再見及感謝，感謝有幸在保良局與各位相遇，感謝在家訪時，各位教予我的生活小常識及人生大道理。我在此祝願各位身體健康！出入平安！生活愉快！



物理治療師  
陳淑吟姑娘



時間匆匆，在屯元家居隊已工作了一年，而我亦即將會約滿離職。在這一年的工作中，我學習及成長了不少，很開心亦很感激在這能遇到各位老友記及家屬，更能遇上一群守望相助的好同事。期望我們在將來有緣重遇。最後祝各位身體健康、平安快樂。



註冊社工  
陳莉昀姑娘



# 保良局改善家居及社區照顧服務 2023-2024 年度年度計劃



## 醫護服務

1. 推行醫療應用科技程式，讓長者能透過手機掌握不同健康資訊。
2. 邀請合適的長者體驗樂齡科技產品，例如優杖、電子響鬧鐘藥盒等。
3. 用香薰精油配合按摩手法，紓緩長者的痛症不適。
4. 推展流心軟餐服務，開辦流心軟餐製作班。
5. 護士為護老者 / 長者講解預防壓瘡護理的資訊。

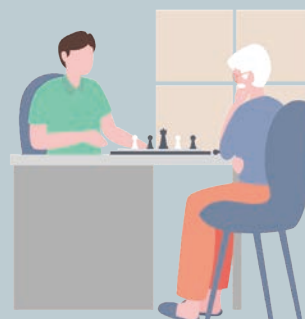
## 社康服務

1. 推行護老者藝術活動，例如圓圈畫、和諧粉彩等。
2. 進行護老者上門減壓藝術活動，例如禪繞畫、手指畫和節慶手工等。
3. 舉辦戶外康樂活動，讓護老者和長者能共享美好快樂時光。
4. 社工製作主題性護老者舒壓錦囊，例如健康睡眠、正向心理等。
5. 社工可為有需要長者安排日間暫託 / 住宿暫託服務。



## 物理治療服務

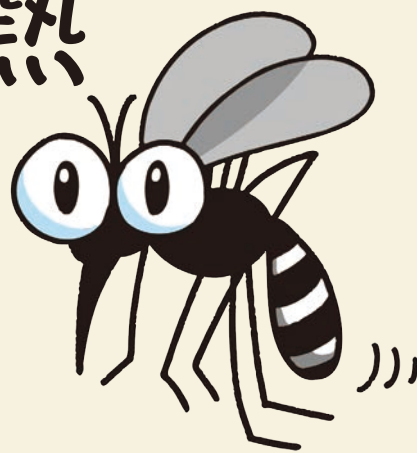
1. 發掘合適的科技產品供長者試用，以便利長者的生活。
2. 利用體感遊戲 / 平板軟件設計訓練，提升長者運動的積極性。
3. 物理治療師教導護老者預防痛症的方法，以及為合適的護老者提供簡單按摩儀器，供日常保健之用。
4. 物理治療師每半年到戶為所有長者家訪及檢視家中助行器的使用情況，按需要更換和跟進，預防長者跌倒。
5. 進行單位環境管理及巡查，預防員工發生工傷。



## 職業治療服務

1. 為長者進行認知能力評估，及早追蹤及篩選初期認知缺損長者。
2. 職業治療師選購認知遊戲訓練工具，為未有確診認知障礙症的懷疑個案，提供多元認知訓練。
3. 透過資訊發佈，教育長者及照顧者有關家居環境「職業安全及健康」的意識及注意事項，以加強保障員工及長者於家居服務時的安全。
4. 推行網上「家居環境職安健」有獎問答遊戲，提升員工對家居環境職安健的意識。
5. 為合適的長者進行「虛擬實境訓練」，提升認知訓練的質素及效能。

# 認識登革熱



## 病原體

登革熱是一種由登革熱病毒引起的急性傳染病，此病毒經由蚊子傳播給人類。登革熱常見於熱帶及亞熱帶地區，例如在鄰近的多個東南亞國家，登革熱已成為一種風土病。登革熱病毒共有四種不同血清型，每一型均可引致登革熱及重症登革熱（又稱為登革出血熱）。

## 病徵



登革熱的病徵包括高燒、嚴重頭痛、眼窩後疼痛、肌肉及關節痛、噁心、嘔吐、淋巴結腫脹以及出疹。有些人在感染登革熱病毒後，可以沒有明顯的病徵，有些人則只會有發熱等輕微病徵，例如兒童發病時或會出現一般性的發熱症狀及出疹。

第一次感染登革熱的病情一般都較輕，病癒後對該血清型病毒會產生終生免疫能力，但對其他三種血清型病毒只有部分和短暫的交叉免疫能力。若隨後感染其他血清型的登革熱病毒時，出現重症登革熱的機會則較高。

重症登革熱是一種由登革熱所引起的併發症，病情比較嚴重，可導致死亡。重症登革熱的患者初時會出現發高燒、面部發紅，以及與登革熱相關的一般病徵。高溫可持續 2 – 7 天，而體溫甚至高達攝氏 40 – 41 度。及後，患者或會出現一些預警症狀，例如嚴重腹痛、持續嘔吐、呼吸急促、乏力、煩躁不安，和出血的症狀，例如皮膚出現瘀斑、鼻或牙齦出血、甚或內出血等。最嚴重的情況會導致血液循環系統衰竭、休克及死亡。





## 傳播途徑

登革熱透過帶有登革熱病毒的雌性伊蚊叮咬而傳染給人類。當登革熱患者被病媒蚊叮咬後，病媒蚊便會帶有病毒，若再叮咬其他人，便有機會將病毒傳播。此病並不會經由人與人之間傳播。近年在本港並未有發現主要傳播登革熱的埃及伊蚊，但同樣可傳播登革熱的白紋伊蚊卻屬於常見的蚊品種。



### 潛伏期

潛伏期為 3 – 14 天，  
通常為 4 – 7 天



## 治理方法

目前並沒有針對登革熱及重症登革熱的治療。患有登革熱的人士一般都會自行痊癒，而症狀療法可助紓緩不適。重症登革熱患者則須接受適時的支援性治療，而治療的主要目的是保持血液循環系統的運作。只要有適當與及時的診治，重症登革熱的死亡率不足百分之一。

## 預防方法

### 預防蚊子傳播的疾病的方法

- 穿著寬鬆、淺色的長袖上衣及長褲。
- 於外露的皮膚及衣服塗上含避蚊胺（DEET）成分的昆蟲驅避劑。
- 避免使用有香味的化妝品或護膚品。
- 依照指示重複使用昆蟲驅避劑。



### 防止蚊蟲滋長

- 防止積水。
- 每星期為花瓶換水一次。
- 避免使用花盆底盤。
- 緊蓋貯水器皿。
- 確保冷氣機底盤沒有積水。
- 把用完的罐子及瓶子放進有蓋的垃圾箱內。
- 應妥善存放食物及處理垃圾，避免蚊蟲滋生。



資料來源：

[http://www.fehd.gov.hk/tc\\_chi/pestcontrol/handbook\\_prev\\_mos\\_breeding.html](http://www.fehd.gov.hk/tc_chi/pestcontrol/handbook_prev_mos_breeding.html)

# 物理治療師專題 認識氣促

體弱長者有時會感覺氣促、呼吸困難。由於體內缺氧，長者可能會表現煩躁不安。照顧者可以協助長者把床頭提高，或以數個枕頭支撐其背及頭部，幫助長者呼吸暢順。



## 紓緩氣促的方法：

- 注意空氣流通，保持室內通爽涼快
- 保持環境寧靜
- 可協助長者半坐半臥，頭、背墊以枕頭，以舒適為合適
- 照顧者若能陪伴長者，輕輕為長者掃背，讓長者感到安全，也會減輕長者的焦慮



## 氣促的處理方法：

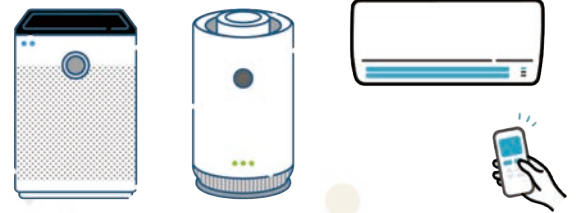
- 依從醫生指示服藥，並了解藥物的用法作用。常用的氣促藥，如支氣管擴張劑，有口服及噴霧等不同類別。使用噴霧後稍歇，喝水或嗽口可減少藥物積存口腔而引致潰爛



- 過量或過劇之活動可使氣促增加，故長者須順應病情，對平日生活作出調節

- 如氣促是因黏稠的痰涎阻塞氣道，可飲用熱開水，稀釋痰涎以助咳出

- 可使用冷氣機、抽濕機及空氣過濾機，使空氣清新、乾爽及流通



- 保持大便通順，避免用力排便時增加氣促

## 施氧：

長者可按醫生指示在家租用施氧設備，但若氣促仍不能緩解，宜盡快求診。

如有任何疑問，請向物理治療師查詢。

資料來源：

在家照顧癌症病人 (香港防癌會)

<https://www.hkacs.org.hk/ufiles/home.pdf>





# 職業治療師專題

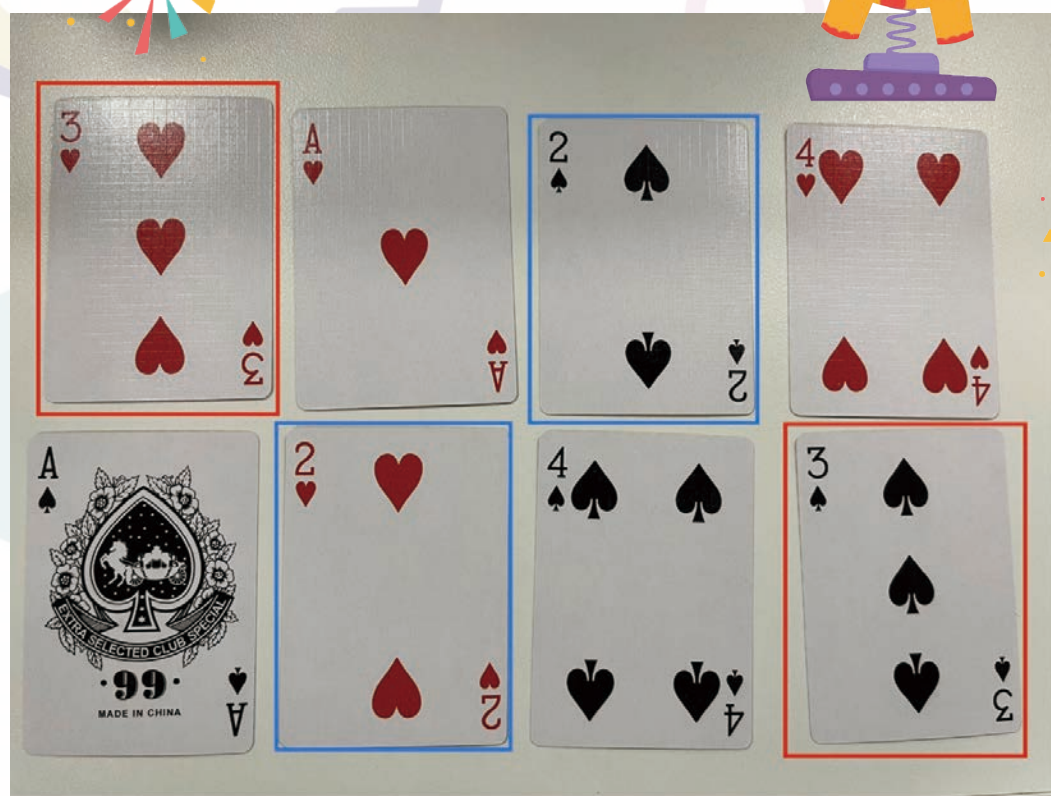
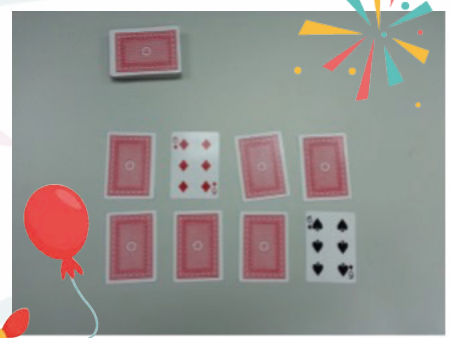
## 認知小遊戲



今次與大家分享三個認知小活動，利用家中都能找到的小工具，與長者進行簡單的認知活動及訓練，在家中協助長者鍛鍊腦筋，維持認知能力及增強他們的自信心。

### 啤牌 - 記憶力訓練

1. 展示 3 對啤牌 / 麻雀放於桌上
2. 給長者 1 分鐘時間記住啤牌的位置
3. 將啤牌返轉，找一對的啤牌
4. 若 2 張不同則反轉繼續配對

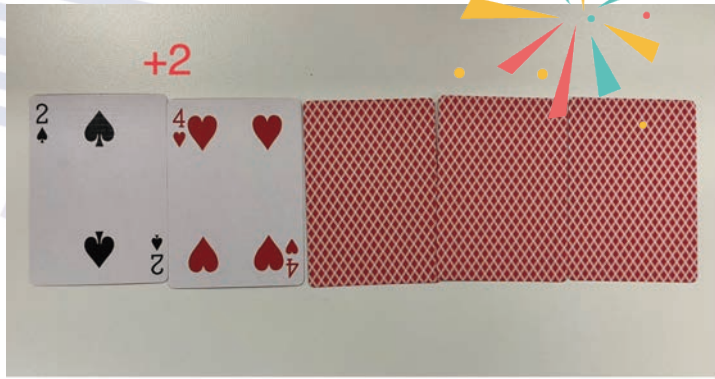
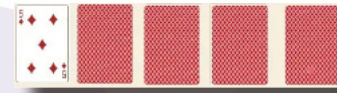


難度提升：增加牌數量



## 啤牌 - 計算能力

1. 先開第一張牌，然後請案主估下一張牌大 / 小於上一張牌
2. 開估後，請案主計算兩張牌相差多少
3. 如此類推，直到最後一張牌



提高難度：增加牌數量

## 啤牌 - 專注力訓練

讓案主將啤牌平均分成 4 份，  
並從每份啤牌抽出一對的出來



提高難度：潛烏龜

資料來源：保良局安老服務  
職業治療師設計





# 讚賞信



致：保良局

好感謝多年社區照顧服務，得以幫助病友及照顧者，減輕老人不適同運動，非常感激，希望保良局日後更加努力，幫助社區更多有需要的人。特此感謝各位到訪社工、姑娘、職業物理治療師，悉心、耐心、同愛心講解同幫助照顧者，如何照顧病患老人家，同有需要的人。

尤其特別感謝葉珮璇姑娘同林文傑先生兩位幫了我同先生( )好大的忙，讓佢可以舒適過下餘生。感謝 家人上



## 「園」路有你工作坊

2023年8月11日

工作坊已於8月11日完滿結束。活動當中，在導師細心的解說和指導下，各參加者都積極投入活動，更嘗試了分株植物、翻土等，最後設計出屬於自己獨一無二的小盆栽。接下來，本單位將有更多精彩豐富的活動，誠意邀請大家踴躍參與！





# 服務質素標準 ( 標準 ) 及準則

為確保公眾獲得優質的社會福利服務，貫徹 [ 以客為本 ] 的精神及加強福利服務的問責性，社會福利署及受資助機構推行一套服務表現監察制度 - 服務質素標準 (SQS)

SQS 共有 16 項，在各項標準之下共有 79 條具體的準則，明確界定了管理及控制服務水準所需的程式和指引。有關服務質素標準的詳細內容檔亦可向同事索取閱覽。



## 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 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 7

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

## 標準 8

服務單位遵守一切有關的法律責任。



如有意見反映、讚許或投訴；或對本服務、服務質素標準、年度計劃有任何意見、建議或資料更新，請即時致電熱線：3956 8482 或聯絡下列負責人。

你的意見有助我們持續改善，提昇服務質素，令服務達至臻善，多謝支持。

### 透過以下途徑，歡迎向我們提出：

負責人 陳少茵姑娘 (營運經理)  
地址 新界屯門建發里 4 號 Lane Up 5 樓 502 室  
電話 3956 8482  
傳真 3956 8485  
電郵 ehccs.tm@poleungkuk.org.hk  
ehccs.yl@poleungkuk.org.hk

負責人 陳慶新經理 (服務經理 (安老))  
地址 新界葵涌貨櫃碼頭路 77-81 號  
Magnet Place Tower 1 三樓 03-04 室  
電話 2614 2911  
傳真 2401 3111  
電郵 soc.admin@poleungkuk.org.hk

督印：高浣施 主編：傅培超、郭灝智 印刷數量：350 本  
2023 年 9 月號 保良局元朗改善家居及社區照顧服務 / 保良局屯門改善家居及社區照顧服務

