



保良局  
PO LEUNG KUK



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department

# 保良局蒲明紀念護老院

2025年  
4-6月季刊



督印人:張芷穎

編輯人:黃灝垣

印刷數量:170本

印刷日期:7/2025

# 熱烈歡迎新院友

曾樹根伯伯

江國良伯伯

李金波伯伯

張惠珠婆婆

葉玉茹婆婆

葉肖琼婆婆

歡迎各位新院友加入蕭明紀念護老院，期望日後與大家共度更多歡樂時光！

## 職員動向

大家好，我是張寶姻。我在保良局工作多年，因為搬遷，我調任到了蕭明大家庭。這次的調動令我的生活和工作環境都發生了很大的變化，但我與同事間的相處十分融洽，讓我很快融入了這個大家庭。希望各位多多指教！



張寶姻 註冊護士



大家好，我是鄭韶英，之前亦有在老人院工作的經驗，這段經歷讓我對照顧老年人充滿熱情，很高興能夠加入這個大家庭。

鄭韶英 護理員



李遠紅 護理員

大家好，我是李遠紅。期待與大家一起合作，共同創造一個溫暖的生活空間。謝謝大家！



大家好，我是雷杏銀，負責院舍清潔工作。期待與大家一起努力，創造舒適的環境！謝謝！

雷杏銀 庶務員



洪彩華 庶務員

大家好，我是洪彩華，擔任庶務員一職，負責院舍日常清潔，期待與同事共同努力，把院舍打造成最舒適的家。謝謝！



# 護理及康健服務



## 糖尿病

參考資料：衛生署

糖尿病是一種慢性疾病。當胰臟分泌的胰島素不足，或胰島素不能發揮功能時，血糖便會不正常地高，導致糖尿病。

### 成因

目前醫學界未完全理解糖尿病的成因，但以下因素卻會增加患病風險：

1. 過重或肥胖
2. 缺乏運動
3. 某些藥物或疾病，令胰臟受損，影響胰臟分泌胰島素的功能
4. 年齡增長 - 患者大多在45歲後出現糖尿病
5. 家族遺傳 - 家族中有糖尿病患者

### 糖尿病的常見徵狀

當血液的葡萄糖含量過高，便會出現以下的徵狀：

1. 小便頻密，晚上如廁特別多
2. 異常口渴
3. 容易疲倦
4. 體重下降
5. 視力模糊
6. 經常感染疾病



(部份患者可能沒有明顯的病徵，直至併發症出現才發覺已患上糖尿病)

### 預防方法

1. 保持均衡飲食，避免進食高糖份食品，多吃高纖維食物；
2. 定期做適量運動；
3. 控制體重；
4. 爭取充足休息，避免精神緊張。



# 活動及輔導服務

每年5至6月，母親節和父親節的慶祝活動接踵而至。本院也特別為各位父親母親舉辦慶祝活動，一同歌頌父母親的偉大。在母親節和父親節，社工與院友一同製作手工玫瑰及獎牌，並安排到床邊贈送作品予較體弱長者，共享快樂！



## 父親節獎牌製作樂



# 外出活動

## 樂長者在保良



## 美荷生活探索日

不少長者與石硤尾及香港歷史有著一定的認知，參觀美荷樓能讓他們通過各種感官刺激，如場景、聲音等，喚起長者對過去的記憶，引導他們回顧人生、整理回憶和生活歷程。

我細細個見過...

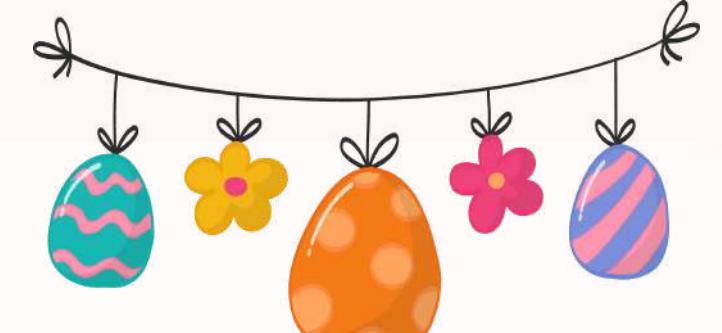


## 魚樂無窮

帶院內的長者到旺角金魚街挑選和觀察魚類，培養長者的興趣，增加長者對魚缸的照顧，增強對院舍的歸屬感及成就感。



# 復活節活動-摺紙彩蛋樂園



整靚靚復活蛋！

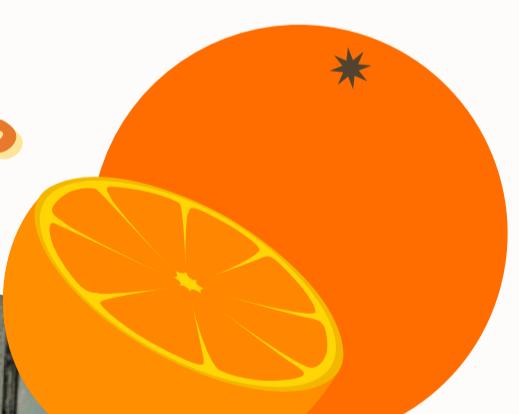


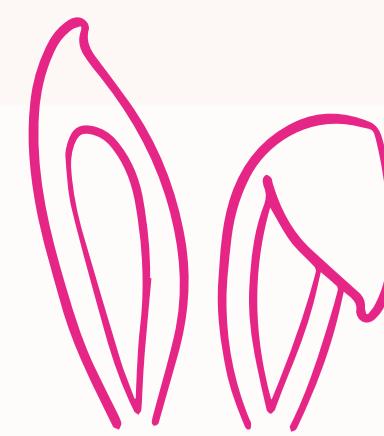
一齊包糉！



粽情長存：樂享端午

在購物樂活動中，我們嘗試培訓長者義工協助其他院友添置日常用品，提升他們對院舍的歸屬感以及生活的滿足感。





## 復活節的反思：生命與死亡的交織

撰文：賽馬會安寧頌「安寧在院舍」計劃（基督教靈實協會）註冊社工文巧欣

在這個春天的季節，我們迎來了復活節。復活節不僅是慶祝生命重生的時刻，更是反思死亡意義的良機。早前在安老院舉行的復活節活動中，我們邀請了長者一同參與，透過製作色彩繽紛的復活蛋，讓他們在慶祝的同時，表達對他人的關心和愛意。活動不僅增進了長者之間的交流，也引發了對生死話題的深入討論。



許多長者表示希望可以「順其自然」，思考如何為自己的未來做準備。我們也討論如何在面對死亡時仍然保持平靜與接受。雖然有些長者認為死亡無法預測，但他們意識到，若能在還有能力時，與家人和醫護人員討論自己的醫療和照顧計劃，將會是明智的選擇。這就是預設照顧計劃的意義，幫助長者在面對無法自決的情況時，依然能夠表達自己的意願。



在這個復活節，我們不僅慶祝生命重生、擁抱盼望，更鼓勵長者及其照顧者多思考預設照顧計劃，為人生的旅程做好準備。透過這樣的反思與準備，我們可以更從容地面對生命的每一個階段，珍惜當下，迎接未來。

如院友或家屬希望認識更多「安寧在院舍」計劃內容或預設照顧計劃事宜，歡迎聯絡本計劃社工文姑娘(電話：63218056)。



# 復康治療專題

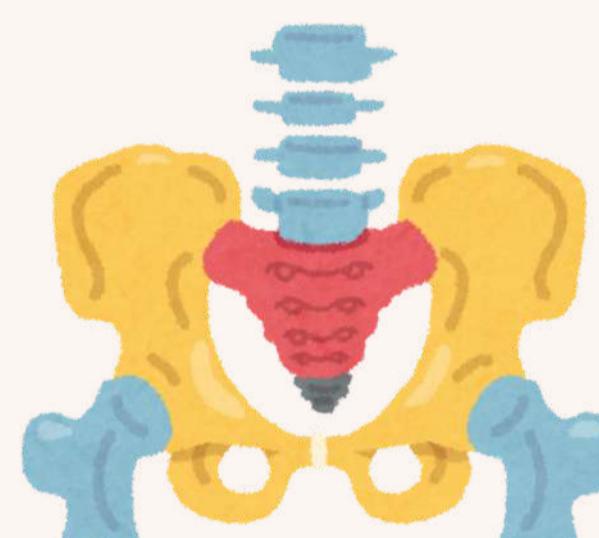
## 輪椅坐墊知多少？

長者整天坐在椅子上或輪椅上，有機會申訴臀部疼痛或不適，甚至有機會造成壓瘡。善用輪椅坐墊，不僅可以發揮減壓效果，更能增進坐姿穩定與安全性。現簡單介紹輪椅坐墊的功能及種類。

當我們坐下時，臀部所受的壓力是不平均，因為骨凸位置，特別是尾骶骨處與坐骨粗隆處，皮膚與軟組織較少，容易因為集中壓力而感到不適。除了身體本身的重量外，高溫、高濕度、因身體向下滑而今產生的摩擦及撕力，亦有機會引致壓瘡。而輪椅坐墊能夠將臀部凸點位置所受的壓力分散到周邊，減少因長期受壓而造成壓瘡的機會。

### 坐墊的功用：

1. 減輕臀部所受的壓力，預防壓瘡
2. 固定盆骨位置，使坐姿更穩定
3. 促進盆骨自然的輕微前傾



## 常見的座墊種類

### 海綿座墊



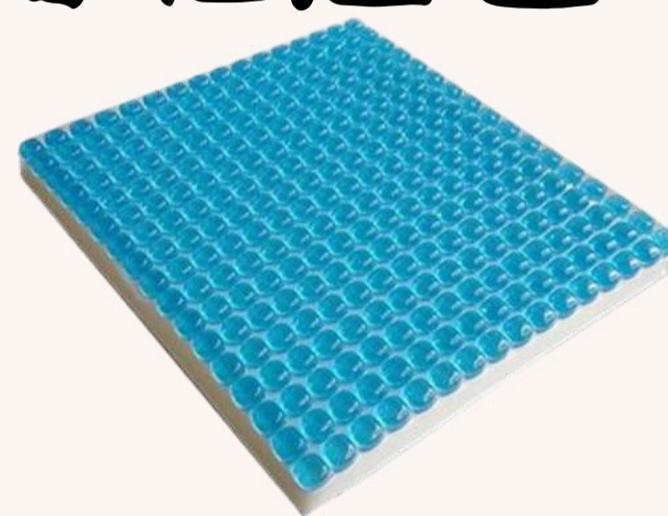
**優點**

- 可以促進穩定性和坐姿平衡
- 價錢較便宜

**缺點**

- 減壓的效果較弱

### 啫喱座墊



- 有助減少身體下滑而產生的撕力

### 充氣坐墊



- 有效平均分佈壓力
- 重量輕，較易收藏

## 其他坐墊種類

### 混合式座墊(啫喱+泡棉)



- 有效減壓及能維持坐姿的穩定性

### 填充式氣囊氣墊

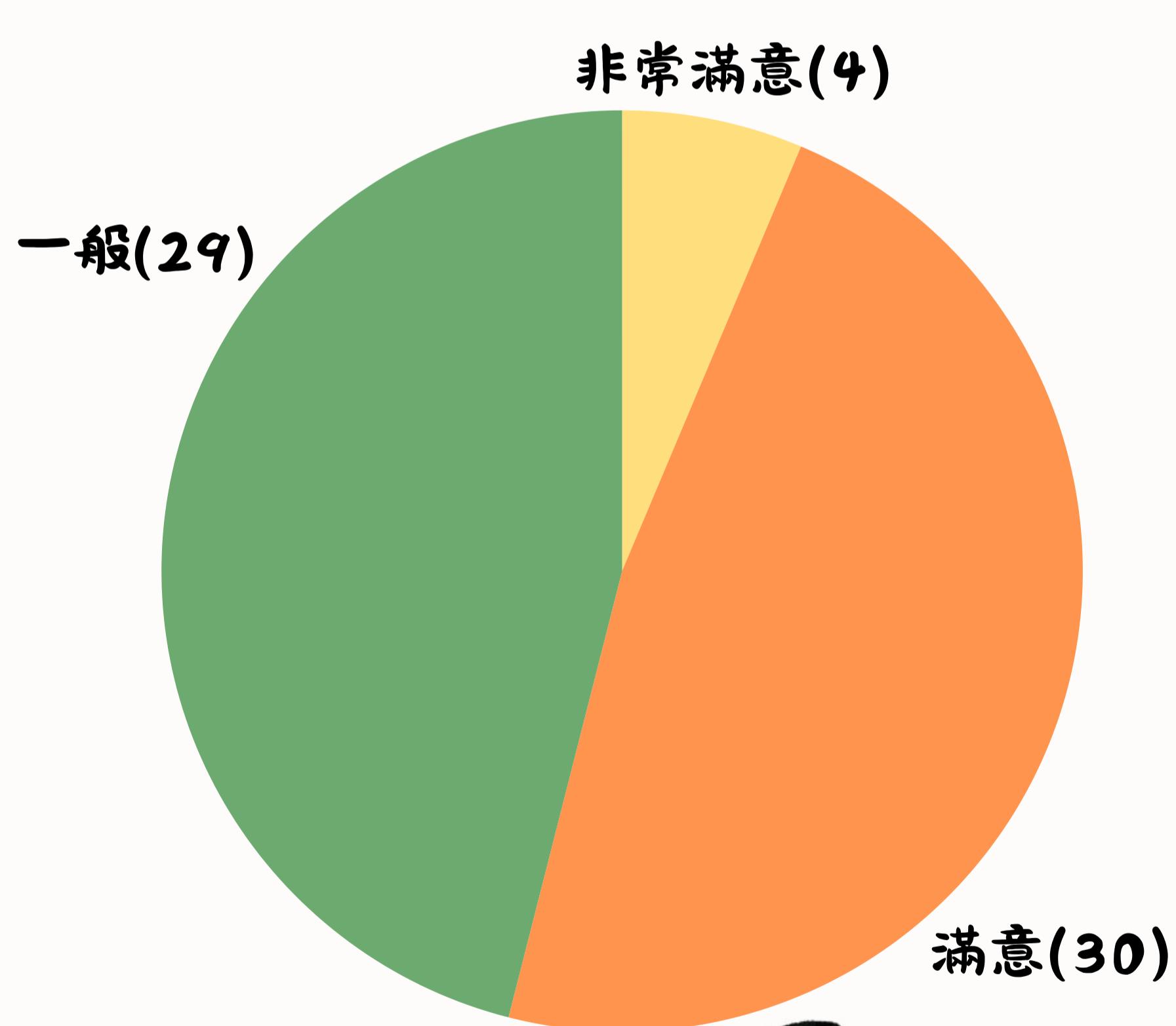


- 氣囊不易漏氣破裂，耐用度較充氣坐墊高

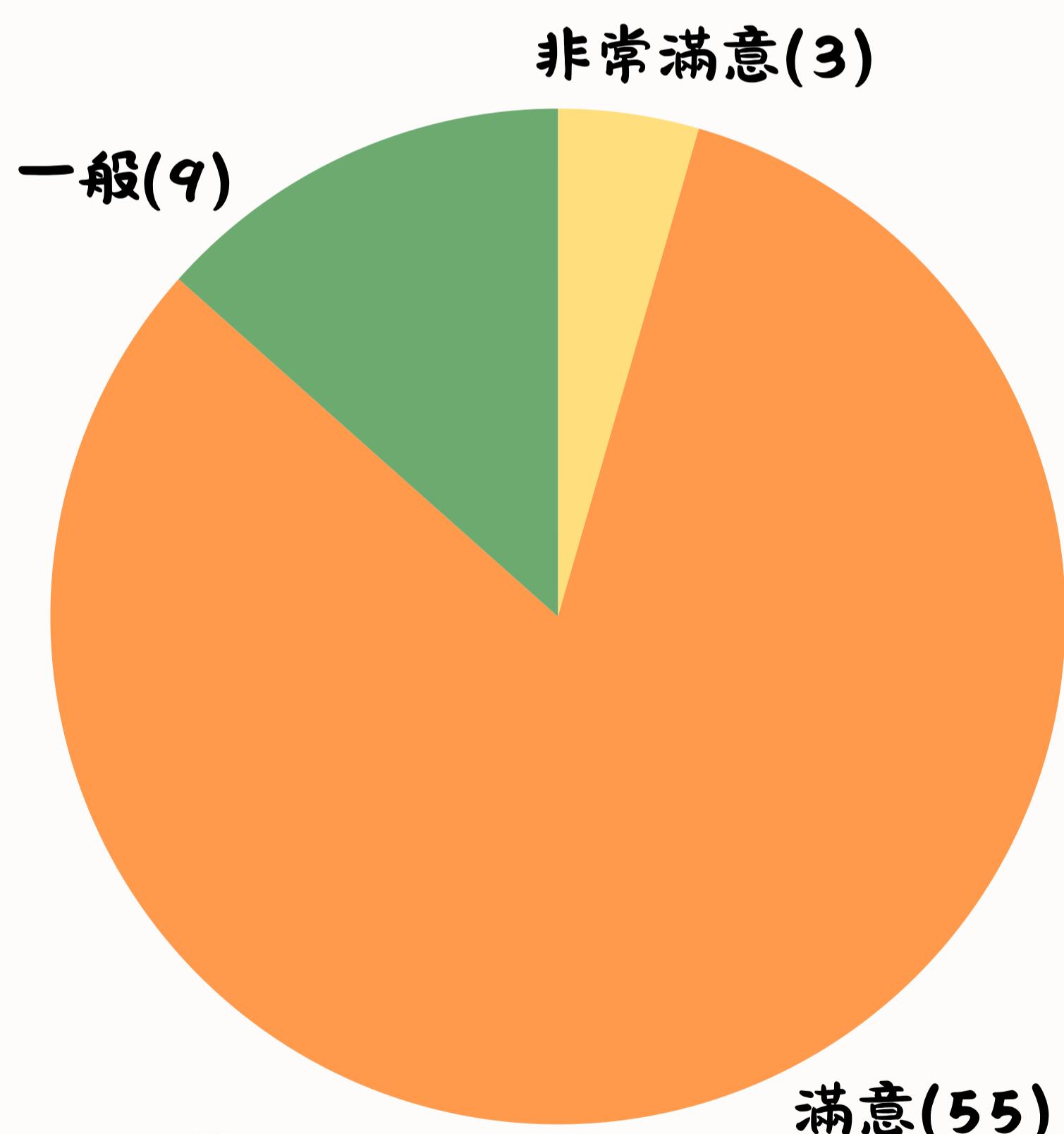
# 2024-2025年度院友及家屬問卷調查結果

為了解院友及家屬對本院服務的滿意程度，本院於2025年2月以口頭、電話訪問及問卷方式，邀請院友及家屬填寫問卷，就本院服務提出寶貴意見，作為往後制訂及提升服務指標的其中一個參考。院舍共有63位長者及67位家屬回覆問卷調查，其中超過八成長者及家屬表示非常滿意或滿意本院舍之服務。是次問卷調查涵蓋不同範疇，包括環境清潔、維修保養、醫療及個人起居照顧、膳食及活動。以下圖表為長者及家屬的整體意見調查結果和各項滿意程度結果，以供大家了解。

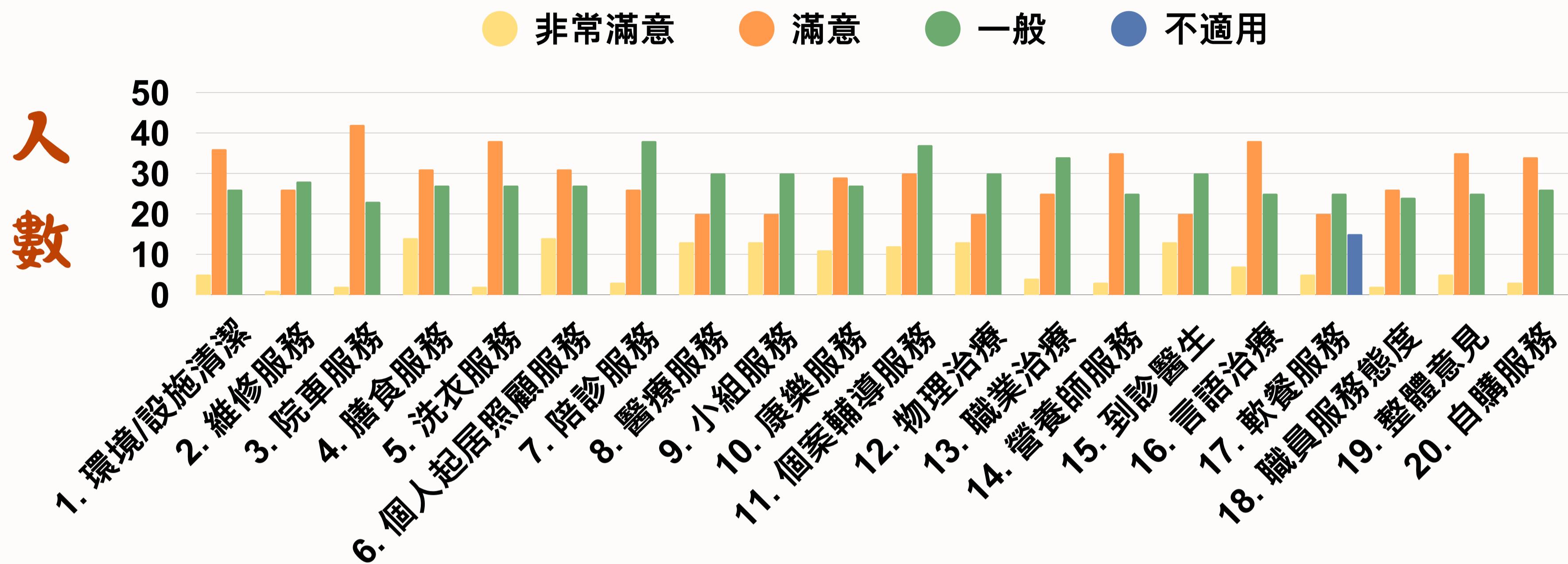
院友整體意見



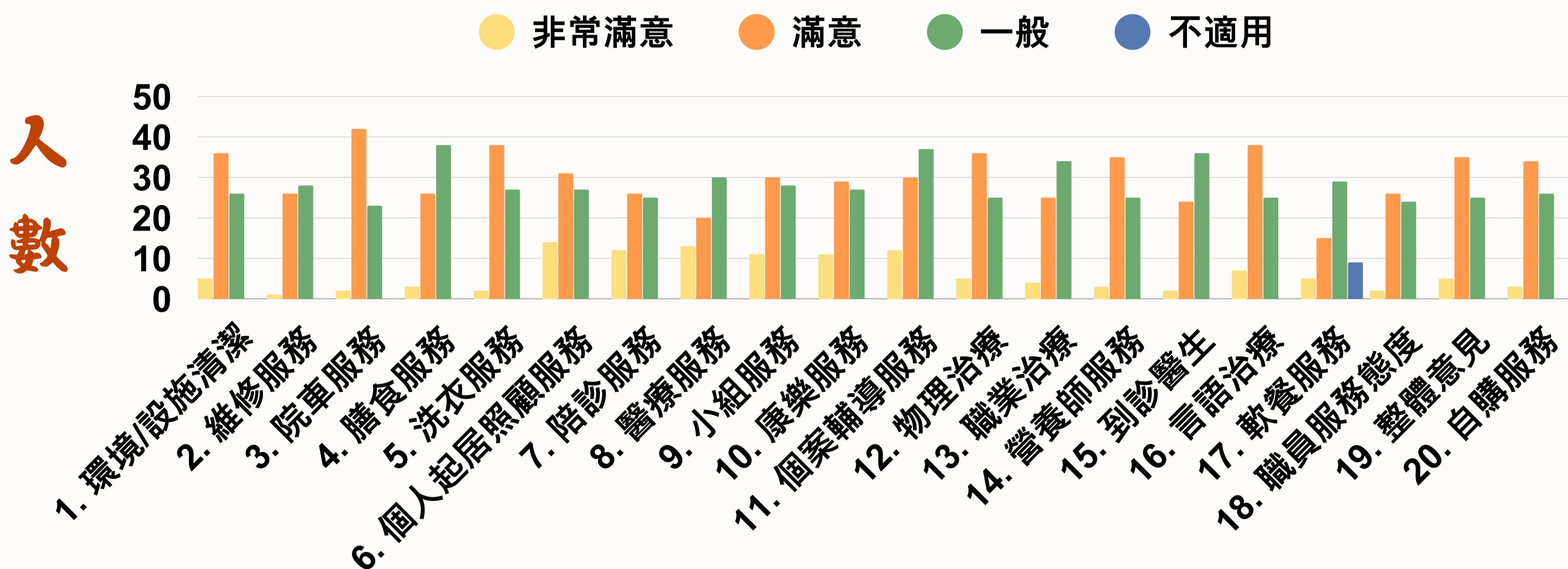
家屬整體意見



# 2024-2025年度 院友各項服務滿意程度



# 2024-2025年度 家屬各項服務滿意程度



感謝你們的寶貴意見，我們會繼續努力提升服務質素，為院友提供更好的照顧服務。如有任何查詢，歡迎致電 2349 4800 與院舍職員聯絡。

# 家屬感謝信

本人對 貴院職員有以下讚賞：  
I would like to express my appreciation to your staff:

職員姓名 Name of staff 保良局蕭明紀念護老院

病房/服務單位 Ward / Service unit 108室, 1F

日期 Date 31/3/2025

請在適當的方格內加上「✓」號  
Please tick appropriate box(es)

服務態度有禮及誠懇 Polite and sincere service attitude

優質的臨床醫療服務 Quality clinical service

有耐性及主動提供協助 Patient and helpful

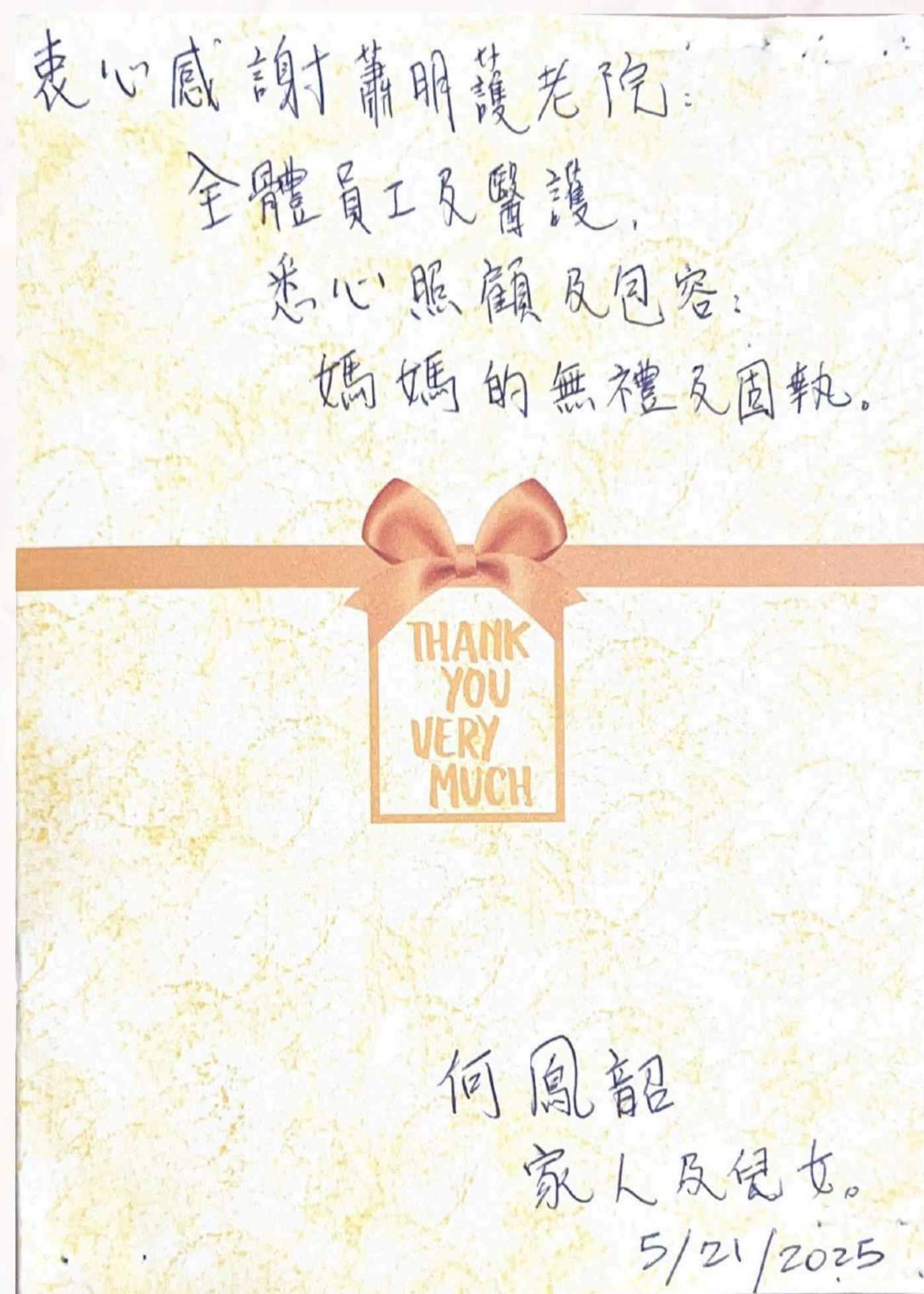
其他 Others \_\_\_\_\_

詳情 Details (可選擇填寫 Optional):  
致保良局蕭明紀念護老院全體職員：  
多謝您們多年悉心照顧家母，陳姑  
娘照顧有方，讚賞黃顯垣社工關心  
及悉心安排院友事宜。此致  
祝各位身體健康及工作愉快！  
感恩同感謝！

病人/親友資料(可選擇填寫):  
Patient / Relative information (Optional):

姓名 Name 俞小姐

聯絡電話 Contact Tel. No. \_\_\_\_\_



## 服務質素標準 (SQS)

「服務表現監察制度」由社會福利署與業界共同設立，透過《津貼及服務協議》訂明相關要求，包括基本服務規定、服務量和服務成效標準，並按16項服務質素標準，以評估受資助單位的服務表現。

### SQS1 服務資料

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。

### SQS2 政策和秩序

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

### SQS3 運作及活動紀錄

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。

### SQS4 職務及責任

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。

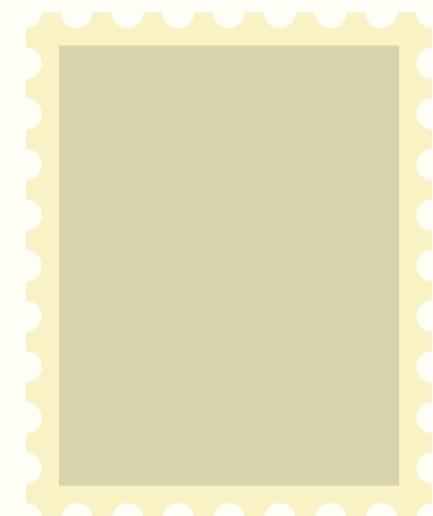
# 溫馨提示

- 長者或家屬請於每月五號或之前繳交院費，並由職員即時發出院方之正式收據。
- 院友或家屬須確保院友有足夠零用金以繳付購物及雜費支出，如零用金不足，院舍難以繼續替院友代購日用品。
- 每日派藥時間為 **08:00-09:00；11:30-12:15；16:30-17:30** 及 **19:00-19:30**。為免影響護士派藥，請避免於以上時間致電樓層護士。
- 請家屬只購買少量及保質期較長的食物予院友，若購買生果(例如香蕉)，亦請盡快享用，以保持最佳品質。所有食物記得放在食物盒內，避免食物變壞或影響衛生。
- 院友或家屬不應存放大量金錢或財物於院舍，倘有遺失，院方概不負責。
- 院舍護士只派發具醫生處方之藥物。
- 院友或家屬不可存放任何利器如鉗剪、刀等於院舍，免生危險。
- 院舍範圍內嚴禁吸煙及飲酒。敬請留意。
- 現時為流感高峰期，請各位家屬在探訪前務必自行佩戴口罩來到院舍。謝謝合作！

如對本院舍服務有任何查詢、意見或建議，可即時向當值職員提出。閣下的意見有助我們持續改善、提昇服務質素，日臻圓滿，感謝支持。



保良局蕭明紀念護老院  
九龍藍田廣田邨廣軒樓及廣雅樓地下及一樓



大家可使用以下QR CODE  
進入本院網頁。



## 本院負責人

電話

2349 4800

傳真

2952 9857

電郵

[siuming@poleungkuk.org.hk](mailto:siuming@poleungkuk.org.hk)

地址

藍田廣田邨廣軒樓及廣雅樓

地下及一樓

張芷穎姑娘

營運經理

李玉芬姑娘

高級服務經理(安老)

2277 8888

2890 2097

[soc.admin@poleungkuk.org.hk](mailto:soc.admin@poleungkuk.org.hk)

香港銅鑼灣禮頓道66號

莊啟程大廈五樓