

CEO



周油一家
ne
第48期

「念親恩」



海賊王



貴州美人



「恐怖」份子



保良守衛兵

便裝大派對~

保良局周鴻標老人日間護理中心
改善家居及社區照顧服務(油尖旺)

主任的話



各位周油一家的會員大家好，我是新到任的主任劉惠倫。大家見面時可稱呼我的洋名Allan或是簡單一句「劉主」亦可。

我是從保良局屬下社企單位「康復一站通」及自資單位「家居醫護好幫手」調職過來。我與馮主任一樣都是一位職業治療師，如果大家有關於復康方面的問題，歡迎與我討論。此外，如果對中心服務有任何意見或查詢，亦歡迎找我傾下。我會盡力解答大家的問題及作出改善。

今期CEO的主題是「念親恩」，我有一番深刻的體會。我有一個兩歲大的女兒，還記得她只幾個月大時因炎症入院，因數度打針及靜脈注射不果，雙手雙腳傷痕累累；小小的身體因不適而哭號不止。我手抱著她半夜在冰冷空洞的走廊來回踱步，安撫她入眠的情景，可謂感受到所謂的棉乾絮濕。再反思到自己年少時父母親養育之情，方才感嘆親恩何其偉大。相信各位老友記自有一番體會。很快我就做第二任父親了，今次太太會誕下一對子女，家庭成員又增加了。在此祝願各位周油一家的老友記身體健康，子女孝順。如果有能力事奉家人的，就更為有福了。



主任:劉惠倫

我的爸爸

爸爸在兄弟輩中排行最大，所以叔叔都叫他「阿大」。但他並不霸氣，人如其名「衍順」，名副其實係「順得人」。他經歷過戰前戰後的艱辛歲月，在勤奮工作下養活一家七口，我們五個子女在他照顧下，開心成長。現在多數人稱呼他做「順叔」，是一個精靈可愛的長者啊！

女兒:梁小姐



母子親情

母親75歲前，是「母子」關係。母親辛勤照顧兒子。為了兒子，母親願意犧牲自己。兒子感動，記在心頭。母親75歲後，是「子母」關係。兒子照顧母親。母親變了如小孩，天真可愛，但是頑皮，有時聽話，有時不聽話。兒子雖「身」苦，但「心」也甜。

兒子知恩也感恩。



兒子:鍾先生

會員分享

頌親恩



家母 鄭彩嬌 現年89歲，直至目前仍與我們同住，一起生活。2014年9月患上第三次中風症，導致半身不遂，行動不便。不幸之事接踵而來，當年12月膽管發炎，雖經個多月留院在醫生悉心治療下得以安全渡過險境，但後遺事件就是失去吞嚥及排尿能力，要藉胃喉汲取營養奶及要依靠導尿管排放尿液。

在留院期中，更出現了壓瘡；糖尿病加深，每天還要施針藥控制。

為減輕我們的壓力，照理就是送她到護老院去。不過，為人子女又焉能只為一己之便，而違背老人家的抗拒及意願？況且一般護老院環境大都未能令人稱心滿意呢！

在家庭會議中，子孫們在責無旁貸下決定自成一個家庭基金，議決讓這位老人家返回家中頤養晚年，享受天倫之樂。祈望她能好好地、安心地、愉快地渡過餘生！也得完成我們一輩子應付的責任。其實這決定對我們是有着無比的挑戰及考驗。除了要速聘外傭協助，購買護理床及沐浴椅等物資外，我們也得要學習一些護理技巧。對我們完全欠缺醫護知識訓練的局外人確存在很高難度的呢！



我們真的感謝上天賜給我們勇氣及毅力。時間過去了，我們的付出沒有白費，慶幸她目前的情況已有很大的改善：她患的壓瘡在社康姑娘協助下在出院後個多月終於痊癒了。由於健康穩定並持續好轉，故於2015年7月及10月在醫生認許下先後除掉了胃

喉及導尿管。現在的她既可吞嚥又能自行排尿。這真是使我們有點驚喜出望外，感恩不已。

在照料的過程中，使我們覺得現今政府的醫療政策及慈善機構服務之支援，真是不可同日而語，值得讚賞。除了銘謝醫院裏的醫生、護士們等悉心予以治理及指導，社康姑娘到家服務外；最使我們由衷感謝的服務團體及機構—保良局安老服務(油尖旺)—【改善家居及社區照顧服務】了。



。那裏的中心主任、護士及護理姑娘、社工、物理及職業治療師，沒有她們的襄助及支援，我們猶如船舶般在茫茫大海中不知去向了。

在這些日子裏，保良局改善家居服務隊除提供定期每星期兩次服務，護理人員風雨無間到家為家母洗澡、剪髮、提供運動外並有醫護姑娘恆常到訪，跟進其服藥及健康情況，給予指導。

由於我們家居唐樓，沒有升降機設備，家母難有機會上街外出遊覽，還幸中心使用樓梯機遣專人運送，至今已歷多次，達至滿足服務者需求。其中印象猶新的便是去年12月26日正為小女結婚，當天適為公眾假期，中心原是休息日。感謝中心主任及各有關人員為使家母能參加孫女婚禮，特別安排樓梯機運載其下樓，使老人家最終心願遂得以達成。這種為民服務的崇高精神真值得讚許及欽敬。無言感謝！

兒子:吳先生



親子穴位按摩

關節及肌肉痠痛是長者常見的問題。不如趁母親節的大好機會，學習簡單易學的穴位按摩技巧，為媽媽按摩，為她帶來輕鬆健康的生活！。現介紹三個常用的穴位按摩，讓你可以安坐家中輕鬆學習，閒時替媽媽按摩一下。



手三里

位置：曲池與手腕關節連線上，
手臂肌肉隆起最高處。
主治：網球肘、上肢痲痺、肩痛。

位置：仰掌，於腕橫紋對上2寸
主治：心痛、心悸、胸痛、心律不齊。
*三橫指=2寸



內關

位置：位於小腿外側，
外膝眼之對下3寸
主治：膝痛、胃痛
*四橫指=3寸



足三里

按摩穴道
應注意的地方

- 必須持之以恆，方能收效。
- 應在心情平靜、不太饑飽、不太疲勞的情況下進行。
- 進行穴位按摩後，如有任何身體不適，請向物理治療師查詢。

物理治療師：陳億濠

記下愛、分享愛

『現實導向』是一種協助長者處理認知和記憶力衰退問題的技巧，旨在協助他們重新學習周遭的事物，改善他們回應和處理周遭環境的技巧，讓他們更容易處理日常生活中的各種活動。最常見的是針對時、地、人之導向訓練。

常見的例子是利用日歷、報章等工具去強化長者導向能力。隨著智能電子用品普及化，把日常生活所發生的事情透過電子用品與人分享十分普遍。其實，可以將這種分享的習慣轉化為現實導向的工具，對長者認知有很大的幫助。

舉個例子，母親節剛過，很多子女會與長者慶祝、拍照。子女可以為長者製造一個導向通訊板，或利用電子相簿和電視，定期發放資訊，讓長者可以記得當天的喜悅外，長者同時得到時間導向資訊，增加長者於家庭中的存在感，舒緩情緒。



昨日5月8日母親節合照



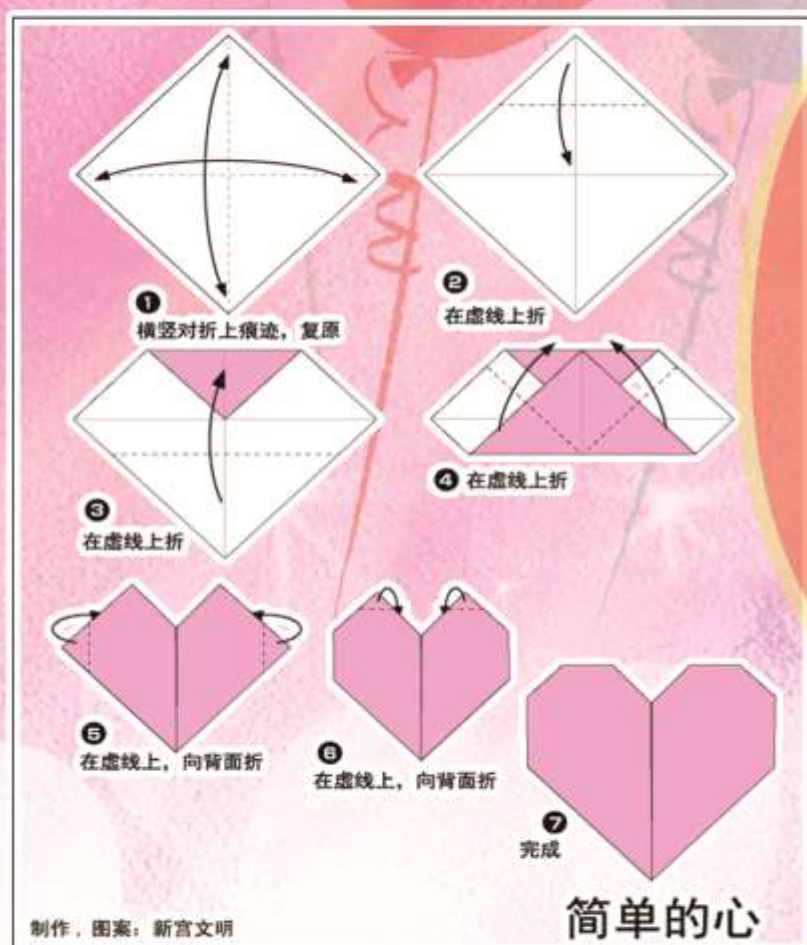
今天6月8日是孫女大學畢業

四道人生-「道謝」「道愛」

所謂「四道人生」，指的是對自己生命中重要的人「道謝、道歉、道愛、道別」。就是彼此互相感恩、學習說出心中的愧歉，寬恕對方和自己，讓我們所愛的人知道我們愛他，在生命結束前，也要好好地說再見，彼此不留遺憾。

剛剛過去的母親節，各位老友記及親屬，有沒有籍著節慶向你身邊的人「道謝」呢？剛剛中心在母親節特意為各位母親送上康乃馨一支，為答謝各位母親多年的勞碌及關愛，為各位母親送上祝福。

在此教大家摺一個簡單心心摺紙，大家可以摺完之後寫上簡單祝福語，為身邊的人「道謝」及「道愛」。



道謝。分享愛活動

如果大家為身邊人送上祝福時拍下照片，寄回中心或電郵至社工李先生收，均會獲得精美禮物一份。送完即止。

kennethlee@plk1.hk

社工:李家明