



保良局  
PO LEUNG KUK

2020 年  
10-12 月號

保良局西營盤護老院暨長者日間護理中心

# 院舍通訊



# 節目溫暖

地址：西營盤第一街 8 號地下，3 樓至 5 樓

電話：2796 3166

傳真：2796 3177

電郵：[syphome@poleungkuk.org.hk](mailto:syphome@poleungkuk.org.hk)

督印人：李惠蓮

主編：陳曉峰、李永怡、石采欣

## 院長蜜語

大家有沒有發現，有很多患了認知障礙症的老友記，每逢過時過節的時候，會出現一些令到家人困擾的行為，例如：重複要求購買農曆新年用品。我希望可以藉著本院的季刊和大家分享一些認知障礙症的知識，從而令大家可以更了解這個疾病，更能掌握技巧照顧患有認知障礙症的老友記。



在 80 年代之前，大家稱這個疾病為老人癡呆症。隨著大家對這個病有更多的認識和了解，亦感謝高錕校長和高太努力的宣傳和教育，令大眾對此病有更多的認識。現今在香港，這個疾病被稱為認知障礙症，在台灣被稱為失智症。今次我想和大家分享甚麼是認知障礙症及其類型。

### (一) 甚麼是認知障礙症：

認知障礙症是一個統稱有關退化性的腦部疾病，當中影響患者的記憶力、思考方式、行為及情緒反應等。患者的腦細胞會急速退化，但並不是正常的衰老過程。現今暫仍未有治癒的方法，不過亦有不同的介入治療和延緩退化之建議。

### (二) 認知障礙症類型：

- 阿爾茨海默症
- 額顳葉型認知障礙症
- 路維氏體認知障礙症
- 血管性認知障礙症
- 柏金遜症認知障礙症
- 亨丁頓氏舞蹈症
- 抑鬱症引起的假性認知障礙症
- 營養不良及脫水：維生素 B12、B9、B1 等

希望下次有機會再和大家分享更多關於認知障礙症的知識，謹祝大家身體健康，生活愉快。

## 新職員及新職員介紹

### 歡迎新職員



我是物理治療師劉泳欣，之前於保良局康復服務工作了一年半。現在加入安老大家庭。在疫情下，我會和一眾專業人員共同合作，為老友記提供全面的照顧。我希望能為老友記們提供多一點歡樂與活力，建構一個溫暖舒適的「家」，讓他們在我們的愛護中，能維持身心靈健康及安享晚年。

大家好，我是新到職的註冊護士肖娟，很高興加入保良局這個大家庭。今年是我踏向護老服務行業的第四個年頭，希望今後我能將我所學到的技能及知識在這裡發揮和運用，盡我所能照顧院舍的每一位老友記，讓老友記們在這充滿愛的家中享受愉快的晚年生活。



我是登記護士李佩雯，本人已從事護理行業三十多年，很高興加入西營盤這個大家庭，使我在疫情下能盡一份綿力服務長者。這是我的光榮，盼望疫情盡快結束，祝福各位院友和同事身體健康。

我是新到職的登記護士顧世鳳，以往也是在安老院舍工作。感恩能加入西營盤護老院，運用我的技能和知識，悉心照顧每位老友記，讓他們身體健康，溫暖常在。



我是保健員林麗，很高興認識了一班用心照顧老友記的同事。在疫情下，同事們努力緊守崗位，希望疫情盡快過去，老友記又可以和家人相聚。

大家好，我是護理員方瑞娜，初次投身社福界工作，慶幸有機會成為西營盤護老院的一份子。我會盡所知所能，盡心為老友記服務，讓他們身心健康，生活愉快。



### 新入宿院友及新會員

三樓	韋志雄伯伯 林善廣伯伯 許楚明婆婆 馮詠芬婆婆
五樓	黃燕婆婆
日間護理中心	劉惠卿婆婆 黃轉婆婆 羅永正伯伯 周樹芬婆婆

歡迎各位新院友及新會員加入保良局這個大家庭，期望日後與大家共渡歡樂時光，共同建構集體回憶。



# 節日活動

## 長者日

一年一度的長者日又來了，職員準備了摺成兔子形狀的毛巾，送給各位老友記，老友記均十分開心。



## 冬至派湯包

正所謂「冬大過年」，今年老友記雖然因疫情未能外出做節，但華永會送贈「雪耳滋陰潤肺湯包」給老友記們，交由廚師精心炮製清心潤肺愛心湯水，老友記可以在乾燥的冬天滋潤一下身心。



## 攜手同寫聖誕卡

是次活動由老友記自己設計及製作聖誕卡，職員只是從旁協助。活動讓老友記一改「接受服務」這個被動角色，鼓勵他們主動關心家人，向家人送上節日心思，從而提升老友記的自信心。



## 聖誕巡迴

「♪又到聖誕，又到聖誕」，院舍舉辦了聖誕巡迴活動，與老友記一同慶祝聖誕節，報佳音。老友記均展露燦爛笑容。雖然疫情下，老友記未能外出與家人一起慶祝聖誕，但在院舍中亦能與職員及院友共渡佳節，一起享受節日氣氛。



# 院慶

轉瞬間，本院已踏入了第七週年。我們喜悅和興奮的心情並沒有受疫情影響，在緊守防疫措施及保持社交距離下，我們和一班老友記，开开心心，一起慶祝七週年院慶。除了乳豬、蛋糕外，我們的廚師為老友記烹調了豐富美味的菜式，並且有切燒豬、敬茶和大抽獎等精彩節目。希望藉著以下的圖片，可以和你們分享我們的歡樂氣氛。



# 院舍防疫資訊

## 院舍安排

- 政府於 11 月 30 日向安老院及殘疾人士院舍發出「第一輪強制檢測公告」，規定每位於安老院職員，包括全職、兼職及替假員工，須於 12 月 1 日至 14 日期間前往社區檢測中心或指定地點進行檢測。本院全部職員已完成檢測，結果呈陰性。
- 本院繼續為院友及家屬提供玻璃探訪及視像服務之安排，如家屬有需要，請向本院職員查詢。
- 本院先後進行兩次 2019 冠狀病毒病感染控制演習，讓職員更能掌握應變措施。



## 日間護理中心安排

- 社署在 11 月 5 日時因應當時疫情情況趨向穩定，逐漸全面恢復日間中心服務；
- 然而，於 11 月下旬，社區再次爆發新一輪疫情，所以社署於 2020 年 11 月 30 日公佈，自 12 月 2 日起，日間中心只維持百分之五十的服務，直至另行通告為止。



## 防疫玻璃傳心意

- 院舍在疫情下，繼續維持防疫玻璃傳心意活動，讓老友記和家屬在玻璃大門見面，以解數月掛念之情。



## 流心軟餐

湯圓有一家團圓的寓意，而且軟滑好味，很多人都愛食。然而，湯圓黏稠性高，有機會引致哽塞，所以院舍一向避免供應。為滿足老友記食湯圓的願望，院舍廚師於今年冬至時，用日本技術製作軟餐湯圓，美味而不黏喉，讓老友記食得開心又放心！



## 齊心抗疫 - 營養師篇

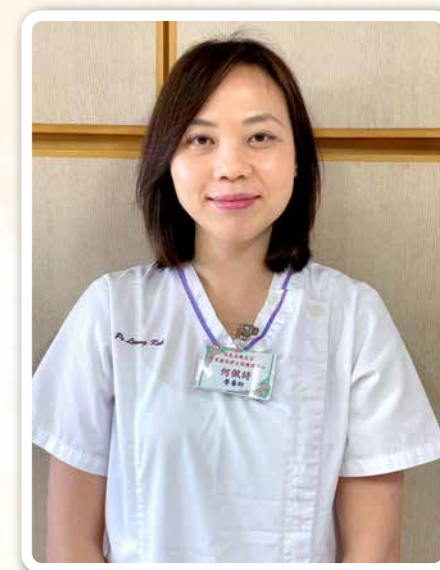
自疫情在年頭開始以來，為了保障院友的健康，家屬探訪及院友外出的機會受到限制。與家人相處的時間減少，出外聚餐亦要避免，令不少院友的心情受到影響，他們的胃口也因此變差，為了確保院友攝取足夠的營養，營養師定期為院友評估食量和體重變化。如果發現體重減輕或食慾下降，營養師會向院友、護士及照顧員詳細了解其飲食喜好、病歷等資料來制定合適的餐單和營養補充品。營養師亦與家屬保持聯絡，透過電話告知院友的營養情況，也藉此提供飲食建議，確保院友攝取足夠營養之餘亦減少家人的擔憂。

疫情出現後令家訪服務暫停，營養師利用電話及視像方式與接受改善家居及社區照顧服務的長者進行訪問，評估他們的營養需要，並鼓勵他們要注意食物安全及均衡飲食，多選擇營養豐富的食物來保持免疫力。

### 抗疫貼士

抗疫期間大家都著重保持身體健康、維持自身免疫力正常運作，除了要攝取足夠的維他命C，補足維他命A也十分重要，尤其是在乾燥的天氣下，存在於口腔、鼻腔、氣管的黏膜容易因為濕度的降低而破損，令細菌或病毒有機可乘入侵身體，所以在飲食上多吸收維他命A能維持黏膜的完整性，強化身體對付外來入侵物的第一道防線。

成年人的維他命A每日攝取量為800視黃醇當量微克(μg RE)，主要來源包括深綠色蔬菜例如菠菜和羽衣甘藍、橙黃色的植物例如番薯、南瓜和哈密瓜、動物性食物例如豬潤和三文魚等，推介菜式包括甘筍絲三文魚薯仔煎餅、菠菜牛肉湯和椰汁番薯南瓜西米露。大家不妨於家中抗疫時，讓自己和身邊人吃得更有營養，令感染病毒的機會減到最低。



## 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」，<sup>1</sup>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。<sup>2</sup>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》，<sup>3</sup>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！

<sup>1</sup> 賽馬會安寧頌《心安家寧系列：安寧概念》

<sup>2</sup> 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

<sup>3</sup> 賽馬會安寧頌—安寧服務培訓及教育計劃

## SQS - 服務質素標準及準則

SQS 現時共有 16 項，每項標準均有一套「準則」及「指標」並訂明了福利服務單位應具備的質素水平。服務單位應有效地管理其資源，管理的方法應貫徹靈活變通、不斷創新及持續改善對服務使用者提供的服務。

### 原則三：對使用者的服務 SQS (10-11)

所有服務單位應鑑定並滿足服務使用者的特定需要。

SQS 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。

SQS 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）。

### 原則四：尊重服務使用者的權利 SQS (12-13)

服務單位在服務運作和提供服務的每一方面，均應尊重服務使用者的權利。

SQS 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。

SQS 13：服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

## 溫馨提示

- 院舍雖然暫停探訪，但仍如常運作，懇請家屬於每月五號或之前到院舍 2 樓寫字樓繳交住宿費及零用金。
- 由於受疫情影響，本年度的牙科檢查、足療及家屬會暫停，直至另行通知。
- 為讓護士於派藥時間能專注處理藥物，確保無誤，請避免於以下時段致電樓層，包括上午 07:00-08:30、11:30-12:30，下午 15:00-15:45、16:30-17:45 及晚上 19:00-20:00。如有要事，可致電寫字樓職員留言，護士會稍後回覆。上述措施懇請配合，謝謝。

# 服務意見

如對本院有任何意見或建議，可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升服務質素，多謝支持！

負責人	營運經理 李惠蓮女士	院舍服務經理 梁麗冰女士
電話	2796 3166	2277 8198
傳真	2796 3177	2890 2097
電郵	syphome@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk
地址	西營盤第一街 8 號地下， 3 樓及 5 樓	香港銅鑼灣禮頓道 66 號 莊啟程大樓 5 樓

# 感謝欄

在此衷心感謝各善長仁翁的慷慨解囊和無私奉獻。

- 羅雪賢女士捐贈 (\$8,000)、胡彩屏女士捐贈 (\$12,000)
- 曾瑩瑩女士捐贈 (\$5,000)、羅毅樑先生捐贈 (\$2,000)

大家的讚賞信和心意卡，為我們注入了無限的正能量！

誠邀各位捐款或捐贈支持本院服務及支援本院有需要的長者。



保良局  
PO LEUNG KUK

**保良局西營盤護老院暨長者日間護理中心**  
西營盤第一街 8 號地下，3 樓至 5 樓

印刷品