



保良局

PO LEUNG KUK

2023年7-9月季刊

(葵青)改善家居及社區照顧服務

(荃灣)改善家居及社區照顧服務



目錄

- P.2 職員動向
- P.3 2023-2024年度 年度計劃
- P.4-5 護士專題 - 認識登革熱
- P.6-7 物理治療師專題
- P.8-9 職業治療師專題
- P.10-11 活動回顧及預告
- P.12 意見收集 + 封底資訊 + SQS 4-8

新職員介紹

WELCOME



護理員邱崇芬

大家好！我叫邱崇芬很開心可以進入到保良局工作，為咗老人家服務，祝大家中秋節快樂！工作愉快！



護理員林家樂

Hello, 大家好！我叫家樂，很高興可以加入保良局這個大家庭，希望我可以用自己少少嘅能力幫助到青荃嘅「老友記」！祝各位大家健康順利，平安喜樂！



護理員朱斌

好開心可以加入保留局呢個大家庭，雖然入職的時間不長但已感受到公司所有同事對新員工的熱情友好.....在此好多謝每一位在唔同崗位幫助過我的同事



護理員李建英

大家好，我叫李建英，感恩能夠入職保良局，擔任護理員工作。之前我曾在廣安醫院做過護理工作。希望能盡快融入保良局這個大家庭，學到更多的知識和技能，為更多的長者服務。多多指教。祝大家身體健康，工作順利，開心快樂

大家好，我是新來的護士鄉姑娘。加入保良局後，希望能夠幫助到長者們居家安老，從而保持應有的生活質素，這是很有意義的工作。祝大家工作順利，身體健康！



登記護士鄉幗彤

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

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
- 可協助長者半坐半卧，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

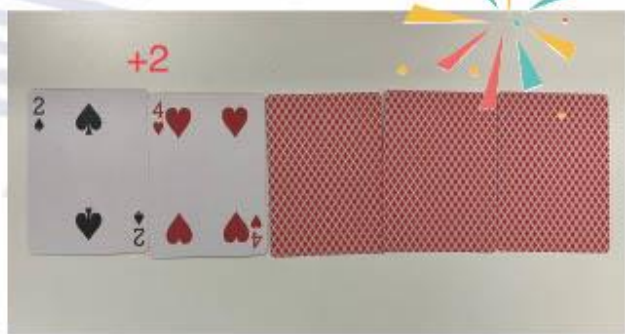
1. 展示 3 對啤牌 / 麻雀放於桌上
2. 給長者 1 分鐘時間記住啤牌的位置
3. 將啤牌返轉，找一對的啤牌
4. 若 2 張不同則反轉繼續配對



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，
並從每份啤牌抽出所有一對的出來



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

活動回顧



多謝姑娘嘅照顧同帶我地去玩，可以同阿女去行吓食吓。

參觀SKY100



好多謝中心舉辦這些活動，我一個老人家很難去太遠的地方，很開心這次能到SKY100看看維港風景！

圓圈畫工作坊



畫得好靚呀！



小分區飲茶活動

參加者表示過去幾年，受疫情影響很久沒有飲茶。是次活動可以讓長者和照顧者出席茶聚，認識居住附近的老友記。各位都非常高興，多謝中心舉辦是次活動。



整色整水整月餅

原來整月餅都可以咁好玩!

第一次整潮式彩虹月餅，充滿變化和驚喜，希望中心多舉辦這類活動給我們參加。



中秋送月餅



霓虹燈相架工作坊



精彩活動

10月

- 小分區飲茶活動
- 看海景食一餐
- 免燒陶泥工作坊
- 「關懷長者心」午宴



服務質素標準及準則 (5-8)

如對本中心服務質素標準有查詢，可與單位主管聯絡

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。

意見反映、讚許或投訴

如對本服務有任何意見或建議，請即時致電熱線：

2614 1331 / 2873 3354 (葵青區) / 2873 3304 (荃灣區) 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	
林奕軒先生 葵青隊營運經理	陳慶新先生 服務經理-安老
劉小玲女士 葵青隊營運經理	
葉超威先生 荃灣隊營運經理	
ehccs.kt@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk
ehccs.tw@poleungkuk.org.hk	

地址：新界葵芳貨櫃碼頭路77-81號Magnet Place Tower 1,三樓303-304室

電話：2614 1331 / 2873 3304 / 2873 3354

傳真：2873 3316

督印：葉超威 / 林奕軒 / 劉小玲

主編：陳思敏 / 許頌賢 / 梁敏婷

印刷數量：750份

Thank
you!