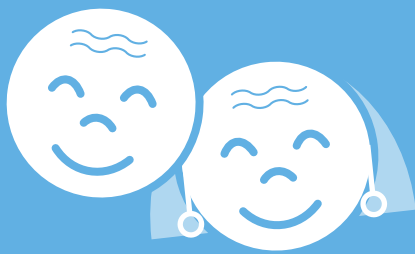


香港人口老化問題日趨嚴重，但現代醫學昌明，人的平均壽命亦不斷增長，已有醫生說：「人壽120歲不是夢話。」究竟人口老化會帶來甚麼問題呢？除了對社會造成沉重的經濟壓力外，人口老化亦意味著龐大的醫療開支，可見未來市民對醫療護理的需求必定會大幅增加。



# 人壽120歲不是夢話 市民對醫療護理需求料增

**礙**於政府醫院的床位有限，加上公營安老院的床位僧多粥少，輪候時間一般需要五至七年，以及缺乏隨時出入院的彈性，因此長者若需復康醫療照顧，老人院舍是不錯的選擇。以往，很多人認為安老院是一些被遺棄老人終老的地方，現今不可同日而語。非牟利及私營院舍的服務既多元化又富彈性，相信可為長者及其家人提供更佳的照顧及支援。

聘請家傭照顧長者也是另一個選擇，但對於一些體弱或患有長期病的長者，家傭難以24小時貼身照顧，加上他們醫療知識及護理技巧不足，未能為長者提供最適切的照料。另外，聘請專職照料長者的家傭比聘請專職照顧小孩或料理家務的家傭困難。曾有一名家傭因需同時照顧一對長者夫婦，及其三名子女而感到吃不消，她每天不單要煮飯、洗衣和打掃，還要陪伴兩老覆診及外出做運動。過重的工作量除了影響家傭的服務質素外，亦減少他們照料長者的時間。最後，該名家傭待合約完結後便離開，可見照顧體弱長者確實不是一件易事，不能單靠一名家傭或家人。

## 同一屋簷下

曾有一對母子一同入住靈實的院舍。母親90多歲，患糖尿病多年，需長期注射藥物。身體狀況尚可時，她能每天兩次替自己注射，但視力衰退令她需要別人的幫助。她兒子70多歲，患有老年痴呆症，曾出現走失情況。由於沉重的照顧壓力，家人決定使用院舍服務。因兒子只認得媽媽，故此院舍特別安排他們在同一樓層居住，讓他們互相照應，一同適應院舍的生活。選擇入住院舍的決定除了能減輕家人在照顧上的壓力外，亦方便他們探訪。

## 獨居長者不再獨居

一名105歲的婆婆沒有子女，老伴亦已離世，又因親戚移民，乏人照顧。雖然親戚已替她聘請了一名家傭照顧婆婆起居飲食，但由於婆婆心臟不好，已植入心臟起搏器，又患有哮喘，親戚最後決定將婆婆送往院舍。院舍完善的設備，讓婆婆隨時透過電話及電腦與親戚聯絡，了解彼此近況，每次婆婆接到親戚來電時都非常雀躍。現在婆婆在院舍生活寫意，雖然活動能力較差，但她行得食得，閒時看看報章雜誌，更常常於竹戰中大勝。

## 全人照顧

現時院舍的服務頗為完善，隊工除了包括醫生、護士外，亦包括物理治療師、職業治療師、社工、院牧及心理專家等，能照顧長者全人需要；亦設暫托服務。例如大病初癒或患有長期心肺疾病的長者，可在院舍療養，因為院舍的專業醫護團隊能為他們提供有系統的訓練，待長者康復後回家。又或家人外遊或出外工幹，可安排長者短暫入住院舍。

院舍亦能提供緊急護理服務，例如一些骨折或中風長者，院舍能為他們提供專業的復康照顧及治療。

除了身體上的需要外，院舍亦關心到長者心智、社交及靈性上的需要，更為家人提供心理及照顧長者上的支援，特別在面對親人離世時的心理準備，藉此減輕家人的負擔。例如長者在世時，院舍會為長者及家人作溝通橋樑，引導他們討論一些平常難以啟齒但必需面對的問題，例如遺產分配、預設醫療指示及喪禮的安排，藉此與家人共同面對壓力，幫助他們作好面對親人離世的心理準備，並且希望他們能夠在長者神智清醒時處理身後事宜，尊重他自主和選擇的權利。

## 若長者有以下情況，可考慮入住院舍：

### 1. 大、小便失禁

大、小便失禁除了令長者嚴重困擾外，對家人會造成一定的影響，特別是在清理及日常家居的環境衛生方面。院舍24小時均有當值同工，不但可保持長者的個人衛生健康，亦可提供適時的支援及協助。

### 2. 需時常出入醫院

由於家人需外出工作，獨留家中的長者容易發生意外而需時常出入醫院，例如在家跌倒而引致骨折，又或是一些長期病患長者需定期到醫院覆診。院舍服務可讓長者有更妥善的醫療照顧。

### 3. 認知缺損，如患有老年痴呆症

患有老年痴呆症的長者，容易發生家居意外，例如因忘記熄爐火而發生火警，因忘記回家的路而走失等。家人往往因上班工作而難以在日間照顧長者，而院舍服務可以提供24小時支援及跟進醫療藥物對長者病情的成效。

### 4. 希望長者有個更佳的住宿照顧

若家人需外出工作，長者長期獨留家中或會感到寂寞，而且家人生活作息時間不同，對長者的生活亦有所影響。院舍服務讓長者能夠生活作息定時，飲食均衡，並且營造私人空間，讓他們與同輩院友一同生活，話能投機，生活更富情趣。

## 選擇院舍服務時，可留意以下幾方面：

1. 居住環境是否寧靜，有沒有足夠的活動空間
2. 醫療設備是否完善，附近有沒有方便的專科醫療服務
3. 醫護人員及護理技巧是否專業
4. 有否定期醫生上門診症，若有老人科專科醫生更佳
5. 會否因應個別長者的健康情況，而提供不同的膳食
6. 是否獨立院舍（與住宅或商場相連的院舍人流較多，傳染病高峰期時，爆發機會較獨立院舍為高，而且保安情況亦不及獨立院舍理想）
7. 口碑如何

如欲查詢老人院舍資料，可致電2703-3373與基督教靈實協會聯絡或瀏覽[www.hohcs.org.hk](http://www.hohcs.org.hk)。



▲院舍除了為長者提供24小時貼身照顧外，亦經常舉辦多姿多采的活動，滿足他們身、心、社、靈的需要。