



救世軍



伊利沙伯醫院



香港理工大學

樂回家

Cadenza

流金頌

賽馬會長者計劃新里程

A Jockey Club Initiative for Seniors

救世軍長者服務

流金頌社區計劃 - 長者安心樂回家

2009年11月 創刊號

地址：九龍油麻地駿發花園地下D舖 電話：2782-1334 傳真：2782-6645 電郵：ccphsptcm@ssd.salvation.org.hk

編者的話

隨着香港人口老化，社會對醫療服務的需求日益增加，龐大的醫療開支為政府造成一定的壓力。據研究指出，2000至2007年間，非計劃再度入院率由7%增加至9.6%，其中60歲以上人數佔整體的四分之一。此外，研究亦發現大部份的長者再度入院的原因是缺乏藥物管理、復康、家居安全知識以及家庭朋友支援，這些問題都是可以改善的（醫管局，2008）¹。有見及此，承蒙香港賽馬會慈善信託基金的捐助，救世軍於2008年與伊利沙伯醫院、香港理工大學及7間協作的地區社會服務單位，於油尖旺、竹園、黃大仙、紅磡及九龍城區推行為期兩年的服務及研究項目－「流金頌社區計劃 - 長者安心樂回家」。此計劃為馬會主導的「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」其中一項社區計劃，目的是支援離院長者返家後的適應及需要，透過評估、資訊提供及慰問，提升他們的自我照顧能力，解決因病患引致的徬徨無助，讓他們安心在熟悉的社區生活，減少非計劃再度入院情況的出現。

為讓醫護、社福界同儕及社會人士更深入了解「流金頌社區計劃 - 長者安心樂回家」，以冀共同推動「過渡性護理服務」的發展，本計劃特出版此季度性刊物 - 「樂回家」。「樂回家」寓意長者透過本計劃的過渡性護理服務，可以開心地回家安享晚年。而透過期刊的介紹及分

今期提要	
專題文章	p2-3
- 對香港跨專業過渡性護理服務的前瞻	
伙伴動力	p4-5
義嘗站	p6-7
樂回家小百科	p8
- 衣著的小百科	
活動花絮	p9-11
計劃萬花筒	p12

享，盼能與讀者一起見證著本服務的點滴。

本期創刊號特別訪問香港理工大學護理學院黃金月教授對支援長者出院之過渡性護理服務的意見。此外，亦邀請協作單位的社工及義工撰稿淺談計劃的起源及分享計劃推行的點滴，冀能讓讀者對這項創新服務的發展有更多的認識。

流金頌：賽馬會長者計劃新里程

是由香港賽馬會慈善信託基金主導推行的一項五年計劃，以迎接人口老化為社會帶來的挑戰。馬會捐款三億八千萬港元，與香港大學社會科學學院及香港中文大學醫學院合作，透過社區計劃、科研、培訓、公眾教育等，推動社會對長者的正面態度，改善香港老人的照顧，提升長者的生活質素。

<http://www.cadenza.hk>

¹ Hospital Authority (2008). Hospital Authority Statistical Report 2007 - 2008. HK:HA



教授專訪 -
香港理工大學護理學院 黃金月教授

對香港跨專業過渡性護理服務的前瞻

本身擁有護理學學士學位，同時是教育碩士及社會學博士的黃金月教授過去一直致力研究「過渡性護理服務」，在國際上的著作超過80份，亦是國際護士協會專業護師小組(ICN NP/APN Network) 的核心成員，她相信個人、家庭及社區有著持續性的相互影響。黃教授多年來積極提倡學術實踐，建立以循證作依據的「過渡性護理服務」研究，以幫助出院長者獲得身體、心理及社交上的健康。

什麼是「過渡性護理服務」？

黃教授將「過渡性」比喻為坐船過海或到外地旅行過境一樣，由一個地方/處境轉移到另一個地方/處境。套入本計劃，就是指離院長者由一個比較有規律、全專業醫療護理的場所，過渡到一個非規律化、需要單獨照顧病患的社區/家庭。在此期間出現的服務縫隙及適應上的問題，包括缺乏藥物管理、食物營養的認識及社區支援等，結果導致不必要的重覆入院。以香港內科病房為例，平均28天內非計劃再度入院率為15%，在30天內已有一次入院病歷的病人中，28天再度入院的比率更高達37%，這除了直接增加醫療的成本外，對病人本身也會造成不便及影響。基於上述原因，有需要為離院者設計一套適合他們需要的「過渡性護理服務」。

「全球化之需要」？

因著人口老化及醫療成本不斷上升，「過渡性護理服務」已成為全球性的重要議題。除了傳統的醫院服務外，「社區為本」的跨專業長期照護模式於近十多年來備受全球關注。「長者安心樂回家」計劃的誕生，正是希望改善醫院與社區之間的服务縫隙，讓出院長者於社區內安享晚年。

服務特色 — 4 “C” 理念

一向以來，傳統的醫療服務及社區服務都各自盡心盡力做好本份，而兩者之間如何連繫，有需要作出妥善安排，以避免服務縫隙的出現。因此，在病人接受醫療服務及社區服務的過渡期間，必須同時提供適當的支援給他們。黃教授指出本計劃的4C理念，包括：1) 綜合Comprehensiveness、2) 合作 Collaboration、3) 協調Coordination及4) 持續 Continuity，正是針對離院長者的過渡性需要而度身訂造。

- 是次計劃為醫護、社福及科研三方面跨界別協作，透過專業護理人員、社工、義工彼此協調，提供醫療、社區資源及社交、情緒上的支援，在服務過程中發揮各專業所長，為出院長者提供綜合性的「過渡性護理服務」，讓長者可順利由醫院過渡至社區，互補系統間之不足，達致無縫的服務提供。
- 跨專業合作的互信、互補是成功的要訣。目標清晰，擁有為長者服務之「同心」，放棄各自專業的「排他」，強調「融合」是計劃合作的理想模式，亦是黃教授過去兩年先導計劃中所累積的成功經驗。
- 本計劃倡導長者的參與及充權，共同協定服務目標及內容，透過家訪及電話慰問作出跟進，鼓勵長者實踐維持健康生活，把照顧工作由醫院延續到社區層面。一方面讓長者重返社區時有所依靠，從而建立一個可持續發展的和諧社區；另一方面讓長者提升自我照顧的能力及信心，達致真正「安心樂回家」的目標。

香港發展的優勢

黃教授指出近年在政府不斷提倡控制醫療成本、加強病人自我管理健康的能力和建立社會和諧的情況下，本計劃於二零零八年五月遇上了誕生的機遇。憑著現時精銳的醫療及社福團隊，再加上龐大的義工資源作配合，正是一個良好的契機嘗試新的「過渡性護理服務」。若此服務成效顯著，並能推展到不同的區域，受惠的長者將得到更多貼身及適切的服務，幫助他們安心地在自己的社區生活。

最後黃教授希望計劃在以下各方面達致成效：1) 長者 - 真正解決出院後之需要；2) 義工 - 可從中得到學習及滿足；3) 社會 - 劃破界限，推行此創新「過渡性護理服務」模式，在社區上推展使用；及4) 學術 - 培訓學生，學習除認識書本知識外，還要靈活發揮，學有所用，讓病者獲得真正的健康。

長者安心樂回家的起源

救世軍油麻地長者社區服務中心
註冊社工 陳皓明姑娘

於二零零五年七月，救世軍、伊利沙伯醫院及香港理工大學合作展開了「離院病者社區支援先導計劃」，為離院長者提供持續的社區照顧及支援服務，提升長者出院後的自我照顧能力。此計劃透過結合醫療、社會服務及學術界三方面的專業知識，為長者提供離院後的過渡護理，以減低患病長者的非計劃再度入院率。於零六年至零七年間，計劃先後增加了五個新的社會服務合作夥伴，令服務範圍得以擴大，讓更多有需要的離院長者受惠。在零五及零六年的兩年內，共有一百一十三位離院長者參與了為期二十八天的「過渡性照顧服務計劃」，期間接受護士學生及義工提供的探訪及電話慰問，關顧範疇包括長者的家居環境安全、膳食處理、藥物處理及情緒支援。根據香港理工大學的研究指出，沒有參與計劃的控制組長者在出院後約九天便會再度入院，而有參與計劃的研究組長者的再度入院日數則延後至十五天；至於再度入院人數比率，有參與此計劃的長者較沒有參與的長者輕微下降百分之二。此外，有五成三至七成二的參加者表示提升了對藥物管理、家居安全及食物衛生等方面的認識程度，效果理想。

對長者而言，他們表示離院後有別人的關心至為重要，如曾接受服務的獨居長者李婆婆及患糖尿病的陳伯伯，都不約而同地表示計劃對他們的幫助很大，增加了他們照顧自己的信心。義工方面也表示此項計劃增加了他們對長者自我照顧的知識，獲益良多；護士學生亦表示計劃讓他們更理解長者的需要及狀況，有助日後的醫護工作發展。

總括而言，先導計劃初見成效，對長者、義工、護士學生及協作單位，是個四贏方案。於零八年，計劃更成為「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」其中一項社區計劃，得到香港賽馬會慈善信託基金的捐助，期望能服務更多有需要的離院長者，建立一個具實證支持的有效過渡性護理模式。

由醫院到社區， 延續醫社關懷的網絡

香港聖公會樂民郭鳳軒綜合服務中心
註冊社工 張慧婷姑娘

長者個案分享

獨居的吳婆婆一直患有高血壓及心臟病，雖然有定期覆診及服藥，但仍因連續多日感到心口翳悶而需入院接受治療。出院後，吳婆婆因學歷有限而在辨識醫生處方的新藥物上感到困難，幸而及後參加了「長者安心樂回家」計劃，得到計劃的護士及義工探訪，指導她服用藥物，方能安心下來。

因為透過此計劃得到支援，在醫生再次更改及增加處方藥物的種類時，憂慮的吳婆婆想起了計劃的義工及長者服務中心的社工，透過向社工反映所面對的困難，得到了受訓義工的協助，令她再次適應新處方的藥物。由此可見，此計劃透過不同專業的協助，成功令長者在離院後的過渡期學懂了服用新藥的安排，使他們更具信心地面對因健康轉變而帶來的適應問題。

計劃義工分享

計劃推動了不同的社會資源來服務有需要的長者，當中義工擔當了一個重要的支援角色。醫護及社福界同工為義工提供有系統的訓練，內容包括家居安全知識、健康資訊、長者心理、社會資源等，增進了他們的服務知識之餘亦提升了他們服務的信心；透過家訪，義工更可體驗具體知識的運用，關心有需要的長者。參與此計劃的義工，很多都表示能從服務別人中獲得滿足感，更感受到「學以致用」、「助己助人」的精神。



旺角街坊會陳慶社會服務中心
義工陳文誠

大家好，謝謝各位主理此可貴難得的義工訓練課程，也讓我與其他學員學到我們以前從未學到的東西。課程內容豐富，涉及不同的層次，更有周詳考慮到「出院長者」有可能發生的種種問題及正確處理的方法，實在使我們受益良多，自己增進了知識之餘亦可以幫助有需要的弱勢社群，也是人生樂事。

本來嚴謹的考試使我有點擔憂，但近日聞悉考試合格實感欣慰，也使我自信倍增。這要感謝各位講課老師，細心講解及認真授課，護士姑娘及社工等人的盡心盡力，讓我們可以得到一個美滿的學習成果。在這裡我要感謝香港理工大學、救世軍、伊利沙伯醫院以及各合辦中心舉辦流金頌「長者安心樂回家」的義工訓練課程；更感謝香港賽馬會慈善信託基金贊助此項意義極大的計劃，幫助有需要的弱勢人士；也感謝旺角街坊會陳慶社會服務中心推薦本人參與此計劃，計劃中各位工作人員溫文有禮、默默耕耘的服務精神，實在令人十分敬佩。

「長者安心樂回家」 是一項愛心關顧行動計劃

根據醫管局資料顯示出院後28日內再度入院病人中以長者較多，因此這個計劃希望協助長者改善病情，減少再入院機會，幫助他們早日康復，同時減低對醫院、醫護人員及醫療開支所造成的壓力，令真正有需要的病人得到較佳的醫療服務。

在現實生活裡，有些長者對自己的病情不大了解，對服藥的認知模糊，甚至服用方法錯誤，對家居安全及個人衛生也不太注重，連洗手的方法也不正確。因此，專業護士及義工在探訪時的細心觀察、了解及關懷非常重要，他們會在適當時候勸籲或更正長者在康復中所需要知道的正確處理方法，為長者提供衛生常識，如正確的洗手方法，並留意家居環境是否乾淨、光猛、通風等。減低他們跌倒及受傷的危險。

本人覺得這個計劃令長者老有所依，不再徬徨，



救世軍油麻地長者社區服務中心
義工梁玉珠

安心醫治直至康復，實在非常全面，值得推廣，並能達致「長者安心樂回家」的真正意義！



旺角街坊會陳慶社會服務中心
義工葉嬋娟

我很幸運有機會參加了「離院病者社區支援計劃」的義工訓練。以往我在學懂了一些探訪知識後，帶著『膽粗粗』的心態探訪出院病人，在探訪過程中我發覺自己知識和技巧仍然不足，需要不斷






的增值才可以做一個稱職的義工。為了填補自己各方面知識的不足之處，去年11月我參加「流金頌社區計劃－長者安心樂回家」的義工訓練課程。課程中學習了「健康常識」、「家居安全」、「食物安全」、「探訪技巧」及「社區資源」等知識。這專業的課程要求十分嚴格，必須出席所有課堂後考試合格，才能當該計劃的義工，幸運地我考試終能合格，令我更有信心加入家訪義工行列，我會加倍投入義工服務，讓我的黃昏歲月變得更有價值和充實。

我不認為要向別人推介自己的人生觀，因為每個人也可以有自己與別不同的生存意義，別人的價值觀不一定合你使用。要知答案，只有你自己去找。而我幸運地在餘下的半生能更豐盛、滿足！你又如何？



樂回家小百科 - 此欄目將就長者的需要，介紹“衣食住行”四方面資料

衣著小百科

衣物 事項	應注意的事項
 衫	<ul style="list-style-type: none"> · 衣服以輕便稱身為佳。 · 冬天宜穿足夠的禦寒衣物，質料以乾爽、輕便、舒適、透氣和保暖性能好為佳。 · 不要穿得過份臃腫和緊身，以免妨礙血液循環和影響行動。 · 可選用棉質的內衣褲，避免毛絨衣物纖維直接接觸皮膚，以免乾燥的皮膚更為痕癢不適。
 褲	<ul style="list-style-type: none"> · 褲不宜過長，以免絆倒。
 鞋	<ul style="list-style-type: none"> · 不宜穿著拖鞋或涼鞋外出。 · 鞋碼適中，鞋內留一橫指的空間； · 鞋的質料： <ul style="list-style-type: none"> · 鞋頭質料宜軟、宜圓、宜寬，能讓所有腳趾平放和略為活動；但不宜過寬，因會增加皮膚的磨擦而生厚繭的機會。 · 鞋的兩側質料要堅挺，以承托足部而不易翻側扭傷；鞋底要堅硬，以穩定足部。 · 鞋後跟應比腳掌部分高半寸至一寸。 · 鞋底要有紋及防滑及不應太軟；鞋內最好有薄鞋墊，能將體重平均分配。 · 室內亦應穿著防滑拖鞋，避免只穿襪子走路。 · 避免赤足，減少刺傷的機會及避免弄污雙腳。
 襪	<ul style="list-style-type: none"> · 以棉質、透氣、吸汗為宜，襪子要經常清洗以確保衛生。 · 冬天可穿羊毛襪，夏天可穿棉或線襪。
 其它	<ul style="list-style-type: none"> · 不要忽略帽子、頭巾、圍巾、頸巾、手套和襪子，要確保頭、頸、手和腳部都溫暖。

參考資料

衛生署 長者健康服務網站 <http://www.info.gov.hk/elderly>

義工訓練篇

經過了九期的義工訓練，本計劃已成功訓練了159位合格義工進行探訪服務。每名合格義工都必須參與三節，共九小時的訓練，並需經評核合格才能正式參與是項計劃。

訓練課程的內容十分豐富，包括病患長者的生理及心理狀態、溝通及探訪技巧、食物及家居安全知識、檢查表的使用及緊急事故的處理等等。



義工訓練花絮一



義工訓練花絮二



義工考核一



義工考核二

服務過程中，義工們也體驗過不少樂事，如曾遇上不少被訪長者願意跟從義工的指示，減除家居安全上的潛在危險；亦有患長期病的義工以自己積極樂觀的性格去感染長者，使他們對生命滿懷希望；更有義工把不同的社區資源，帶到缺乏了解社區資訊的長者及他們的照顧者面前，使病有所依，照顧者亦能如釋重負。這一點一滴、默默耕耘的貢獻，使有需要的長者均能得到適切的援助，並能「安心樂回家」。

義工重聚及重溫課程篇

為鞏固義工們的服務經驗，分享服務心得，本計劃於今年二月及六月，特意舉辦了一次義工重聚日及兩次義工重溫課程，讓各義工之間增加認識及重溫課程的知識，增進他們的服務技巧。



義工重聚日一



義工重聚日二



義工重溫課程一



義工重溫課程二

流金頌社區計劃 - 長者安心樂回家 計劃分享會暨義工嘉許禮篇

本計劃於2009年7月31日，假香港理工大學舉行了計劃分享會暨義工嘉許禮，向醫護界及社福界的同工介紹計劃的內容，並分享服務的經驗，交流醫護、社福以及科研三方的合作心得。另外，藉此分享會，嘉許一群默默耕耘、為計劃付出的義工，肯定他們的貢獻及成就。

嘉許儀式



主禮嘉賓香港賽馬會慈善事務執行總監
饒恩培先生 為活動致開幕辭



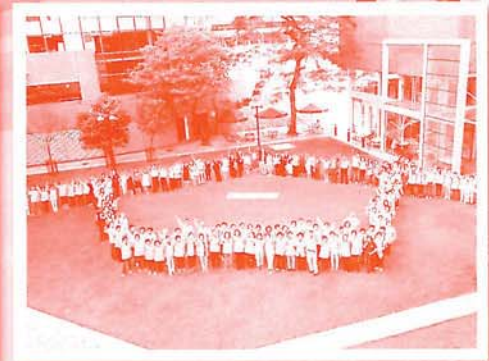
救世軍 社會服務總監
郭原慧儀女士 為活動致謝辭



由本計劃的義工擔任大會司儀：
范維權先生(左)、李翠琴小姐(右)



主禮嘉賓頒發義工證書予各義工



一眾嘉賓與各義工進行大合照

義工分享



分享一：過渡性離院照顧服務對長者的幫助及得益

義工梁玉珠(右)憶述在一次探訪中，她和護士了解患病長者的情況後，便教導長者有關藥物的處理、膳食的配合及家居環境安全的知識，提出改善建議。同時，他們留意到患病長者妻子的需要，所以探訪後建議將妻子轉介往有關服務單位，處理其情緒上的困擾，使患病長者及其妻子得到合適的服務支援，大大舒緩了他們面對的壓力。

分享二：義工的成長以及社會資本的建立

義工范維權(左)及盧斯韻(右)分享參加計劃後令自己對老年的生活情況有更多的了解，有助預先為自己的老年生活作出安排及打算。此外，他們亦表示服務的評估表既實用又具體，作為此計劃的義工對自己感到份外專業。另外，透過招募及培訓義工，結集力量，使他們成為一個強大的團隊，服務有需要的長者，回饋社會。





分享三：護士及義工如何協助改善長者的生活及處理病情的能力
長者（中）分享經護士及義工家訪後，學習了分辨藥物，包括認識如何使用有助減慢心跳的藥物，讓她能就個人病況，服用合適的藥物。此外，透過義工檢查家居安全的情況，改善了洗手間內放置水盤的問題，以及把放在廚房地上的抹地布掛好，減低了摔跌的危機。除此之外，長者特別提到曾有一次突然感到胸口不適，在不知所措的情況下致電本計劃的護士求助，經護士的指導下，懂得自我調適以控制不適的情況，免卻被迫入院治療，使她十分感激。

專業交流



嘉賓：伊利沙伯醫院 內科部副顧問醫生 譚鉅富先生（右二）
香港理工大學 護理學院 黃金月教授（右一）
伊利沙伯醫院 中央護理部 梁惠瑩女士（中）
救世軍竹園綜合服務 高級主任 賴君豪先生（左二）
救世軍 油麻地長者社區服務中心 隊長陳皓明女士（左一）

各嘉賓均認為此計劃對未來的醫護及社會服務有著很大的啟迪作用，跨專業過渡性離院服務的需求將會越來越大，革新現時的長者照顧模式將會是未來的服務發展趨勢。他們鼓勵不同專業的從業員作更多的合作及交流，提升服務的成效，使現行的長者服務更完善。



台下提問的社福界代表

台下回應的義工



台下提問的準護理界代表

活動當日有近六十名醫護界及社福界代表、近百名義工以及十多名受助長者參與，場面非常熱鬧，各義工獲頒證書時均感到非常高興，並衷心地感謝提供訓練課程的所有導師，表示會全力投入服務，以答謝他們的教導。此外，透過義工、長者及不同專業代表的分享，各參與人士對計劃均有著更多的認識及了解。



於2008年承蒙香港賽馬會慈善信託基金捐助，救世軍與伊利沙伯醫院及香港理工大學聯同7間地區社會服務單位，於油尖旺、竹園、黃大仙、紅磡及九龍城區推行為期兩年的服務及研究項目－「流金頌社區計劃 - 長者安心樂回家」以支援離院長者返家後的適應及需要，提升其自我照顧能力，並能安心在熟悉的社區生活，減少非計劃再度入院的機會。本項目是由馬會主導推行的「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」其中一項社區計劃。

服務對象：60歲或以上之獨居或日間獨居長者

計劃內容：1) 健康教育及評估 3) 家居安全評估
2) 藥物管理評估 4) 食物安全評估

護士角色：探訪長者，為長者提供到戶的醫護資訊及電話跟進。

社工角色：招募、培訓及安排義工進行探訪，協助轉介長者到合適的支援服務及輔導服務。

義工角色：探訪長者，協助評估長者的家居、食物安全，及教導長者正確的處理方法。

有興趣成為義工之人士可親臨或致電本中心報名及查詢

電話：2782-1334 傳真：2782-6645

地址：油麻地眾坊街3號駿發花園地下D舖

參與單位(排名不分先後)：



旺角街坊會陳慶社會服務中心



聖公會聖匠堂長者地區中心



香港聖公會樂民郭鳳軒綜合服務中心

香港聖公會黃大仙長者綜合服務中心

香港聖公會竹園馬田法政牧師長者綜合服務中心



救世軍油尖長者綜合服務

救世軍竹園綜合服務



救世軍 伊利沙伯醫院 香港理工大學

流金頌社區計劃 - 長者安心樂回家



郵票

地址：九龍油麻地駿發花園第二期地下D號舖 電話：2782-1334 傳真：2782-6645
電郵：ccphsptcm@ssd.salvation.org.hk 網址：http://www.cadenza.hk/ccp_hsptcm