

# 香港中文大學那打素護理學院

## 「流金頌」培訓計劃

### CTP005 — 社區及院舍的長者照顧



# 樂在安老院，安享在晚年



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

# 流金頌培訓計劃簡介

## 宗旨：

- 促進公眾對**人口老齡化的關注**，提高公眾對**長者的社會及醫護服務需求的認識**。
- 培養公眾對**人口老齡化的正確認識和正面態度**。



# 流金頌培訓計劃簡介

- 對非專業老年照顧者**提供護老基本知識和技巧的培訓**，使其能夠應付日常護老工作。
- 提升從事護老工作之醫護及社福界專業人員的**老年學專科知識**，使其為長者提供更高質素的跨專業服務。



# 流金頌培訓計劃簡介

培訓對象：



1. **市民大眾**：對護老知識感興趣的公眾人士。
2. **非專業及家庭的護老者**：於日常生活或工作中，需要為長者提供日常照顧，例如：長者之家人、鄰居、朋友、家傭或義工。

# 流金頌培訓計劃簡介

3. **醫護及社福界專業人員**：從事護老工作之醫護及社福專業人員，如註冊護士、社工、臨床心理學家、職業治療師、物理治療師及醫生。



# 流金頌培訓計劃簡介

## 五個主題課程

CTP001: 健康老齡化及代際關係之凝聚

CTP002: 長者的心理社會及心靈照顧

CTP003: 慢性疾病處理及臨終關懷

CTP004: 老人痴呆症之預防及照顧

CTP005: 社區及院舍的長者照顧





# 講座內容

- 探討入住安老院舍的原因
- 介紹安老院舍的類別
- 選擇入住院舍時長者及家人常面對的問題
- 在安老院舍安享晚年的重要貼士
- 如何適切地選擇由安老院舍提供的醫療及社會服務

# 人口老化

## 65歲以上的長者人口：

- 2006年，65歲以上的長者佔全港人口的12.5% (86萬人)
- 預計至2016年，佔總人口的14%
- 而2033年，增加至27%





# 人口老化

## 75歲以上的長者：

- 在2005年，75歲老人約有36萬，佔長者人口約43%
- 至2011年，將增至42萬人，估計佔當時長者人口48%

# 預期壽命

- 2006年：

男性的預期壽命：79.5歲

女性的預期壽命：85.6歲



- 2033年：

男性的預期壽命：82.5歲

女性的預期壽命：88歲

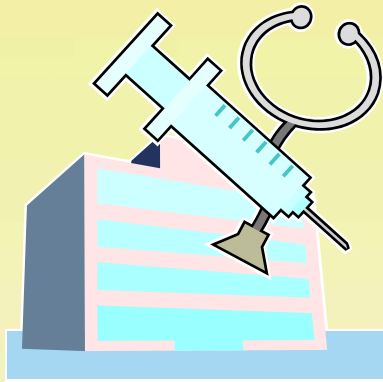


# 老年撫養率

- 2005年：168 (即每1,000名勞動人口需要撫養168位65歲或以上的長者)
- 2023年：282
- 2033年：428

# 人口老化的影響

- 增加醫療負擔



# 人口老化的影響

- 長期護理照顧



# 人口老化的影響

- 社會保障需要



# 入住安老院舍的原因



起居生活需  
由他人協助

親友無法  
提供照顧

入住安老院舍  
的原因

與親友關係不和諧

親友經常外出  
或在外地

# 入住安老院舍的原因

## 1. 起居生活必須他人的協助

- 因身體機能老化衰退
- 慢性疾病帶來的影響
- 無法自行處理起居生活，如煮食、購物、清洗個人衣物、按時服藥、淋浴

# 入住安老院舍的原因

## 2. 親友無法提供所需的照顧或與親友關係日趨惡化

- 親友未能提供悉心的照顧
- 長者需要護理照顧
- 而自己的體力及經濟能力未能負擔

# 入住安老院舍的原因

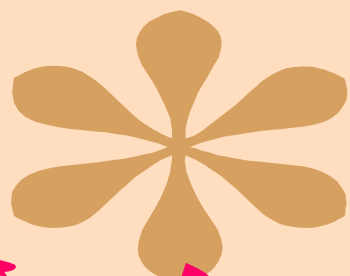
## 3. 親友必須外出謀生或移居外地

- 雙職夫婦家庭 → 經常外出 → 無暇提供照顧
- 親友移居外地，不想獨留長者在家中

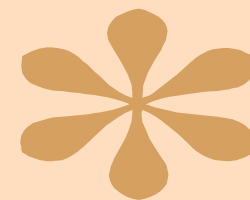
# 入住安老院舍的原因

其他因素：

- 長者無親無故，而身體日漸轉弱



# 介紹安老院舍 的類別





# 本港安老院舍服務概況



## 院舍種類

按長者不同程度的護理需要，成立各類  
類型照顧院舍。







# 院舍種類

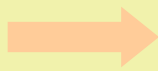
## 各類型照顧院舍

最低護理程度

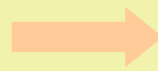


最高護理程度

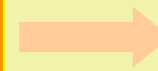
長者宿舍



安老院



護理安老院



療養院



# 長者宿舍



- 能夠照顧自己的長者
- 提供群居的住宿服務
- 舉行活動及安排人員全日**24**小時予以支援。

# 長者宿舍



## 服務性質

- ✿ 共住的房間；
- ✿ 個案評估、輔導、轉介和舉行活動等
- ✿ 提供便利院友日常生活的資料
- ✿ 舉行社交康樂活動，鼓勵院友發展個人興趣及與社區及家人保持接觸。



# 長者宿舍



## 入住條件

- ❁ 年齡達**65**歲或以上
- ❁ 有住屋或社交需要，  
但未能獨自居住；
- ❁ 可以照顧個人衛生及起居；
- ❁ 體格及精神狀態適合過群體生活。

# 安老院

## 簡介

- 為未能獨自在社區中生活，但無需倚賴他人提供起居照顧或護理服務
- 在「安老服務統一評估機制」下被評為沒有或輕度缺損的長者，提供住宿照顧、膳食及有限度的起居照顧服務。

# 安老院

## 服務性質

- ❁ 共住的房間
- ❁ 膳食
- ❁ 個案評估、輔導、轉介和舉行活動
- ❁ 起居照顧，如打掃及粗重洗熨工作
- ❁ 幫助院友進行個人性質的事項，如寫信等
- ❁ 定期舉行社交康樂活動，發展個人興趣及與社區及家人保持接觸。

# 護理安老院

## 簡介

- 為健康欠佳、身體殘疾、  
認知能力稍為欠佳
- 中度缺損而未能自我照顧起居，
- 適合群體生活的長者，提供住宿照顧、膳食、起居照顧及有限度的護理服務。
- 部份護理安老院宿位由合約院舍或參與「改善買位計劃」的私營安老院提供。



# 護理安老院



## 服務性質

- ✿ 共住的房間
- ✿ 膳食
- ✿ 個案評估、輔導、轉介和舉行活動等
- ✿ 護理服務，包括藥物的服用和監管
- ✿ 安排人員全日**24**小時當值
- ✿ 註冊醫生定期探訪診症
- ✿ 個人照顧服務，包括照顧長者的起居
- ✿ 治療運動及療法配合，改善院友的身體機能
- ✿ 社交康樂活動



# 護理安老院



## 入住條件

- ❁ 年齡達**65**歲或以上
- ❁ 被評為適合入住護理安老院
- ❁ 健康欠佳，或身體機能喪失或衰退，在個人照顧及起居活動方面需要別人提供協助
- ❁ 可利用步行輔助器或輪椅走動
- ❁ 沒有家屬可以提供必需的協助，或是照顧長者為家人帶來很大壓力
- ❁ 精神狀態適合過群體生活



# 改善買位計劃



## 簡介

- 一九九八年起推行「改善買位計劃」
- 透過改善員工比例和人均面積標準，
- 提供更多資助宿位以縮短長者輪候入住資助護理安老院宿位的時間



# 護養院



## 簡介

- 為一些健康欠佳、身體殘疾、認知能力欠佳
- 被評為嚴重缺損而未能自我照顧起居，但在精神上適合群體生活的長者，
- 提供住宿照顧、膳食、起居照顧、定時的基本醫療和護理及社會支援服務。
- 部份護養院宿位由合約院舍提供。

# 護養院

## 服務性質

- ✿ 共住的房間
- ✿ 膳食
- ✿ 安排人員全日**24**小時當值
- ✿ 基本醫療照顧服務
- ✿ 提供護理照顧
- ✿ 個案評估、輔導、轉介和舉行活動等
- ✿ 提供個人照顧服務
- ✿ 提供復康服務，改善院友的身體機能
- ✿ 社交康樂活動





# 護養院



## 入住條件

- ✿ 年齡達**65**歲或以上
- ✿ 被評為適合入住護養院
- ✿ 須符合以下最少一項條件，
  - \* 健康情況穩定，但仍需要定時的基本醫療和護理照顧；
  - \* 身體長期殘疾，行動時需要協助 (需要利用步行輔助器或輪椅)，但活動非完全限制於輪椅上
- ✿ 精神狀態適合過群體生活，沒有持續的暴力傾向、自毀／自殘或滋擾行為。



# 合約院舍



## 簡介

以公開競投的方式，選取合適的營辦機構，為身體機能中度至嚴重受損的長者，提供安老院舍服務





# 資助宿位申請手續



- 年齡：65歲或以上;如介乎60至64歲的長者  
可向社署、非政府機構的綜合家庭服務中心/醫務  
社工/長者地區中心、長者鄰舍中心及長者活動中  
心或其他非政府機構的服務單位
- 接受「安老服務統一評估機制」的「長者健康及  
家居護理評估」
- 於社署的「中央輪候冊」登記輪候入住資助宿位



# 非政府資助宿位申請



- 直接向開辦的私營安老院舍、自負盈虧院舍或合約院舍申請。

# 入住安老院

安老院舍適合我  
嗎？



# 安老院舍評核



- 牌照
- 設施
- 環境
- 職員
- 費用
- 膳食
- 服務 / 附加服務
- 保障



# 入住安老院的憂慮



- 失却自由
- 諸多限制
- 無所選擇
- 罔顧尊嚴
- 缺乏私穩
- 困難與陌生人共同生活

選擇安老

院舍之道



# 選擇安老院舍之道



- 了解長者的需要照顧的程度
- 搜集外界意見
- 院舍的安全
- 護理人手的足夠
- 院舍提供的護理及醫療服務



# 選擇安老院舍之道



- 院舍地點
- 環境及設施
- 膳食
- 工作人員態度
- 提供日常起居照顧
- 其他增值服務
- 院友私隱受到保障

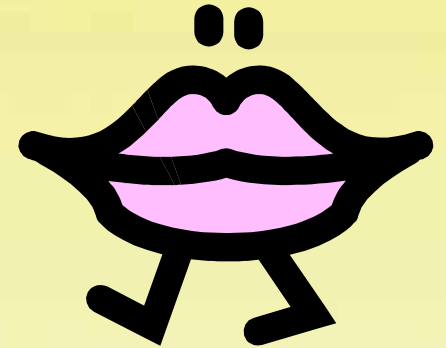


# 選擇安老院舍之道

## 用五官細察院舍服務



1. 眼到
2. 耳到
3. 鼻到
4. 口到
5. 手到



# 選擇安老院舍小貼士

<input checked="" type="checkbox"/>	院舍已獲社會福利署發出有效的牌照
<input checked="" type="checkbox"/>	院舍有參與「專業評審」
<input checked="" type="checkbox"/>	有詳列院舍各項收費，收費能符本身經濟能力
<input checked="" type="checkbox"/>	家人朋友方便探訪
<input checked="" type="checkbox"/>	設備能顧及個人私隱
<input checked="" type="checkbox"/>	院舍光線充足
<input checked="" type="checkbox"/>	環境清潔舒適、空氣流通及沒有異味
<input checked="" type="checkbox"/>	設備能配合不同長者需要
<input checked="" type="checkbox"/>	地面乾爽
<input checked="" type="checkbox"/>	有充足衛生設備
<input checked="" type="checkbox"/>	院舍膳食之安排適合長者
<input checked="" type="checkbox"/>	院友有參與活動，不是整天臥床
<input checked="" type="checkbox"/>	院友表情開心、祥和及舒服
<input checked="" type="checkbox"/>	大部份院友沒有穿上約束衣或使用尿片
<input checked="" type="checkbox"/>	職員人手足夠照顧各院友
<input checked="" type="checkbox"/>	職員態度友善及關懷，常與長者溝通
<input checked="" type="checkbox"/>	職員能即時處理院友需求



# 院舍收費多面睇



## 房間類別:

- 單人房
- 雙人房
- 三至四人房
- 大房
- 高度照顧
- 中度照顧
- 低度照顧

# 院舍收費多面睇



- 「高度照顧」房間：
- 「中度照顧」房間：
- 「低度照顧」房間：
- 院舍月費：包括住宿、膳食、基本護理
- 雜費：尿片費、驗血糖費、陪診費
- 其他：按金



收費

院舍收費視乎長者的護理程度、房間類別、院舍的地點、環境設施等等。

# 參觀院舍小貼士



- 與長者一起親身參觀
- 選擇不同時段參觀，如晚膳時間到訪，可了解膳食質素。
- 多看幾間院舍比較
- 參觀時多跟院友及職員交談，留意院舍氣氛
- 索取院舍的資料單張，如院規、收費表，可多認識院舍服務。





# 參觀院舍小貼士



## 1. 環境及設施

地點	適中，如近家人居所，可方便家人及朋友探訪。	<input type="checkbox"/>
	交通方便	<input type="checkbox"/>
	附近有適合長者的設施，如圖書館、公園。	<input type="checkbox"/>
	鄰近沒有較易引起危險的行業，如貨倉、工廠等。	<input type="checkbox"/>
	若院舍並非位於地下，有方便長者上落的設施。	<input type="checkbox"/>
	院舍所在的樓宇的裝修及保養情況理想。	<input type="checkbox"/>

# 參觀院舍小貼士

空間及設施	院友有足夠的活動空間	<input type="checkbox"/>
	有足夠通道及出口供長者走動	<input type="checkbox"/>
	環境舒適	<input type="checkbox"/>
	清潔及衛生	<input type="checkbox"/>
	空氣流通	<input type="checkbox"/>
	有空氣調節，如冷氣、電風扇及暖爐等	<input type="checkbox"/>
	光線充足	<input type="checkbox"/>

# 參觀院舍小貼士

空間及設施	浴室及洗手間沒有臭味/異味	<input type="checkbox"/>
	房間及洗手間設有大門或布簾，確保院友私隱	<input type="checkbox"/>
	地面不濕滑，沒有積水	<input type="checkbox"/>
	設有供院友活動的客廳/花園等	<input type="checkbox"/>
	院友有專用床舖及儲物櫃	<input type="checkbox"/>
	有寧靜的睡房環境	<input type="checkbox"/>
	適當的座椅供體弱院友使用	<input type="checkbox"/>



# 參觀院舍小貼士

安全	院內設有消防設備	<input type="checkbox"/>
	通道和浴室設有扶手及召喚鐘供使用	<input type="checkbox"/>
	睡床設有床欄	<input type="checkbox"/>
	傢俱設計和室內裝置沒有危險性的物料	<input type="checkbox"/>
	窗戶、露台、樓梯或平台，其高度離地超過600毫米的地方	<input type="checkbox"/>
	設有安全圍欄	<input type="checkbox"/>
	洗手間及浴室鋪設防滑地磚	<input type="checkbox"/>

# 參觀院舍小貼士

## 2. 護理情況

人手資料	院舍現有人手__人，院友數目__人， 人手比例 __，院舍人手足夠。	<input type="checkbox"/>
	最少一位工作人員持有效急救證書。	<input type="checkbox"/>
	提供輔助醫療服務，如物理治療師、 職業治療師、營養師等。	<input type="checkbox"/>

# 參觀院舍小貼士

服務情況	員工與院友交談時態度友善	<input type="checkbox"/>
	員工衣著整齊	<input type="checkbox"/>
	當院友需要幫助時，員工可盡快照顧	<input type="checkbox"/>
	晚上及假期時，院舍人手足夠。	<input type="checkbox"/>
	並非大部份院友穿上約束衣	<input type="checkbox"/>
	員工每天為院友洗澡	<input type="checkbox"/>
	員工為長者進行個別護理時，如洗澡、表現專業及顧及私隱。	<input type="checkbox"/>
	藥物管理情況理想	<input type="checkbox"/>

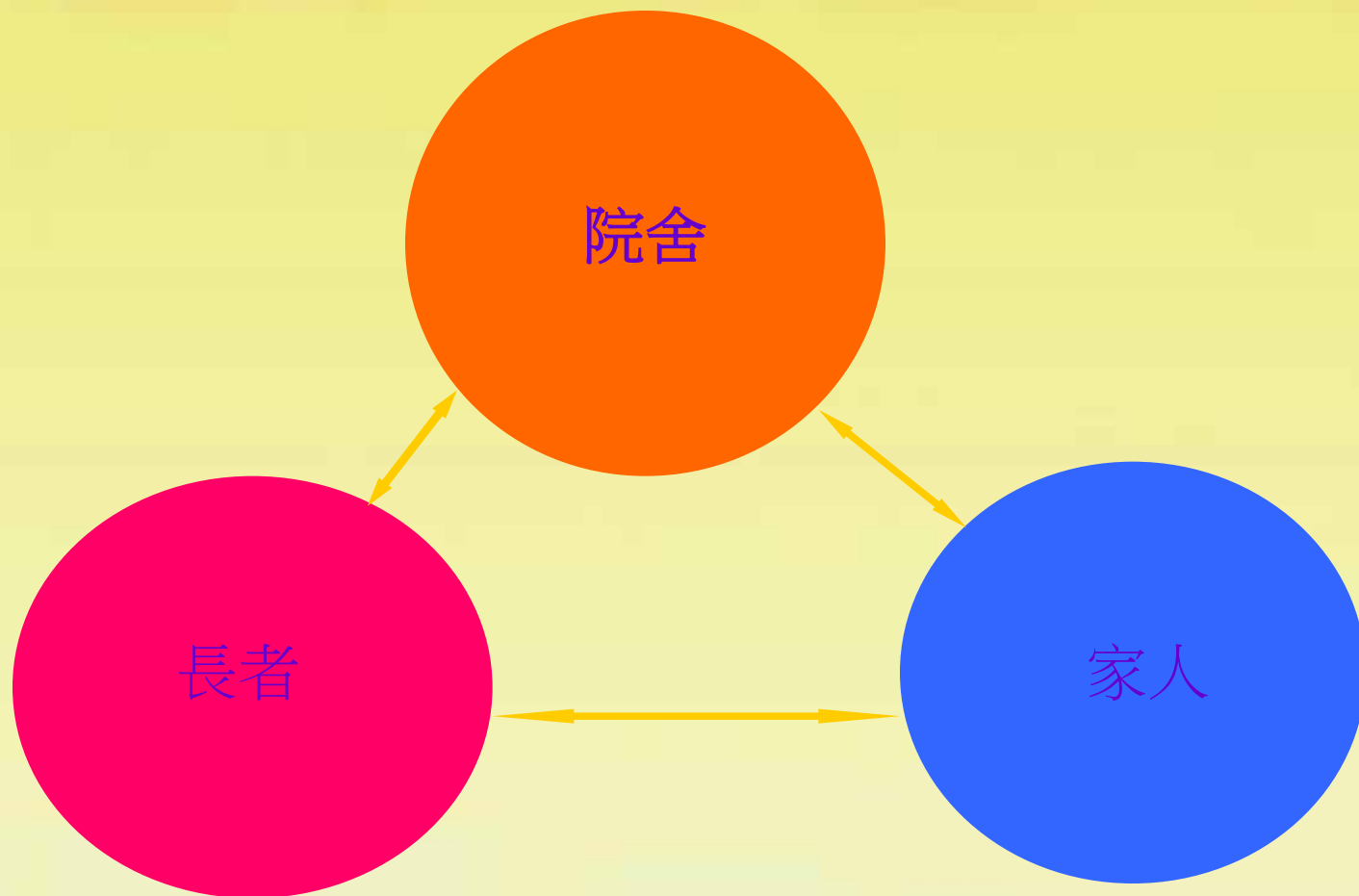
# 參觀院舍小貼士

膳食安排	膳食清單，顯示有均衡飲食	<input type="checkbox"/>
	提供膳食的次數及份量足夠	<input type="checkbox"/>
	為有慢性疾病，如糖尿病的院友提供特別餐單	<input type="checkbox"/>
	處理及預備食物的方法衛生	<input type="checkbox"/>
	餵食的方法細心及正確	<input type="checkbox"/>

# 參觀院舍小貼士

院友情況	院友儀容整齊，如有剪指甲	<input type="checkbox"/>
	院友有較多笑容	<input type="checkbox"/>

# 家人、長者及院舍鐵三角關係



# 家人、長者及院舍鐵三角關係

- 與長者的家人有良好的溝通
- 家人跟進
- 家人配合院舍的照顧安排



# 尊重長者的心意

## 三大要素





# 尊重長者心意

## 1. 討論入住院舍的需要

- 先參考社會資源
- 「居家安老」成長者安老的新方向
- 探索留在熟悉的地方與入全安老院的心態
- 「龍床不如狗竇」，搬遷對長者可能構成心理壓力



# 尊重長者心意



## 2. 一起選擇院舍

- 鼓勵長者一起參觀院舍，彼此討論
- 宜多尊重長者的看法

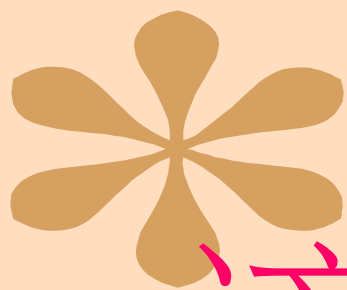


# 尊重長者心意



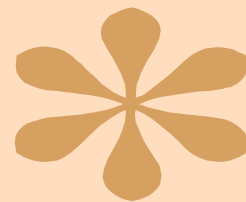
## 3. 入住後多探望

- 家人及護老者宜多探望及給予關心
- 使長者不會有被遺憾的感覺



適應院舍


生活小貼士





# 適應院舍生活小錦囊

離開熟悉的環境，  
感到缺乏安全感，  
未知能否適應？





# 適應院舍生活小錦囊

## 長者方面:



- 親身參觀院舍，了解院舍生活環境
- 打開心窗
- 多點想想入住院舍的好處



# 適應院舍生活小錦囊

## 家人方面

- 關注長者的憂慮
- 家人與長者一起親身到院舍
- 提高長者的安全感



# 適應院舍生活小錦囊

應帶何種物品  
入住院舍？







# 適應院舍生活小錦囊

## 長者方面

- 院舍多備有入院所需物品清單
- 避免存放貴重或過多財物，應妥善安排



# 適應院舍生活小錦囊

## 家人方面

- 協助長者向院舍索取需攜帶物品的清單，並協助長者準備及執拾所需物品
- 協助長者存放貴重物品及大量現金存入銀行及保險箱



# 適應院舍生活小錦囊

需要改變一向的生活模式和習慣，又要與院友共同生活，又要遵守院舍規則和生活程序，怕難適應？



# 幫助長者適應院舍生活

長者入住院舍初期的情緒表現:

- 孤單
- 不懂與院友溝通
- 不習慣院舍生活，如缺乏私人空間、不喜歡院舍飲食
- 思念家人



# 適應院舍生活小錦囊

## 長者方面

- 長者需要一段時間去適應
- 主動與人交往
- 如遇不開心，與院舍職員或親友傾訴



# 幫助長者適應院舍生活



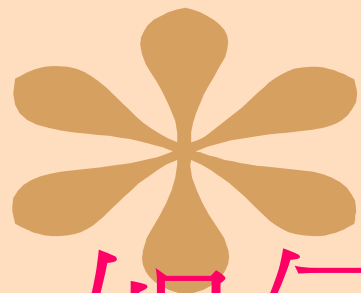
## 投入院舍生活秘訣

- 多參加院舍活動
- 主動跟院友打招呼
- 尊重他人
- 互相忍讓
- 習慣群居生活，生活自律

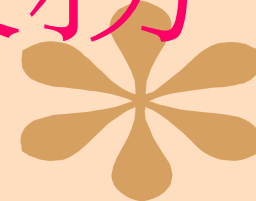


# 幫助長者適應院舍生活

- 家人多探望
- 為私人物品寫名字
- 多行一步
- 為長者製訂時間表
- 多帶心意禮物，如生果、毛衣
- 多與長者聊天
- 多關懷



如何適切地選擇  
由安老院舍提供的  
醫療及社會服務





# 如何適切地選擇由安老院舍提供的 醫療及社會服務

## 醫療服務：

- 提供保健及起居照顧服務
- 藥物儲存及管理
- 註冊西醫提供定期到診服務

# 如何適切地選擇由安老院舍提供的 醫療及社會服務

- 註冊或登記護士負責派發藥物、提供護理護理服務
- 營養及飲食

# 如何適切地選擇由安老院舍提供的 醫療及社會服務

- 每年健康檢查
- 物理治療師、職業治療師及社工  
提供相關服務

# 如何適切地選擇由安老院舍提供的 醫療及社會服務

- 清潔及衛生設備
- 健康教育講座、健康資訊

# 如何適切地選擇由安老院舍提供的 醫療及社會服務

## 社會服務

- 院舍是否定期舉辦康樂活動、小組活動以及義工探訪活動
- 可參考院舍的每月活動日程表 / 行事曆?

# 如何適切地選擇由安老院舍提供的 醫療及社會服務

- 提供陪診服務、如何收費?
- 是否對有宗教或文化需要的院友作出特別安排?



講座結束

多謝參加

