

# 香港中文大學那打素護理學院 「流金頌」培訓計劃

**CTP001- 健康老齡化及代際關係之凝聚**

非正規及家庭照顧者培訓工作坊

**課題：認識虐老**



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

## 第四節

# 防止虐老

# 內容

- ❁ 虐老與法律
  - 香港相關法律
  - 訴訟
- ❁ 預防虐老
  - 院舍篇
  - 家人 / 護老者篇
  - 長者篇



# 第三節重點重溫

- ✦ 觀察長者是否被虐
- ✦ 舉報
- ✦ 處理
- ✦ 監護令



鹿老?

短片播送





# 香港相關法律

資料來源：香港基督教服務處  
虐老防治資訊網





# 訴訟



# 影響訴訟的因素

- 長者難以記起每項詳細情況
- 資料上的混亂，以至未能提供具說服力的證據
- 長者的資產未作妥善記錄
- 涉及沉重的律師費



# 訴訟 - 法律援助

- 為符合資格的申請人在民事或刑事訴訟，提供代表律師或大律師(如有需要)的服務。
- 有關使用法律援助所需費用的分擔詳情，請瀏覽法援處網頁

<http://www.lad.gov.hk/chinese/las/fac.htm>

- 法援署查詢熱線：25377677

法援署地址：

香港金鐘道66號金鐘政府合署24樓法援署總部

九龍旺角聯運街30號旺角政府合署地下法援署九龍分署




# 訴訟 - 追討被侵吞的財產

民事訴訟乃因應被侵吞財產的數目多少，而於不同法庭起訴及審理：

- 五萬元以下，於小額錢債審裁處
- 六十萬以下，於地方法院
- 六十萬以上，於高等法院







長者是需要尊重和關懷，  
防止虐老是需要長者、家人  
及社會人士共同提倡的



# 尊重長者

 選擇權 / 自決權

食物、活動、個人喜好的選擇

 私穩

 尊嚴

 福祉

 自由



# 護老員

## 關心長者

- 🌸 明白什麼是「虐老」
- 🌸 了解長者的行為
- 🌸 了解長者的心理
- 🌸 明白長者的權利
  - 容許長者參與決策及選擇
  - 聆聽及讓長者的意見得到充份表達

# 護老員

## 自我增值

- ❁ 多參與在職訓練  
照顧技巧及知識
- ❁ 處理壓力
- ❁ 同事間互相扶持
- ❁ 共同找出方法處理較難處理的個案

# 機構

- ❁ 改善工作環境及溝通
- ❁ 推廣提供具質素院舍服務的工作氣氛
- ❁ 鼓勵推行個案滙報制度
- ❁ 嚴格執行《安老院條例》
- ❁ 正當使用約束物品
- ❁ 推行《處理虐老個案程序指引》



家人/  
護老者篇

# 保護長者 (1)

## 關懷備至

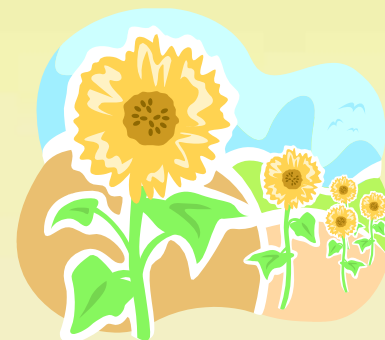
留意長者的情緒反應，並作出適當的回應

## 愛屋及烏

關懷長者身邊的家人及鄰居，有需要時提出協助，以減輕他們照顧長者之負擔

## 認識虐老

增加對「虐老」的認識，辨別在危長者



# 保護長者 (2)

## 愛心協助

如遇懷疑的情況，主動關心，但切忌下價值判斷

## 陪同協助

如有需要，陪同長者向專業人士求助

## 義工服務

定期參與探訪獨居長者，協助他們活得開心



# 護老者良方 (1)

## 有傾有講

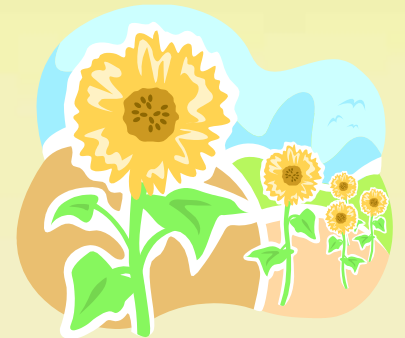
坦誠溝通，互相諒解，別對自己及長者有過高的要求

## 用得其法

學習照顧技巧，以減輕精神壓力

## 身心康泰

照顧自己的身心健康，有助穩定情緒





# 護老者良方 (2)

## 減壓有方

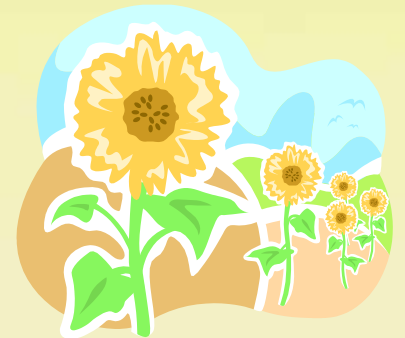
培養運動的習慣、找親友傾訴、聽音樂等

## 分工合作

善用社區的護老支援服務、與家人分擔責任

## 尋求協助

如有需要的話，盡早向有關機構及專業人士求助



# 認識護老者壓力



在照顧慢性病患者過程中，護老者經常感到擔憂、害怕和焦慮。一般情況下，這些情緒反應是正常，但是若果身體與心理出現損害，壓力就出現了。

## 護老者壓力的來源

- ❖ 面對老化及死亡而產生恐懼
- ❖ 看見患者的病情沒有好轉，甚至每況愈下而感到「未盡全力」、內疚和傷心
- ❖ 照顧患口的知識及技巧不足
- ❖ 患者對護老者的不諒解、過份依賴或自怨自艾
- ❖ 家人或朋友不願意分擔照顧患口的工作和責任
- ❖ 長期負擔醫療費用所造成沉重的經濟壓力
- ❖ 缺乏社會支援及資源

## 常見的壓力徵狀

### 生理徵狀

- ◆ 失眠或渴睡、發惡夢
- ◆ 無胃口、胃部痙攣、嘔吐
- ◆ 心悸、冒汗、血壓上升
- ◆ 頭暈、視力模糊、耳鳴
- ◆ 小便頻密、腸瀉
- ◆ 頭痛、肌肉酸痛和疲倦
- ◆ 四肢發抖和無力

### 心理及情緒方面的徵狀

- ◆ 焦慮、恐懼、內疚
- ◆ 悲觀、沮喪、抑鬱
- ◆ 坐立不安、精神不集中及善忘
- ◆ 易生氣
- ◆ 疲憊、對日常活動失去興趣
- ◆ 酗酒、濫藥

## 護老的謬誤與積極的方法

### 常見的謬誤

- ◆ 不應該過分的內疚
- ◆ 想以自己代替對方受苦
- ◆ 一切以患病親友為先，漠視自己的需要
- ◆ 只有自己一個人可以照料病患者
- ◆ 不眠不休、不運動、不見朋友、不外出、不參加社交活動、不參與家庭聚會
- ◆ 自以為認識病情
- ◆ 自己也覺得辛苦，不斷埋怨



### 積極有效的方法

- ◆ 不要否定自己的需要、要知道自己積勞成疾是不能使對方康復
- ◆ 可找其他人短期或長期給予幫助或代勞
- ◆ 尋找合適的社區支援服務
- ◆ 好好照料自己、才能照料好患病親友
- ◆ 過正常健康生活、保持一些社交、運動及娛樂
- ◆ 參加有關的健康教育講座和互助小組，認識病情和照顧技巧，並且可以與同路人互相支持、交流經驗與心得





# 求助 vs 不求助

- ❁ 家醜不出外傳
- ❁ 恐怕被報復
- ❁ 怕迫遷
- ❁ 怕入住老人院
- ❁ 需要照顧
- ❁ 沒有能力求助
- ❁ 不認識

# 預防 vs 處理

- ❁ 教育長者保護自己的技巧
- ❁ 提醒長者如何避免引起衝突
- ❁ 提升長者的自我形象

# 保護自己 (1)

## 認識「虐老」

清楚自身安全

## 清楚權益

認識長者的權利和自決權

## 健康身體

注意健康，保持自我照顧能力

# 保護自己 (2)

## 良好關係

與朋友及家人保持良好的關係

## 積極參與

參與社區內、家人和朋友之間的活動

## 財政管理

學習管理個人財產，避免過於依賴或相信別人



# 避免衝突 (1)

- ❁ 與家人、朋友和照顧者相處時要互相尊重
- ❁ 保持冷靜
- ❁ 不要與施虐者對罵，以免激怒對方情緒
- ❁ 當遇上不適當的對待，向可信任的人 / 社工 / 醫護人員尋求協助
- ❁ 保護自己的安全
- ❁ 未雨籌謀，計畫好你的將來

# 避免衝突 (2)

## 確保即時安全

- 立即逃到安全的地方
- 情況危急時，致電向警方求助
- 向鄰居高呼或拍門求助
- 攜同身份證明文件，少量金錢及藥物，到親友家中暫避
- 致電以下求助中心或長者中心尋求援助：
  - 社會福利署**2343 2255**
  - 頌和長者服務計畫**3586 9337**
  - 明愛向晴軒**18288**
  - 東華三院芷若園**18281**
  - 和諧之家**2522 0434**



「世界關注長者被虐日」  
六月十五日

國際老年學會



長者當自強

標語創作

# 第四節

