

# 馬會撥2.9億元護老 五年料惠及1.8萬人

# 9間支援中心 助照顧者「鬆一鬆」

## 醫健事

老年人口增加，照顧者需求備受關注。有調查發現，7.3%的受訪者存在家庭衝突、焦慮、自我傷害或傷害他人的風險。香港賽馬會撥款逾2.9億元推行「護老導航照顧者支援計劃」，夥拍5間非牟利機構，設立9間照顧者中心，向照顧者提供輔導、長者日間暫託等服務，目前已有2間中心啟用，預計在今年內會啟用全部中心，預計五年內服務超過2700位照顧者，及1.5萬名受照顧長者。

有照顧病妻心力交瘁的80歲照顧者表示，中心提供的暫託服務，有助他紓緩壓力，亦學習到不少照顧知識。



掃一掃有片睇

大公報記者 劉碩源



▲孫玉菡（中）表示，現時政府及其他機構有投放資源支援照顧者，如暫託服務等，未來將加強宣傳，讓照顧者放心將家人暫託。

▲支援計劃受惠者梁威能（右）表示，長時間照顧患上認知障礙症太太令個人活動和興趣時間被迫大減，暫託服務令他能紓緩壓力。

近80歲的梁威能與年紀小一歲的太太結婚逾50年。當年退休後，兩夫婦積極參與義工服務，形影不離。但兩年前太太確診患有認知障礙，由於子女早已移居外地，太太不想聘請傭工，他只能獨力照顧太太，「太太患認知障礙之後，個性變得固執，有時會要求我將一件事反覆做到她滿意為止」，他透露，起初自己尚未適應太太個性改變，百般忍讓心力交瘁，和太太發生爭拗，壓力瀕臨爆發。

經過社工介紹，他得悉「賽馬會護老導航照顧者支援計劃」下的照顧者中心，提供輔導、長者日間暫託等服務，讓他可騰出時間處理個人事務。他表示，兩小時的暫託服務幫助他紓緩壓力，既可以得到休息，亦能與其他照顧者交流。

### 80歲翁照顧病妻 終求助有門

梁威能說，太太性格比較黏人，中心的設計讓他太太透過玻璃看到他在參與活動，而他亦能見到太太得到照顧，兩人都感到安心。他並透過該計劃，認識如何照顧認知障礙症患者等。

「賽馬會護老導航照顧者支援計劃」首席研究員暨香港大學秀圃老年研究中心總監樓璋群表示，根據2021年人口普查，香港到2031年將會有約200萬位60歲及以上的長者，現時本港已有逾24.6萬名護老者。

照顧者中心會為照顧者提供需求評估和自我評估工具，協助他們更深入地了解個人需要。樓璋群表示，計劃設有需求分層支援服務，在第一階段以網上問卷訪問接近1500

名護老者，初步研究顯示，7.3%的受訪者被評為有高度的照顧者需求，存在家庭衝突、焦慮、自我傷害或傷害他人的風險，中心會向他們提供治療性個案及小組，甚至轉介和跟進。

### 研開拓少數族裔專項照顧

「賽馬會護老導航照顧者支援計劃」下，五間非牟利機構在社區設立九間照顧者中心（詳見表），當中在西灣河、葵芳的中心已啟用，其餘的將於6月起陸續投入服務，預計今年內全部啟用。

「賽馬會護老導航照顧者支援計劃」諮詢委員會召集人聶德權表示，服務中心以服務照顧者為本，以會員制運作，照顧者登記費用全免，唯一收費的是長者日間暫託服務，四小時暫託收費30元。該計劃旨在加強照顧者支援網絡，加強照顧者互助，以及協助照顧者了解社區資源，減輕照顧者負擔。作為先導計劃，期望五年內幫助超過2700位照顧者以及1.5萬名受照顧長者，將來亦考慮開拓專項照顧，如為少數族裔服務。



▲在西灣河賽馬會照顧者中心內，有大型告示板，為照顧者提供相關支援資訊。

## 孫玉菡：計劃有助摸索支援新模式

### 多管齊下

勞工及福利局局長孫玉菡表示，期望透過賽馬會護老導航照顧者支援計劃，摸索適合香港的護老照顧者支援新模式，同時供內地城市借鑒。

孫玉菡昨日在支援計劃啟動禮上致辭時表示，政府一向重視護老者的需要，提供各類服務，包括為低收入家庭護老者提供生活津貼、透過服務長者例如個人護理、家居清潔和康復訓練等，間接紓緩照顧者的照顧壓力。政府並設立照顧者支援專線182183，及在馬會支援下起動「照顧者資訊網」。

### 經驗可供全國示範參考

他表示，民間和社區支援護老者的力量同樣重要，賽馬會護老導航照顧者支援計劃

由馬會先試驗服務模式，若實行順利及良好，政府便會嘗試接力。

他又說，香港是全國數一數二老齡化速度高的城市，而內地很多超級大城市，例如上海、北京、廣州等，都面對老齡化問題。香港若能就支援照顧者，尤其是支援護老照顧者，成功探索創新辦法，將可對全國其他大城市有示範參考作用。大公報記者劉碩源

## 9間賽馬會照顧者中心位置

### 香港基督教女青年會

●西灣河鯉景灣觀暉閣地下GA19-20號舖\*

●青衣涌美老屋村118號地下  
●上水龍環路39號上水廣場7樓720-721室

### 香港聖公會麥理浩夫人中心

●葵芳新都會廣場一座21樓2115至2116室\*

### 香港明愛

●深水埗南山邨南偉樓19-28號地下

### 基督教香港信義會社會服務部

●沙田大圍新翠商場2樓19號舖  
●馬鞍山保泰街16號(We Go Mall) 1樓103C舖

### 香港婦女中心協會

●粉嶺新運路33號粉嶺中心地下19A商舖  
●深水埗福華街188號海峯地下G08號舖

\*已啟用  
註：其他中心將於6月起陸續啟用 資料來源：香港賽馬會

## 服務計劃相關資訊（服務內容、服務對象、費用）

### 服務內容：

- 照顧者需要評估及服務建議
- 社區資源諮詢及轉介
- 照顧者減壓活動及閒暇空間
- 照顧技巧訓練
- 照顧歷程規劃及輔導
- 長者暫託服務

### 服務對象：

- 護老者
- 有需要的長者
- 社區人士

### 費用：

計劃以會員制運作，照顧者登記費用全免。暫託服務每節4小時，收費30元。

資料來源：香港賽馬會



## 寶血醫院翻新擴建 院外新設日間醫療中心

【大公報訊】記者王亞毛報道：為提供更多日間醫療服務，香港明愛與私營醫療集團PMS合作，將翻新及擴建寶血醫院，首階段計劃明年內在院外新設立日間醫療中心，轉移門診、日間手術等部分服務。明愛表示，希望亦提供更多政府提出的套餐式收費服務，而該集團負責營運的港怡醫院在該方面有多年經驗，希望未來逐漸提高醫療收費透明度，為市民提供高質素且可負擔的私營醫療服務。

寶血醫院經翻新及擴建後，將主要提供門診、長者醫療服務，及需求較大的日間及預約手術服務，例如眼科、耳鼻喉科、骨科小型手術等。

香港明愛醫療服務部長雷操表示，醫院作為非牟利私營醫院這一點不會變，亦不會改變現時的收費政策，在翻新期間不會暫停任何現有服務。

### 長遠冀建全新日間醫療大樓

明愛預計今年第三季會成立規劃小組，有詳細的翻新計劃後，會再跟政府討論細節。

今次與香港明愛合作的私營醫療集團，本身負責營運港怡醫院日間中心及診所等服務，雷操表示，政府



▲▲香港明愛總裁閻德龍神父（左）及PMS執行總裁曾慶廉（右）簽訂合作備忘錄，為私家醫院寶血醫院（明愛）進行翻新及擴建。大公報記者王亞毛攝

一直提及私家醫院提供高透明度的套餐式收費服務，而該集團負責營運的港怡醫院在該方面有多年經驗，希望寶血醫院可引入相關經驗，未來逐漸提高醫療收費透明度，為市民提供高質素且可負擔的私營醫療服務。

PMS集團執行總裁曾慶廉表示，雙方工作小組剛開展工作，現時未有實際投資金額，開支及具體時間表仍待計算。他又稱現時香港醫療需求大，希望在概念上有個轉變，提供更多日間服務，而非更長時間的住院，希望未來在病人可負擔的大前提下，為其提供多一個選擇。

香港明愛表示，寶血醫院的翻新及擴建將分階段進行，首階段增加住院空

間，將門診服務、後勤支援部門轉移至院外新設立的日間醫療中心，曾慶廉表示，現正物色醫院附近的商場或大廈位置；第二階段將會翻新現有的醫院大樓，以優化醫院環境並增加空間發展病床和日間醫療服務；同時長遠計劃是在醫院旁邊興建一棟全新的日間醫療大樓。

衛生署昨日回覆大公報查詢表示，私家醫院如要申請更改服務規模或範圍，該署建議醫院於三個月或之前提交意向書。視乎更改服務的規模，一般而言醫院必須至少在服務開始前兩個月向衛生署提交申請。衛生署至今未有接獲寶血醫院的有關申請。

## 有助鞏固大腦神經網絡協調 中大：長者多練書法可減緩腦退化

【大公報訊】記者陳杰報道：本港每十名70歲或以上長者，一人患認知障礙症，當中與「大腦預設模式網絡」缺陷有關。中大醫學院研究指，增加練習書法密度對認知功能退化的長者協調大腦神經網絡有正面影響。

中大醫學院研究團隊於2020年1月至2022年底，進行隨機對照研究，招募112名55至75歲、非安老院居住、具有主觀認知功能衰退的長人士參與。

### 安全有效的非藥物干預方式

部分長者在研究的六個月內，將書法練習的時間加倍，其餘長者維持原有練習習慣，研究團隊之後分別為他們進

行腦部磁力共振掃描，發現維持日常練習習慣的參加者，大腦預設模式網絡（DMN）功能性連結減弱；至於增加練習書法時間的研究參與者，較少出現DMN功能性連結減弱，甚至有所增強。而阿爾茲海默症等認知障礙症已知與DMN缺陷有關聯，換言之，增加練習書法密度對鞏固長者大腦神經網絡協調有正面影響。

中大醫學院精神科學系副教授李廷俊表示，更密集地進行練習中國書法等常規認知活動，有助促進腦健康，相信參與更多認知活動可以作為安全而有效的非藥物干預方式，幫助社區長者鞏固認知能力及大腦網絡功能。



▲▲中大醫學院研究證實，年長人士參與寫書法（左圖）等認知活動，對協調大腦神經網絡有正面影響。



▲研究證實更恆常進行認知活動有助鞏固大腦神經網絡功能  
Study reveals increasing cognitive activity participation strengthens brain network