竹林明堂護理安老院
CHUK LAM MING TONG CARE & ATTENTION HOME FOR THE AGED

抗疫
同行

2020年
第一期院訊

目錄

前言

香港爆發新型肺炎與本院整體應對情況 —— P.1 - P.2

抗疫同行

與長輩同行 —— P.3 - P.10

陽光彩虹傘　健腦活動

感觀訓練　遊車河

竹林影院

恩橡愛心禮物包

與家屬同行 —— P.11 - P.12

定期簡報長輩情況

雙親節週探訪

一次性家屬探訪

與職員同行 —— P.13- P.14

支援職員購買防疫用品

PCW 為長輩剪髮

衛生署講座

媒介報導 —— P.15

蘋果日報專訪　東張西望報導

明報報導

嘉許院方及同事 —— P.16

主席贈送水果及芝士蛋糕

支援自立
自主有選擇

提升長輩生活質素 —— P.17 - P.20

衣、食、行

總結

未來目標 —— P.21 - P.22

香港爆發新型肺炎與本院整體應對情況

前言

2020 年 1 月 7 日，正式檢驗出新型冠狀病毒 (COVID-19) ，1 月 21 日本港出現首宗輸入個案。由於短時間內感染人數上升加上病毒還沒有任何治療藥物及疫苗，本院為保障長輩健康為大前提，決定於 1 月 26 日 (年初二) 下午 8 時開始全院隔離，暫停所有外遊活動、團體探訪及家人或陪人探訪。

為了應對在疫情下突如其來的情況，本院社工部、護理部及復康部分別安排了不同的措施以妥善照顧長輩的身心靈健康，在下面的部份會詳細講述。此外，本院管理委員亦會全力支持推行應變措施，鼓勵員工安心工作，緊守崗位服務長輩。

抗逆同行

本院雖然曾有處理 2003 年非典型肺炎爆發的經驗，但面對今年首六個月的新型冠狀病毒爆發，本院與全港市民一樣，所面對的挑戰是前所未有的！

為了減低受感染的風險，家屬探訪及所有外出活動暫停，但長輩可能因長期缺乏環境刺激而導致認知能力急速衰退及影響他們的社交能力。故此社工部在封院期間舉辦了一連串的活動及訓練，讓長輩即使只在院舍也能有多采多姿的生活。

另外，為免在隔離期間，家屬因未能探訪而擔心長輩的情況，各部門同事加強與家屬緊密溝通，加強透過社交媒體，以短訊、相片及視像傳達長輩近況，提升整體照顧工作的透明度，令家屬能持續掌握長輩的最新情況，即使未能見面家屬亦可以安心！

另一方面，本院制定特別防疫措施及添置殺菌設備，分別應用在到訪人員、本院職員、本院長輩及環境清潔上，以減少感染或散播病毒的機會。

最後，本院於疫情期間所付出的努力得到外間認同，多個媒體均有報導院方各部門的相關工作。

提供全方位活動令長輩生活更添色彩

陽光彩虹傘

因疫情封院期間，為令長輩享受陽光及呼吸新鮮空氣，本院會定期安排不同樓層的長輩於停車場進行彩虹傘活動。

過程中全層長輩合力舉起巨型彩虹傘，隨著輕快音樂有節奏地舞動，這類群體的肢體活動可促進長輩彼此的交流及營造活潑的氣氛。

透過群體合作互動，亦有效提升樓層長輩間凝聚力，同時在活動中，長輩需接收特定的指示令彩虹傘產生多變的效果，有效訓練長輩的認知及肢體活動能力。

健腦活動

社工部同事每月為長輩安排不同形式的手工藝創作，鼓勵長輩發揮創作力，促進長輩健腦用腦，啟發潛能。

手工藝創作包括：

1. 手指畫：

部份長輩手指的肌力不足或因認知能力衰退，難以控筆書寫或畫畫，手指畫可讓長輩以手指代筆，點出色彩鮮明的畫作，讓每位長輩可以輕易體驗畫畫。而不少長輩都對顏色配搭有著敏銳的觸覺，畫畫之餘同時可以刺激長輩的視覺感知。

提供全方位活動令長輩生活更添色彩

2. 小風車製作：

與長輩一起運用簡單的材料製作小風車，過程中長輩們需運用手指的小肌協調，將不同的材料拼合成小風車，令其能順風而轉。可以自己用簡單的材料製成小風車，長輩們都很有成功感。

3. 蛋糕畫賀卡：

長輩運用一張顏色紙，剪裁及摺出蛋糕形狀，可在其上加上顏色豐富的裝飾貼紙或畫上不的圖案，過程中長輩需構思整個圖案及維持手眼協調，最後製成一張美麗的生日賀卡，長輩可將生日賀卡送給家人或朋友，精美又有心意。

4. 製作防蚊膏：

長輩們為了多謝恩橡基金會送出抗疫禮物包，特意製造防蚊膏回禮。過程中長輩們跟隨職員指示遂步將原材料混合加熱，再放入樽內待蚊膏凝固後便完成，加上精美包裝，便是送禮自用都非常合適。

長輩們對不同的手工藝創作均深感興趣，過程中亦與職員不時交流，亦令製成品更富創意及個人風格。

提供全方位活動令長輩生活更添色彩

感觀訓練

感觀訓練主要提供予體弱及中後期認知障礙症的長輩，透過刺激長輩感官系統，包括視覺、嗅聽、觸覺、聽覺和本體感覺，接收外界的信號，讓身體接收外界刺激從而作出適當的反應，可使長輩增強對週遭環境的適應，平復激動的情緒和改善行為問題。

遊車河

本院於隔離期間，有見長輩不能外出，長時間留在室內難免會感到苦悶，於是在遵守指定的防疫措施下，於 3 月開始特設遊車河活動。遊車河期間長輩只會留在車內。

長輩們分批乘坐院車外出，職員即時變成導遊，沿途為長輩介紹不同的景點及拍照「打卡」，長輩們都非常高興！他們細說自己生活經驗，表現雀躍及精神倍增，同時沿途可作現實導向訓練。

提供全方位活動令長輩生活更添色彩

竹林影院

不能外出，長輩留院舍有何娛樂活動？本院與長輩重溫過去的經典電影，舉辦竹林影院，讓長輩到地下禮堂回味到電影院看電影的滋味，並備有懷舊小食，長輩義工會協助派發戲票及懷舊小吃。5 月首映電影為「富貴黃金屋」，6 月份播「鬼馬雙星」，7 月份播「全家福」。長輩於觀賞過程中笑聲滿院，氣氛熱鬧，亦覺得影院安排可令他們回溯從前到影院看戲經驗。

恩橡愛心禮物包

恩橡基金會一向以來與本院緊密合作，為長輩帶來多元化及跨代共融的活動，豐富長輩生活樂趣。於抗疫期間，基金會為對長輩表達關懷，特意送上愛心禮物包，禮物包內各樣物品既實用又精緻，長輩收過禮物包後都感到非常欣慰，深感外間社會人士對他們的關懷。

加強與家屬溝通
提高照顧工作透明度

定期簡報長輩情況

在本院開始進入隔離狀態時，務求令家人不會因不能到院探望而產生擔憂，會將不同照顧程度的長輩情況，按需要每星期一至兩次向家人作出簡報。

社工部每星期亦會拍攝長輩的生活近況，再經智能電話的社交程式發放予家人，家人接收到長輩的近況均表達安心。此外同事亦會為有需要的家人安排與長輩視像溝通，增加長輩與家人溝通的機會，以緩解長輩與家人的思念。

雙親節週探訪

直至五月，香港的疫情有緩和的跡象，適逢雙親節的來臨，院方特別安排預約單次家屬探訪，讓長輩們在院舍都能感到節日溫暖！到訪家屬亦需透過報名及健康申報才能與長輩會面。於會面期間，社工部同事安排家人送上小禮物予長輩及幫他們拍照留念。經過長達 4 個月未能見面，長輩及家屬們都非常想念對方，雖然戴著口罩，但亦掩蓋不了雙方流露出的溫情及重逢後的滿足。

一次性家屬探訪

早於三月，院舍考慮到香港整體疫情狀況及長輩對家人的想念，決定安排一次性家屬探訪，家人先報名，經健康申報後，再預約於指定時段到院與長輩會面。

而為保持適當的社交距離，每時段只限四組家庭在院內不同位置探訪，每組家庭最多兩名家人到訪。原定為期一星期的探訪，最後因環球疫情有變差的趨勢，而中途暫停，家人及長輩雖然有感失望，但仍體諒理解。

支援職員購買防疫用品

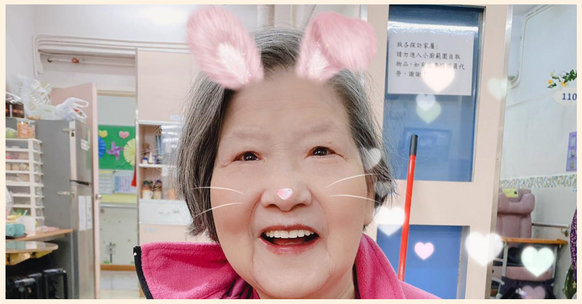
疫情初期，防疫物資短缺的情況下，為了令職員能得到足夠的防疫用品，安心照顧長輩，院方管理層運用了各種資源及贊助來採購足夠的防疫裝備，如口罩、酒精消毒劑、漂白水等，並供職員以特惠價購買，令各同事不用在添置防疫用品上花費額外的精神及時間，可以安心地專注工作。

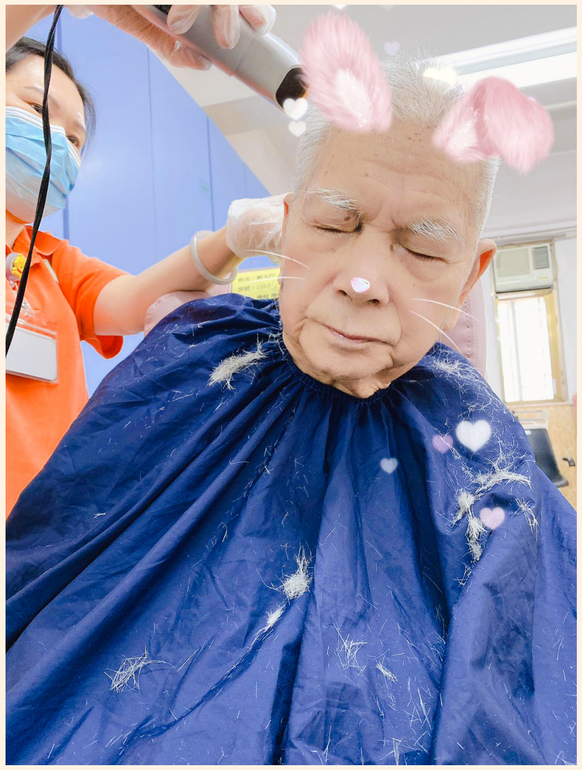
衛生署講座

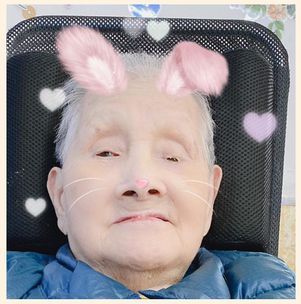
院方亦安排了衛生署護士到院進行防疫講座，為各同事提供專業防疫資訊，確保同事能於疫情期間妥善地保護自己及長輩。

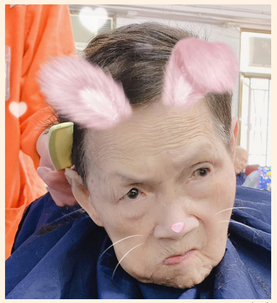
護理員為長輩理髮

護理部前線同工有見長輩們於隔離期間未能享有義工剪髮服務，自發地在百忙的工作中充當髮型師，為長輩理髮。家屬透過照片看到長輩的新髮型後，均對同事的工作表示讚賞有嘉！









媒介報導肯定工作成效

為了提高工作的透明度，本院會定期將最新消息及活動資訊等資料上載社交平台 (Facebook) 及專屬網站 (www.clmt.org.hk)；恰好在這段封院期間吸引了相關的媒體關注本院的工作。

《蘋果日報》於 5 月 10 日刊登了母親節專訪，報導本院兩名長輩湛惠蓮及區惠英與其兒女於封院期間的感受及生活狀況。亦訪問了前線同事，在此期間如何面對工作上的挑戰。

《明報》則於 4 月 26 日及 4 月 27 日《東張西望》各報導了一篇關於遊車河活動，對於院方於疫情期間仍然盡力為長輩舉辦不同活動及娛樂，維持長輩的生活素質作出肯定。

嘉許同事

此外本院管理委員會主席蘇東霖先生為了嘉許各員工於疫情期間堅守崗位，各司其職，特意贈送時令水果及芝士蛋糕予各職員享用，同事們收過蘇主席送出的心意，均表萬分感謝。

支援自立自主
有選擇

為了履行本院的照顧方針，支援長輩能自立自主於生活上有更多選擇，院方在衣食住行各方面上作出不同的改善，以提升長輩的生活質素。

自主生活有選擇之【衣】

本院去年開始更換了長輩們的尿片牌子，改用了德國貨「赫曼」(MoliCare) 牌的尿片。此牌子的特性是透氣度高，抗菌效能佳及具有高吸濕防漏功能，用料更達最佳弱酸值 Ph5.5，極適合敏感性及幼嫩皮膚使用。其用料舒適貼身，柔軟輕薄。長輩更可按不同的需要選用吸濕度不同的尿片，並在尺碼選項上亦有更多選擇，能照顧長輩日夜不同的需要。

由於抗菌及吸濕效果提升，經長期使用後，患有尿疹及壓瘡的長輩皮膚大大改善，協助傷口加快復原。

自主生活有選擇之【食】

為了關顧長輩不同的飲食習慣及喜好，本院廚務部每月的其中一天會製作不同的環球美食特色餐給予長輩享用，例如長輩已嘗試的有：印尼炒飯、日式鰻魚飯、星馬喇沙等，都非常受長輩歡迎。疫情期間長輩雖然未能參與外出活動「搵食兵團」活動到處覓食，但仍可安坐樓層，大飽口福。

本院推廣健康飲食亦不遺餘力，除逢初一、十五為素食日外，更逢星期一特設綠色餐飲日 (Green Monday)，提供健康精致素食予長輩。素食的好處能降低體內毒素堆積、降低膽固醇含量、防癌及避免尿酸過高等，對健康有好處。因此，讓沒有茹素習慣的長輩嘗試一星期體驗一天的素食餐膳。

每月本院會安排其中一個午餐，提供 AB 餐兩款不同類型的飯餐給予長輩選擇，讓長輩「自己飯餐自己揀」，為他們建立自主生活有選擇的意識，為自己的喜好下決定。

自主生活有選擇之【行】

復康部透過余兆麒醫療基金贊助購置了一部名為 SilverFit Mile Training System 虛擬實境系統，長輩於進行復康運動時可一邊腳踏被動式單車，一邊觀看螢光幕影像移動，令肢體運動與官能感覺互動，提升長輩投入復康運動的興趣及意欲。

除此之外，透過余兆麒醫療基金贊助亦添置了新的步行徑輔助欄杆 (Stainless Steel Parallel Bar)，使長輩能不需要使用四腳架亦能安穩地接受步行及平衡練習，協助提升長輩在練習步行的信心及能力感。

復康部透過樂齡及康復創科應用基金贊助購置了一台垂直律動儀 (Motorized Standing Platform) ，此儀器功能像模擬跳繩運動，長輩只要安坐在輪椅，將輪椅放在儀器上，透過地心吸力的物理作用，上下震動，達致全身運動的效果。在沒有增加心肺負荷的情況下，溫和地刺激全身，由細胞、肌肉、骨骼、神經系統、血管到五臟六腑，使體弱長輩能透過儀器達致全身運動的效果。

誠心善待長輩如家人

支援自立自主有選擇

在未來的工作中，本院各部門同事將同心合力朝著「誠心善待長輩如家人，支援自立自主有選擇」的目標，繼續為長輩提供更人性化的服務及更個別化的對待。

而在應對疫情的路上，本院職員與長輩會繼續彼此扶持及配合，院舍亦會按香港整體疫情的轉變，而作出適切彈性的回應。

在此，再次感謝家人的體諒及配合！令院舍在此關鍵時刻於照顧長輩的工作上能更妥善及全面。