



媒體報導

日期：2012年8月3日(星期五)

資料來源：星島日報 – 港聞 – A27

標題：70歲婦照顧中風夫壓力大

參考網址：<http://news.singtao.ca/calgary/2012-08-03/hongkong1343981868d4010369.html>

70歲婦照顧中風夫壓力大

香港每年有近二萬五千人中風，大部分為長者。有調查發現，超過七成半的照顧中風患者的人士年過六十，大多擔心身體狀況未能繼續應付照顧工作，壓力甚大。調查機構建議照顧者主動求助，並給予自己私人時間，以平衡身心健康。

七成半照顧者年逾60

基督教家庭服務中心於本年四月至七月期間，訪問八十七名中風長者的主要照顧者及五十名家人。調查發現，超過七成半主要照顧者年過六十，

多為中風長者的伴侶，約六成照顧者的壓力來自自身的身體狀況，擔心未能應付照顧工作。另外，因長時間照顧引致身心疲累，不便帶中風長者外出，又不放心獨留對方在家，亦是照顧者的壓力來源。

調查亦發現，近五成照顧者不會主動向家人求助，主要認為自己有能力應付。基督教家庭服務中心高級經理黃菊靜表示，照顧者遇到壓力時，應主動尋求他人幫助，容許自己擁有私人時間，做些自己喜歡的事，以平衡身心健康，而

其他家人平日亦應多留意和關心，必要主動作出幫助。

鄰里支援有助減壓

現年七十歲的陳太，丈夫八年前中風，一直以來需照顧丈夫的日常生活，處理大小便，「壓力真是很大」，幸獲鄰居幫忙。黃菊靜指，建立鄰里支援網絡有助減輕照顧者的壓力，例如組織鄰舍義工進行探訪等，期望政府能妥善規劃政策及增加配套設施，如分配公屋時讓中風長者與家人同區居住等。

記者 羅卓敏



七十歲的陳太表示，照顧中風丈夫的日常生活八年，「壓力真是很大」，幸獲鄰居幫忙。 羅卓敏攝

香港每年有近二萬五千人中風，大部分為長者。有調查發現，超過七成半的照顧中風患者的人士年過六十，大多擔心身體狀況未能繼續應付照顧工作，壓力甚大。調查機構建議照顧者主動求助，並給予自己私人時間，以平衡身心健康。

七成半照顧者年逾 60

基督教家庭服務中心於本年四月至七月期間，訪問八十七名中風長者的主要照顧者及五十名家人。調查發現，超過七成半主要照顧者年過六十，多為中風長者的伴侶，約六成照顧者的壓力來自自身的身體狀況，擔心未能應付照顧工作。另外，因長時間照顧引致身心疲累、不便帶中風長者外出，又不放心獨留對方在家，亦是照顧者的壓力來源。

調查亦發現，近五成照顧者不會主動向家人求助，主要認為自己有能力應付。基督教家庭服務中心高級經理黃菊靜表示，照顧者遇到壓力時，應主動尋求他人幫助，容許自己擁有私人時間，做些自己喜歡的事，以平衡身心健康，而其他家人平日亦應多留意和關心，必要主動作出幫助。

鄰里支援有助減壓

現年七十歲的陳太，丈夫八年前中風，一直以來需照顧丈夫的日常生活，處理大小便，「壓力真是很大」，幸獲鄰居幫忙。黃菊靜指，建立鄰里支援網絡有助減輕照顧者的壓力，例如組織



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk

傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

鄰舍義工進行探訪等，期望政府能妥善規劃政策及增加配套設施，如分配公屋時讓中風長者與家人同區居住等。

- 完 -



香港公益金會員機構
Member Agency of The Community Chest

Prepared by CAD-CU 20120803