



媒體報導

日期: 2019年11月11日 (星期一)
資料來源: 蘋果日報 — 港聞
標題: 體驗約束三小時 從業員: 生不如死 院舍支援自主生活 長者鬆綁拾尊嚴
參考網址: [請按此](#)

三 蘋果日報

家庭情懷 娛樂 兩岸 國際 財經 果籽 體育 總覽

體驗約束三小時 從業員: 生不如死 院舍支援自主生活 長者鬆綁拾尊嚴

更新時間: 2019-11-11 02:46

其實這個是一個培訓體驗活動

【本報訊】不約束、不卧床和不尿布，晚年生活自主，這種起源於日本的自立支援照顧模式，近年在台灣掀起革命，香港有院舍試行兩年，被綁長者大幅下降65%。惟自立支援在香港仍是起步階段，近日有社福機構舉辦培訓課程，36名安老業從業員被蒙眼、綁手、束腳，體驗三小時沒自主的生活，終明白長者晚年被綁，比起坐監更可憐，「真係冇乜人生樂趣，生不如死」。

記者：王家文

36名安老業從業員初嘗被約束的體驗，從而反思自立支援照顧的重要性。李家維攝

AppleDaily

學員分批坐在輪椅或躺在瑜伽墊，工作人員先為他們戴上眼罩，再用透明膠紙將雙手交叉綁，部份跟輪椅扶手綁在一起。雙腳也被約束，無法屈膝或伸直。開首半個鐘，學員阿簡不時擺動身體，磨擦背部，「我想郁少少，驚一陣會癲病」。另一學員Jason坐在輪椅上突然被推走，「都唔知咗邊，又冇溝通，有啲驚」。

不能動、不能喝、不能如廁，被約束接近三小時，始能解綁，學員譚潔霖忍不住流淚，「好唔開心，好似好辛苦、好絕望，冇乜辦法回復我本身可以好舒服、好自由活動嘅能力」。她是安老院院長，體會更深，「叻老人家就咁綁住，我覺得好慘、好辛苦，希望佢地唔會再被綁住」。

提倡不約束 不卧床 不尿布

36名學員來自23間社福機構，大多從事安老業，有社工、物理治療師和前線照顧員等。現職治療師助理的阿簡入行10多年，早年在安老院工作都要落手綁長者，最常用俗稱「波板糖」的約束手套，「綁完波板，再要綁咗度」。這次換轉自己被綁，行動受制，她形容比監倉更沒自由，反思很多，「雖然醫護上係安全啲（約束），但有唔啱人樂趣，係咪一定要咁做呢？」

培訓課程由基督教家庭服務中心主辦，服務總監羅彩榮表示，希望透過體驗培訓，把自立支援照顧模式帶進業界，提倡不約束、不卧床、不尿布，協助長者提升自主能力，「過自己想過嘅生活」。自立支援概念源於日本，近年台灣也推廣，她指前年從兩地取經後，便於機構轄下院舍義真苑試行，今年更擴展至長者日間中心。





勤運動 八旬婦棄輪椅代步

「坐輪椅要綁住梗係唔舒服啦。」80歲鄭婆婆前年入住養真苑，起初經常卧床，吃飯也要在床上，且不願走路，以輪椅代步。後來院方安排她參加自立支援先導計劃，每天坐椅2至6小時，鼓勵她多做運動。現時她每周健身兩次，又改用助行架走路，「喺家從房到飯堂，基本上都唔使人陪，自己行」。

養真苑院長林麗細說，試行計劃初期，前線照顧員和護士都擔心問責，「跌親邊個頂？」家屬也猶豫，「唔好搞咁多嘢」，但當成效漸見，管理層也放權執行，員工和家屬都開始接受，甚至主動建議合適的長者解綁。現時全院只17人需穿上手套、安全衣或防滑褲等約束物，較兩年前48人大幅減少65%。

她強調，自立支援非單純三不，需有配套實行，如長者半夜起床上厕所，容易跌倒，究其原因足雙腿乏力，故應加強其下肢訓練，「唔綁佢，就係等佢行多啲，多做運動」。她說，有長者一直想親身去櫃員機提款，但不良於行，鼓勵他多做運動後，近日終於成功，「佢真係好開心，自己起身放張卡入去，自己繳錢」。

林麗細不諱言，以前的模式是長者要等人照顧，但自立支援的目標是改善長者的自理能力，在晚年有尊嚴地生活，「佢哋做得到，就盡量畀佢做，做唔到，我哋就協助佢做得到」。唐彩瑩也說，過度依賴專業指導非最理想的長期照顧模式，現時還原基本，由改善飲水、吞嚥及走路等做起，把生活自主權交給長者，「如果要向呢個方向，今日就要改變」。



有院友因要插胃喉，故要戴手套束縛以防不慎拔喉。
AppleDaily



以前經常卧床的鄭婆婆，現時已經習慣用助行架走路。黃霞慶攝



長者晚年不一定要被綁架照顧，多做運動後，也可有自主的生活。
AppleDaily





不約束、不卧床和不尿布，晚年生活自主，這種起源於日本的自立支援照顧模式，近年在台灣掀起革命，香港有院舍試行兩年，被綁長者大幅下降 65%。惟自立支援在香港仍是起步階段，近日有社福機構舉辦培訓課程，36 名安老業從業員被蒙眼、綁手、束腳，體驗三小時沒自主的生活，終明白長者晚年被綁，比起坐監更可憐，「真係冇乜人生樂趣，生不如死」。

學員分批坐在輪椅或躺在瑜伽墊，工作人員先為他們戴上眼罩，再用透明膠紙將雙手交叉綑綁，部份跟輪椅扶手綁在一起。雙腿也被約束，無法屈膝或伸直。開首半個鐘，學員阿簡不時擺動身體，磨擦背部，「我想郁少少，驚一陣會痲痺」。另一學員 Jason 坐在輪椅上突然被推走，「都唔知喺邊，又有溝通，有啲驚」。

不能動、不能喝、不能如廁，被約束接近三小時，始能解綁，學員譚凌霖忍不住流淚，「好唔開心，好似好辛苦、好絕望，冇乜辦法回復我本身可以好舒服、好自由活動嘅能力」。她是安老院院長，體會更深，「啲老人家就咁樣綁住，我覺得好慘、好辛苦，希望佢哋唔會再被綁住」。

提倡不約束 不卧床 不尿布

36 名學員來自 23 間社福機構，大多從事安老業，有社工、物理治療師和前線照顧員等。現職治療師助理的阿簡入行 10 多年，早年在安老院工作都要落手綁長者，最常用俗稱「波板糖」的約束手套，「綁完波板，再要綁喺凳度」。這次換轉自己被綁，行動受制限，她形容比監倉更沒自由，反思很多，「雖然醫護上係安全啲（約束），但有晒人生樂趣，係咪一定要咁做呢？」

培訓課程由基督教家庭服務中心主辦，服務總監唐彩瑩表示，希望透過體驗培訓，把自立支援照顧模式帶進業界，提倡不約束、不卧床、不尿布，協助長者提升自主能力，「過自己想過嘅生活」。自立支援概念源於日本，近年台灣也推廣，她指前年從兩地取經後，便於機構轄下院舍養真苑試行，今年更擴展至長者日間中心。

勤運動 八旬婦棄輪椅代步

「坐輪椅要綁住梗係唔舒服啦。」80 歲鄭婆婆前年入住養真苑，起初經常卧床，吃飯也要在床上，且不願走路，以輪椅代步。後來院方安排她參加自立支援先導計劃，每天坐椅 2 至 6 小時，鼓勵她多做運動。現時她每周健身兩次，又改用助行架走路，「啲家從房到飯堂，基本上都唔使人陪，自己行」。

養真苑院長林麗鈿說，試行計劃初期，前線照顧員和護士都擔心問責，「跌親邊個預？」家屬也猶豫，「唔好搞咁多嘢」，但當成效漸見，管理層也放權執行，員工和家屬都開始接受，甚至主動建議合適的長者解綁。現時全院只 17 人需穿上手套、安全衣或防滑褲等約束物，較兩年前 48 人大幅減少 65%。





她強調，自立支援非單純三不，需有配套實行，如長者半夜起床上廁所，容易跌倒，究其原因，是雙腿乏力，故應加強其下肢訓練，「唔綁佢，就係等佢行多啲，多做運動」。她說，有長者一直想親身去櫃員機提款，但不良於行，鼓勵他多做運動後，近日終於成功，「佢真係好開心，自己起身放張卡入去，自己揸錢」。

林麗鈿不諱言，以前的模式是長者要等人照顧，但自立支援的目標是改善長者的自理能力，在晚年有尊嚴地生活，「佢咁做得到，就盡量畀佢做，做唔到，我哋就協助佢做得到」。唐彩瑩也說，過度依賴專業指導非最理想的長期照顧模式，現時還原基本，由改善飲水、吞嚥及走路等做起，把生活自主權交給長者，「如果要向呢個方向，今日就要改變」。

- 完 -

