

2020年 9月 中心通訊

編者的話

2020年相信是大家難忘的一年，由1月至今也戴著口罩，每天都留意著新聞有關香港及全世界的疫情進展及政策更新。日子不容易，抗疫之餘，也同時面對各種的逆境，希望各位會員及家屬也有強壯的身心靈處理。今期悅安心季刊會以新的A2版面出版，並有會員的生命故事精選推介，希望大家會喜歡，繼續跟悅安心保持連結！悅安心在此為各位會員及家屬打氣！祝願各人同心抗疫/逆，身體健康！

督印人：王超敏
主編：李新·陳麗華
編輯：悅安心各同工

印刷數量：300份

同工導向

恭喜廖子勤晉升社工II

恭喜黃培熹晉升保健員

單位內部轉職同工：



黃玉霞轉職復康照顧員

並歡迎以下新同工到職：

社工：



社工III: 陳景昆

護理部：



護理主任: 黃慈萍



註冊護士: 江嘉慧



登記護士: 張桂瑩

治療師：



保健員: 劉楚翹



職業治療師: 賴競品



物理治療師II: 林君豪



言語治療師: 何詠恩

行政及前線同工：



高級文員: 趙子辛



行政及營運助理: 陳玉芳



服務助理: 鄭瑞碧



復康照顧員: 劉玉芳



復康照顧員: 趙偉平

離職同工：黃言棋、蘇洛汶、鍾瑋、曾萍萍、蔡正慧、倪凱恩

前程似錦

生命故事<安馬順娜女士> 1/2

「年紀大了，甚麼事都看過。做人簡單便是最好。」聽着安馬順娜女士(下稱:安馬女士)娓娓道來。經歷過人生的高低起伏，現在回想生活簡單就是最美。

<初見面>

回想起初認識安馬女士是在一間私營老人院。因身體的殘疾，下肢癱瘓不能行動，每天只能坐在床上，間中才能由職員推出大廳看電視。生活離不開床和廳。有時靜下來會胡思亂想，一份孤獨與失落的心情湧上心頭。「家中無人照顧，怎能回家呢？」這疑問在心中一直縈繞着。

<回家夢>

自使用悅安心服務後，安馬女士說出最大的心願:回家居住。為了達成她的心願，同工們協助建構計劃，包括:家居環境改裝、添置復康用具、復康運動等，以助完成目標，協助其居家自理。例如:加設門口斜台、改裝廁所門口、購買並教導使用電動輪椅、床與輪椅間轉移技巧等。經過數月的協助，事就這樣成了。

<在家好>

安馬女士回到家中精神煥發，散發着滿足的喜悅與感恩。自有了電動輪椅後，可自行駕駛自主出入，不用再靠別人，感覺世界變大了。配合服務支援生活需要:沖涼、護送、外出購買日常用品、護理、復康訓練等。雖然家中傢俱簡樸，但沒既定的院舍式時間表，生活即使簡單自然，卻能呼吸着自由的空氣，實現自主生活。

生命故事<安馬順娜女士> 2/2

<同路情>

安馬女士最喜歡的活動，便是滾球與飲茶。在活動中相識了多位服務使用者成為同路人。現時常互相聯絡，相約去街，探索這個花花世界。閒時互相分享生活瑣事，逛遍大大小小的商場，採購價廉物美的貨品，友情不知不覺間建立起來。

<再重聚>

過往因事而誤會，安馬女士與子女停止了聯絡。在某個晚上，突然想及子女，心裡實是掛念，鼓起勇氣致電給女兒。女兒接過電話後，互相細訴，一切冰釋前嫌，多年不見重逢時，大家相擁而泣。自此後逐一與子女們見面，更發現原來自己已成了外婆，有幾位活潑可愛的乖孫兒女，心中的喜悅難以筆墨形容。能跨出第一步，順着自己心意而行，生命的改變便隨即展開。現時每週末女兒都會來探望，安馬女士會煮拿手的泰國菜與家人一同享用。看見孫兒們吃得津津有味，倍感自豪。

<共勉勵>

最後，安馬女士想向大家說:「生活簡單便是最好，不需為長遠的未來打算而擔憂，享受今天便是最好的生活。」這讓筆者想起聖經馬太福音6:34:「所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」

祝願各位珍惜今天，珍惜自己，珍惜所愛的人!



服務素質標準 9 預防傳染病(呼吸道感染) 守則(按照衛生防護中心指引)。

目的：確保服務使用者及同工免受傳染，出現集體感染而導致傳染病在服務單位/社區內爆發。

定義：傳染病是指一些具傳播性的疾病。傳染病是由於病原體入侵人體繁殖或產生的毒素，破壞身體細胞及其功能所致，嚴重時會引致死亡。

常見呼吸道傳染病：

疾病種類	傳染途徑	病徵
1. 上呼吸道感染 (如傷風、感冒)	<ul style="list-style-type: none"> 飛沫 染有病原體的手接觸口鼻黏膜 	發燒、疲倦、咳嗽、打噴嚏、流鼻涕、喉嚨痛、肌肉痛
2. 下呼吸道感染 (如急性支氣管炎、肺炎)		發燒、疲倦、咳嗽、濃痰、痰中帶血、氣促

I. 預防傳染病原則：

- ★ 徹底消毒，把病原微生物殺絕
- ★ 病者及早接受觀察、隔離及治療
- ★ 注意環境、個人及食物衛生，採取有效感染控制措施，以防被病原體感染
- ★ 增加個人的抵抗力，接受免疫注射

II. 預防傳染病的一般指引：

保持個人衛生

用正確的方法洗手是預防傳染病的首要條件。

環境衛生

- 每天以1:99稀釋家用漂白水清潔家居物品，其後用清水揩抹及抹乾
- 確保室內空氣流通
- 定期清洗冷氣機隔塵網

廁所及浴室清潔

- 保持排水口及喉管正常運作，最少每星期一次把約半公升清水倒進每個地台排水口，以防止臭氣和昆蟲進入中心內
- 確保排水口及喉管沒有滲漏或阻塞，如隔氣彎管有損毀或排水口發出臭味，應立即維修

增強身體抵抗力及接受流感防疫注射

- 維持均衡的飲食習慣。
- 有足夠的休息和睡眠。
- 適量的運動和不吸煙。
- 並且要注意個人、食物和環境衛生。

言語治療知多少

言語治療師的工作是為有語言溝通障礙或有吞嚥困難的人士提供評估、診斷以及治療，並且提供改善理解、表達、聲線、咀嚼、吞嚥能力等訓練。服務對象涵蓋幼兒、青少年、腦部損傷患者、智障人士以及長者。

吞嚥困難的常見成因和徵狀

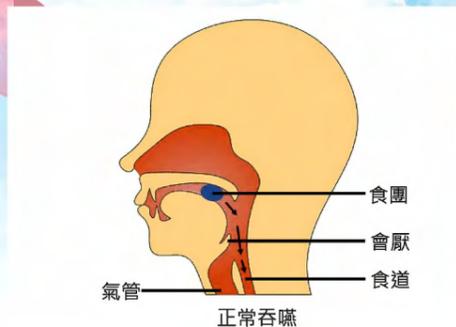
吞嚥困難不是長者獨有的問題，事實上，中風、頭頸癌、腦損傷、帕金森症、認知障礙症等病患者均有吞嚥困難的風險。若流質流入氣管（亦即俗稱的「落錯格」），便有機會引致吸入性肺炎。

吞嚥困難的徵狀如下：

- 進食時或進食後咳嗽、氣喘、清喉嚨或有痰聲
- 食物殘留在口腔或喉嚨內
- 需要較長時間及費力地咀嚼或吞嚥
- 重覆性肺炎
- 無力地咳嗽
- 常流口水



若患者有吞嚥困難，經評估後，言語治療師會調校食物和液體的稀厚度及質感，提供一些口肌吞嚥訓練或選擇適合的食具，以協助患者較安全及容易地進食。



正常吞嚥



吞嚥哽塞 (落錯格)

殘疾人士健體計劃 (普及健體操)



如欲查詢有關「普及健體運動」的資料，請致電康樂及文化事務署(康文署) 二十四小時客務熱線：2414 5555
瀏覽康文署網頁：www.lcsd.gov.hk/tc/healthy。



社區資源



醫管局轄下指定 17 間公立醫院的專科門診病人經核實資格後，可在指定的香港萬寧分店取藥。

- 萬寧收取港幣\$50作為取藥及藥劑服務之費用。
- 詳情請帶同醫院覆診紙/覆配處方，到設有藥劑師的萬寧分店查詢。

致萬寧藥劑師熱線：☎ 2299-3333。

網頁：🌐 https://www.manning.com.hk/promo/mcp?lang=zh_TW

防疫湯水



沙參百合羅漢果瘦肉湯

資料來源 a website of ESD Services Limited

材料：北沙參20克、百合15克、羅漢果半個、枇杷葉12克、陳皮6克、瘦肉適量（2至4人份量）製法：先將瘦肉切開洗淨汆水，其餘材料洗淨。將所有材料放入鍋中加水，先用大火煮沸，再轉小火煮兩小時，調味後即可。每周2-3次。功效：清熱潤肺 注意：感冒期間，或喉嚨痕癢者忌用。

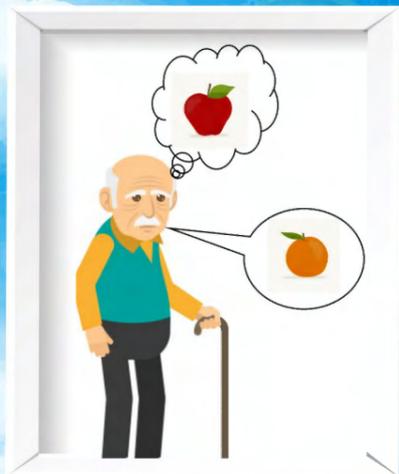


溝通障礙的成因和徵狀

成人的溝通障礙可包括失語症、構音障礙、口吃和聲線障礙等。而中風康復者、智障人士、帕金森症患者、智障人士、肌萎縮性脊髓側索硬化症患者等因腦部缺損或會有不同程度的溝通困難。

溝通障礙的徵狀如下：

- 無法理解別人說話
- 不能用說話或文字表達自己
- 忘記怎樣稱呼各種物件和人名，無法將物件及其名稱串連起來
- 大腦的語言區因中風而受損，失去了原有的讀寫能力
- 因口部肌肉無力或無法協調，導致無法正常發音，口齒不清



言語治療師會制定個人化復康計劃，設計貼合生活需要的訓練材料，提升表達理解的能力，提高生活素質。例如透過一同分析物件的語義特徵，加深失語症患者對該物件的印象，減少找字困難。同時，治療師亦會教導照顧者如何與康復者溝通，從而減少發生溝通障礙的情況。例如對於一些理解、表達能力較弱的患者，家人應放慢說話速度，讓患者容易聽得明；同時多以選擇題（你想飲水定食飯？）、是非題（你係唔係想飲水啊？）的形式與患者溝通，減少開放性問題（你想要乜野？），讓康復者更容易表達自己的想法和意願。



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

悦安心
嚴重殘疾人士家居照顧服務

注意事項及拒收通知書:

歡迎提供意見:

本單位致力提供完善及優質服務，閣下的寶貴意見對我們相當重要。如對服務有任何意見或投訴，歡迎致電，親臨中心或透過書面將閣下的意見投放於中心內的意見箱，以便跟進。

中心地址:

九龍觀塘順利邨利富樓 2 樓 113-115 室

Units 113-115, 2/F, Lee Foo House, Shun Lee Estate, Kwun Tong, Kowloon

電話 Tel: 3996 8515 傳真 Fax: 39968514

電郵 Email: rhc@cfsc.org.hk



注意事項:

基督教家庭服務中心將運用閣下的個人資料作通訊、籌募、活動推廣、義工招募及收集意見之用途。有關資料將受到嚴格保密，並儲存於安全的內部系統。本會循此途徑收集之個人資料，除作上述用途之外，將不會以任何形式出售、租借及轉讓予任何人士或組織。

如閣下反對本會將閣下的個人資料作上述用途，請致電 3996 8515 或電郵至 rhc@cfsc.org.hk 聯絡本單位。在未有收到閣下通知反對使用閣下的個人資料作上述的用途前，本會將假設閣下不反對本會繼續使用閣下的個人資料作上述之用，直至本會接獲閣下的另行通知為止。

拒收通知書:

本人不同意基督教家庭服務中心使用我的個人資料作上述用途。

(請在空格加上“X”以表示反對)

姓名(全寫):

簽署:

聯絡電話:

日期:



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

悦安心
嚴重殘疾人士家居照顧服務

單位開放時間:

單位開放時間:

星期一至六

早上 8 時至下午 6 時 (逢星期日及公眾假期休息)

如非開放時間需要服務，可與中心員工商討適當之安排

新增服務:

言語治療師服務 (2020 年 7 月開展)，每節 45 分鐘 / 52 元。
相關訓練會按言語治療師評估後決定，詳情請參閱季刊內文『言語治療』部分。



接載服務

每程 10 元

積極採購中，容後公佈細則，
敬請期待。

颱風及暴風服務安排:

颱風訊號 / 暴雨警告訊號 室內活動 戶外活動 上門服務

一號風球	黃色暴雨警告	✓		✓
三號風球	紅色暴雨警告			✓
八號風球	黑色暴雨警告	✗		✗
或以上	黑色暴雨警告	✗		✗
雷暴警告	酷熱/寒冷天氣警告			

若於服務前 2 小時發出八號颱風 / 黑色暴雨警告訊號，服務將會暫停。

若除下八號颱風 / 黑色暴雨警告訊號後 3 小時，服務照常運作。

將視乎天氣，在活動前至少 2 小時通知活動會否延期或取消。