



貼心社區支援不可少

基督教家庭服務中心近年推展「賽馬會友『伴』同盟護老者支援計劃」，見證許多照顧個案，服務總監（長者照顧一家居及社區照顧）唐彩瑩指出，在他們的個案中，有四成多從未接觸社會服務，照顧者已支撐得很辛苦，尤其以老護老的一群，照顧者自身年老體弱，或被照顧者行動不便，甚至有認知障礙症等疾病，照顧工作就更為艱難。

「這些高危護老者全天候無休地照顧家人，毫無依靠，壓力很大，有的出現抑鬱徵狀，已到臨界點，如再遇到突如其來的衝擊，很可能釀成悲劇，故有必要提供適切的社會支援。」



唐彩瑩說。

有位年過九十的婆婆，由七十歲的兒子照顧，唯兒子右手腕有舊患，發軟無力，令扶抱

動作格外困難，每天扶抱母親起床三次吃飯已是極限，哪怕再多一次，他也做不到。再者，母親有吞嚥困難，兒子每天為她買白粥裹腹，但份量和營養不足，婆婆非常消瘦，肌肉流失，也更加無力，增加照護難度。

「替假護老者」 緩重擔

社工嘗試逐步對接合適的服務給婆婆，例如提供家居服務、送飯、醫療護理及用品設備等，輔助兒子更好地照顧母親，並且安排「替假護老者」在有需要時幫忙照顧李婆婆，讓兒子終於有一點喘息的機會。如今兒子也開始學習烹調有營養的餐膳，希望母親能吃得更健康，生活更開心。

唐彩瑩指出，長者和照顧者許多時候需要緊急支援，但並非一定是那些高照護程度的服務，可能只是短暫看管、陪診、幫忙買菜和日用品，甚至與他們閒話家常，給予照顧者一點喘息空間。社區上也有不少有心人能夠提供協助，關鍵在於能否有效地動員社區持份者，而不同服務之間的協調和轉介也要做得更完善。

唐彩瑩：「社區上有不少有心人能夠為長者及照顧者提供支援。」