

照顧者喘息需要研究

核心議題

十多年以來，照顧者議題通過不同的研究、意見書漸走入政策制定者的視線，對照顧者身份的確立已逐漸被提上議程，以訂立照顧者為本的新型服務，可見社會開始思考如何建立以照顧者為本的政策及服務模式。要提供以照顧者為本的支援，對照顧者身心狀況和需要有一個清晰的了解十分重要。

研究的重要性

根據不同調查中綜合的數字，估計現時社會上有超過 112 萬名長者及殘疾人士照顧者。近年不同團體的照顧者研究發現，他們的健康和生活質量評估較差；本研究冀通過了解照顧工作為照顧者帶來的影響、照顧者的閒暇時間分配以及不能獲得喘息的困難，探討照顧者的真正需要。

研究目的

本研究的目的包括：(1) 了解長者及殘疾人士照顧者（包括殘疾學前和學齡兒童的照顧者）在照顧責任下的身心狀況以及尋求喘息空間的需要和得到的支援；(2) 探討如何改善現有服務；(3) 就發展創新的支援模式提出相關建議。

研究方法

研究於 2021 年 2 月 8 日至 2021 年 3 月 31 日進行，並在 2021 年 7 月發佈。期間採用任意抽樣(convenience sampling)的方法發放邀請信到相關的服務平台，邀請照顧者參與填寫。研究共收集到 719 位受訪者回應，分別 58%、25.3%和 16.7%的受訪者通過自填網上問卷調查、照顧者登記預約電話訪問和訪問員到訪服務中心直接進行問卷調查的形式進行問卷調查。

聯絡資料

姓名：馮碧琪女士（政策研究及倡議主任）

電話：2876 2435 becky.fung@hkcss.org.hk

重點實證觀察

●●●

- 是次研究的受訪者平均每天只有 6.6 小時的睡眠時間和 2.6 小時的閒暇活動，他們對日常生活的時間分配滿意度只有 27.9%，遠少於一般市民；有 46.8%每星期照顧時數更達 71 小時以上。照顧者缺乏喘息空間，導致身心俱疲。
- 通過受訪照顧者填寫的照顧者生活質量量表發現，整體來說照顧者壓力大但支援少，其中 35-54 歲的照顧者的狀況最差。
- 超過七成的受訪者難以暫時離開照顧職責；超過一半受訪者認為是因為無法得到現有服務支援所以無法暫時離開。
- 受訪者對各種喘息服務均有一定需求，其中暫托服務、集體喘息活動和同路人小組需求較高。除了正規服務，社區支援是讓照顧者喘息的重要力量。
- 研究就此結果提出四個建議（1）加強社區及家庭支援照顧者；（2）辨識高危照顧者家庭；（3）加強暫托服務；（4）訂立「照顧者為本」照顧者政策。



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest