

香港中文大學那打素護理學院

「流金頌」培訓計劃

CTP005 — 社區及院舍的長者照顧

非正規及家庭照顧者培訓工作坊 (二)

從社區至院舍 ·

協助長者與護老者之協調及適應



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

內容大要 (第二課)

- 了解長者入住安老院舍的原因
- 長者入住院舍後之心社靈的轉變



人往安老院

入住安老院

空巢

身體轉差

長者的意願

照顧者的限制

喪偶

入住安老院

- 是長者最普遍的恐懼之一



- 社會普遍認為入住安老院象徵 “最終的失敗” --- **(謬誤)**

入住安老院舍的原因

起居生活需
由他人協助

親友無法
提供照顧

入住安老院舍
的原因

與親友關係不和諧

親友經常外出
或在外地

入住安老院舍的原因

1. 起居生活必須他人的協助

- 因身體機能老化衰退
- 慢性疾病帶來的影響
- 無法自行處理起居生活，如煮食、購物、清洗個人衣物、按時服藥、淋浴

入住安老院舍的原因

2. 親友無法提供所需的照顧或與親友關係日趨惡化

- 親友未能提供悉心的照顧
- 長者需要護理照顧
- 而自己的體力及經濟能力未能負擔

入住安老院舍的原因

3. 親友必須外出謀生或移居外地

- 雙職夫婦家庭 → 經常外出 → 無暇提供照顧
- 親友移居外地，不想獨留長者在家中

入住安老院舍的原因

其他因素：

- 長者無親無故，而身體日漸轉弱



入住安老院的抉擇

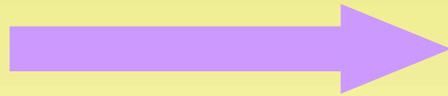
入住安老院的抉擇

1. 自主或依賴的抉擇



入住安老院的抉擇

- 自主或依賴的抉擇
 - 若長者不能接受入住安老院



身體狀況、心理健康、生活質素都會受影響



入住安老院的抉擇

- 長者自主或依賴的抉擇
 - 幫助長者明白生命就是彼此依靠和幫助。人在不同的階段中都以不同的方式體現這道理。
 - 兒時：必需依靠父母才能成長
 - 青年：與社會各行各業互相依賴才能生存
 - 晚年：依靠別人料理



入住安老院的抉擇

2. 孝義、面子或生計的抉擇



不孝



入住安老院的抉擇

3. 遠或近的抉擇

- 選擇較近原居處或親友之居所
- 切勿只單為輪候較近的宿位，而忽略長者的護理需要
- 獨居長者應選擇最快可安排入住的院舍



入住安老院的抉擇

4. 資助或私營院舍

- 經濟條件許可，可申請私營院舍
- 否則，可申請資助院舍或買位的院舍



入住安老院的抉擇

5. 以質素為先的選擇

- 搜集資料
- 參觀



入住安老院的轉變

居住環境

生活模式

人際網絡



社交圈子

入住安老院的反應



入住安老院的反應

長者及家人的反應是取決於

抉擇入住
安老院的
過程

對入住安
老院的理
解

家庭因素

入住安老院的反應

- 學者把入住安老院分作四種不同的選擇

正面的選擇

理性的選擇

丟臉的選擇

既成事實
的選擇

入住安老院的反應

- 正面的選擇
 - 最理想的選擇
 - 長者主動的參與
 - 長者決定何時何地
 - 長者有其他的選擇



入住安老院的反應

- 理性的選擇 Rationalized alternative
 - 不是最理想
 - 但認同為最合理的選擇
 - 長者的參與較「正面的選擇」少



入住安老院的反應

- 丟臉的選擇 **Discredited option**
 - 很急的決定
 - 沒有計劃的
 - 長者從沒預計的



入住安老院的反應

- 既成事實的選擇 **Fait accompli**
 - 最差的選擇
 - 長者完全不應同的抉擇
 - 只是迫於無奈地接受



四個正面入住安老院的要素

四大要素

預料

Anticipation

資料

Information

參與

Participation

探查

Exploration

長者入住院舍後之心社靈轉變

長者入住院舍後之轉變



- 重新安置與環保改變

負面的改變：

- 長者從熟悉的環境或不情願的狀況下或完全沒有準備下遷入院舍，會覺得生活失去常規、混亂和抑鬱
- 因為生活秩序改變，長者需要作出調整

長者入住院舍後之轉變



- 重新安置與環保改變

正面的改變：

- 改變環境後增加長者的能力及正面的行為表現
- 因在院舍中得到足夠的照顧
- 與院友的朋輩關係建立，啟發其改變及成長

長者入住院舍後之轉變

- 院舍化

- 對日常生活的控制力減弱：

日常活動已被院舍安排，與院友一起參加活動、進餐、運動、睡覺等

長者入住院舍後之轉變

- 院舍化

- 自我身分與角色喪失

院舍的日常活動與其他院友一起進行，受到的對待與其他院友類似，集體生活欠缺靈活性及個性

長者入住院舍後之轉變

- 院舍化

- 自我身分與角色喪失

院舍的日常活動與其他院友一起進行，受到的對待與其他院友類似，集體生活欠缺靈活性及個性

長者入住院舍後之轉變

- 非個別化對待
 - 不准帶太多私人物品
 - 入院時要放棄很多具有個人意義的紀念品
 - 共用房間，失去私隱

長者入住院舍後之轉變

- 院舍化

- 與外界交往減少

入住院舍後，多數留在院舍中，尤以行仗動不便的長者，與院舍以外的人接觸甚少，增加與社會隔膜。

長者入住院舍後之轉變

- 感覺羞辱和沒有自尊
 - 當長者失去生活上的角色及減少與其他人交往的時候，在與職員接觸時會感到羞辱及自卑。

長者入住院舍後之轉變

- 掩飾自己對事件的想法及感受
 - 因缺乏私隱和住院照顧的局限，長者會較收藏內心的感受

長者入住院舍後之轉變

- 「想像」與「現實」不附
 - 名院效應
 - 街坊的口碑效應

長者入住院舍後之轉變

- 提供生活上的安全網
 - 優良的居住環境
 - 醫護照顧
 - 足夠的經濟支援，為長者提供生活保障
 - 應付基本生活上所需
 - 為長者的安居之所

長者入住院舍後之轉變

- 與家庭成員的緩衝區
 - 所謂「相見好，同住難」
 - 長者入住院舍後減少了與家人的磨擦
 - 改善與家人的關係
 - 雙方肯作出寬恕接納的態度

長者入住院舍後之轉變

- 頤養天年的家
 - 退休後，選擇過些悠閒安穩，與世無爭的日子
 - 院舍是其理想的休息之所

長者入住院舍後之轉變

- 展開新生活的小社區
 - 長者於年青時為生活奔波，錯失了個人進修機會，社區活動參與，建立人際關係等機會
 - 透過院舍這小社區來完成心願，創造新生活

長者入住院舍後之轉變

- 院舍群體生活有「得」有「失」：
 - 認識院舍的職員
 - 認識數百位院舍的新朋友
 - 與他人同住，共用同一房間
 - 院友生活習慣不同
 - 院舍集體生活的模式，如定時的作息、進食、活動時間表；講求紀律和自律，喜歡煲電話粥、飲酒、吸煙、隨地吐痰、不理個人衛生、粗言穢語、日夜顛倒等的個人特殊生活習慣

長者入住院舍後之轉變

- 院舍群體生活有「得」有「失」
 - 「得」的：適切的照顧、關懷、接納、支援。
 - 院舍生活，就是在這「失」與「得」中取得平衡而運作。
 - 「愛自己也顧別人」，正是愉快院舍生活的哲學。

長者入住院舍後之轉變

- 摒除「養兒防老」的傳統觀念
 - 為長者適應院舍生活的一種心理障礙
 - 不少長者視入住老人院為遭兒孫拋棄的後果
 - 在去留之間反反覆覆，待最後決定入住時，便有「被逼」入院的感覺
 - 入住後，便在院舍與兒女家兩邊跑，不但未能投入院舍的大家庭生活，
 - 懷著遭家人拋棄，不甘心住院的心結，以致妨礙與其他院友建立關係，及享受院舍生活的樂趣。

長者入住院舍後之轉變

- 長者需要特別大的支持
 - 給予輔導及支持
 - 多了解其住院後之所遇到的問題及其需要

長者入住院舍後之轉變

- 自我價值的重建和發展

- 長者入住院舍後很難有一個很強的自我價，因為院舍已為長者安排日常一切所需

- 幫助長者重建自信及自尊，發展其潛質，如做義工、長者自務組織、多給予嘉許和鼓勵

長者入住院舍後之轉變

- 保持長者與其家人之緊密關係
 - 長者在入住院舍後在地理環境上與家人分開
 - 長者與家人保持緊密的聯繫，如探望長者、到公園散步、到酒樓飲茶、一起參加院舍舉辦的活動
 - 長者得到家人的關懷，適應會較佳

選擇安老院舍小貼士



選擇安老院



- 眼到：

- 親身參觀環境設施、衛生情況、所在地點的裝修和保養、餐單和膳食、活動情況、長者儀容、院友及員工間的溝通、院舍氣氛、照顧及護理方式。



- 耳到：

- 聆聽外間評語、住客與員工對話和語調、院舍員工的交談和對話。

選擇安老院

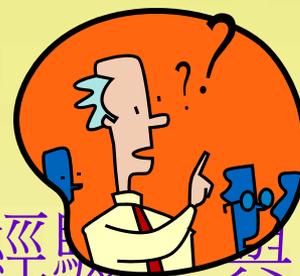


- 鼻到：

- 院內房間、洗手間、走廊及廚房是否有異味。

- 口到：

- 訪問院友及家人的意見及經驗與員工交談以了解服務及收費詳情、查詢院友對食物質素及數量的意見、趁用膳時間探訪以了解食物的質素。



選擇安老院

- 手到：
 - 索取有關資料單張、接觸院舍的傢俬及用品、索取一份餐單。



適應院舍生活小錦囊



關注問題 (1)

離開熟悉的環境，感到缺乏安全感，未知能否適應？

關注問題 (1)



長者方面

1. 入住院舍之前，可親身到院舍參觀，以瞭解院舍的生活環境、設備和日常起居情況等，預先有一個概念，幫助適應，以減輕憂慮。
2. 應打開心窗，和家人、朋友、社工傾談心中的憂慮。
3. 多點想想入住院舍的好處，如可多認識新朋友，有妥善的照顧，可享受休閒的生活。

關注問題 (1)

家人方面

- 親友可多與長者談及入住院舍的生活，多關注長者的憂慮。
- 家人親友可陪同長者親到院舍，一方面可多瞭解長者未來的生活情況，另一方面亦會讓長者感受到家人親友的支持和關心。
- 如家人能答應日後會定期探訪或聯絡，定能提高長者的安全感。



適應院舍生活小錦囊



關注問題 (2)

需要改變一向的生活模式和習慣，又要與院友共同生活，又要遵守院舍規則和生活程序，怕難適應？

關注問題 (2)

長者方面

- 入院初期，多數長者均有一段短時間的適應期，這是正常現象，不用過份擔心。
- 入院後，長者可主動與人交往，擴闊朋友圈子和投入院舍生活，大家多點體諒，多點關懷。
- 若有適應困難或不開心，長者應主動找職員、親友或社工傾訴、尋求協助。



關注問題 (2)

家人方面

- 親友宜鼓勵長者多參與院內活動和認識其他院友。
- 定期探訪或電話慰問，協助長者渡過適應期。
- 多和院舍員工溝通，了解長者在院舍的適應和生活情況。



小結

- 入住安老院晚年的重要生活事件
- 需要長者在身心社靈各方面的適應
- 對家人亦有很多情緒上的影響及適應
- 週詳的計劃、坦誠的溝通對於長者及家人的適應是很重要的。

多謝各位參與