



# 香港明愛 安老服務 明愛富東苑

地址：東涌富東邨東盛樓地下

電話：2109 3302 傳真：2109 3588



## 嶼樂耆康

2020年10月 第56期

### 編者的話

新型冠狀病毒疫情自年初開始蔓延至今，相信令不少香港市民都措手不及，既要時刻追蹤疫情的最新進展，又要擔心防疫物資是否足夠以及平日出外的限制等等，當中實在面對不少壓力和挑戰。富東苑自疫情開始便積極加強防疫措施，包括分層進行社康活動、安排家人視像會面、院友分時段用膳、飯桌增設透明膠板等，以保障院友們的健康。再次感謝各院友和家人一直以來配合和體諒院舍的感控措施，我們相信疫情總會有完結的一天，期望大家能繼續保持防疫意識，時刻注意個人和環境衛生，祝願大家健康平安，萬眾一心抗擊疫情！

### 目錄

編者的話	P.1
院舍資訊	P.2-5
健康專題	P.6-7
護送天使在富東	P.8
抗疫小知識	P.9
活動花絮	P.10
服務質素標準	P.11
服務意見欄	P.12

督印人：院長何少敏

編輯成員：富東苑社康組、  
通訊院友義工

印刷數量：150份

印刷日期：2020年10月



# 院舍新資訊



## 職業治療新設備

本院職業治療部門於近月添置了「Smart Pegboard」智能上肢及認知訓練系統，系統結合聲光刺激的訓練模組，藉由多樣化的模組套件，與院友進行注意力、記憶力、協調力、反應力等訓練，有效減緩長者的認知衰退，並適用於本院患有不同程度的認知障礙症院友。



## 富東減廢大行動



為減少院舍固體廢物、實踐節約環保理念，富東苑於去年 9 月至今年 3 月參與了由明愛安老服務舉辦「綠·惜亮點計劃」，透過檢視及整合院舍垃圾之類型，從中篩選可減少或可循環再造的廢物，並擬定一系列減廢方案，計劃內容包括：

### 減廢計劃取得大成功!

院舍實行減廢行動取得正面成效，包括於回收活動中共有 60 公斤紙張被回收、廚餘減幅已超過五成、加裝乾手機有效減少抹手紙之消耗等等。最後，本院更獲得最佳「綠·惜亮點計劃」季軍，未來本院會繼續以上行動，期望能為保護環境盡一份心力。



實施減少廚餘方案



院舍廚餘轉交屋邨花匠用作花園內泥土施肥之用



參與屋邨資源回收行動





# 廚房運水煙罩改善工程

為改善本院廚房通風及噪音問題，廚房於七月份進行了運水煙罩改善工程，而為免影響膳食供應，工程被安排在一連三日的下午進行。期間廚房因不能使用運水煙罩，廚師們為了院友及職員的餐膳，默默忍耐在高溫環境下煮食，導致大汗淋漓。幸好，工程完結後，廚房的通風較之前有明顯改善，廚師們的辛勞付出總算獲得美好的回報。此外，過去因運水煙罩運作不良所引致的噪音問題亦在今次工程後得到解決。



## 燉品新推介

本院廚房每月都會提供兩款燉品供院友選購，今年我們增加了以下多款新燉品菜單，期望更能滿足院友的味覺。如有意訂購，可向本院福利工作員查詢詳情：



當歸紅棗排骨

沙蔘玉竹雪耳燉瘦肉

紅棗百合桂圓燉雪耳

藥膳牛蒡排骨

龍脷葉沙蔘無花果燉豬展

蘋果雪梨燉桃膠

山藥蓮子紅棗排骨

首烏雙棗排骨

桃膠燉鮮奶

海底椰麥冬川貝燉瘦肉

紅棗椰子燉雞

桂花燉雪梨

猴頭菇螺片燉瘦肉

淮山枸杞燉烏雞

川貝百合燉雪梨

蘋果雪梨百合燉瘦肉

蟲草花無花果燉雞

羅漢果燉雪梨

花旗蔘無花果燉瘦肉

紅棗北芪黨參燉雞

南瓜牛奶燉燕窩



# 大裝修開始了



富東苑於一九九九年開院，今已廿一年。雖然整體保養尚算得宜，但歲月有功仍略顯陳舊。為改善院友的住宿環境及護理設施，院舍大約 5 年前已經開始向社署申請大整修撥款。

在今年四月終獲社署批准，並於六月份開始進行大裝修！是次大裝修包括天花及牆身油漆、地板更換、廁所防水，及其他改善工程。考慮各因素後，裝修分六個階段進行，需時約一年半。

第一、二期：地下康樂區及  
辦公室為主



第三期：2樓 A 翼及 B 翼為主  
(2樓飯堂及女院友房間)

第四期：2樓 C 翼及 D 翼為主  
(電視室及男院友房間)

第五期、六期：1樓  
參照第三、四期安排



# 第一、第二期工程花絮



是次裝修以天花牆身油漆及更換地板為主

第三期工程安排：預計十月中開始，屆時 2 樓女院友  
將會暫遷至地下或 1 樓居住至完成第四期工程

(預計 2021 年 4 月完結)

## 家人可協助：

1. 因地方有限，每名院友只有一個衣櫃放置個人物品，故鼓勵家人取走過季衣物
2. 鼓勵家人取走院友貴重物品
3. 家人可於裝修期間帶院友回家渡假





# 健康專題

## 鼻胃管餵飼

副院長 李穎儀姑娘

對於院舍內一班寶貝長者應否使用鼻胃管相信一直是許多家屬掙扎的議題。鼻胃管院友的照顧? 使用鼻胃管能夠提供足夠營養予院友? 是否不能再次用口進食? 透過健康專題的介紹，期望能一一解答家屬的疑問。

### 甚麼是鼻胃管？

鼻胃管是一條從鼻孔進入，經過咽喉進到胃部的透明塑膠管。以灌食流質食物的方式，為長者提供適當的熱量、營養與藥物。

### 何時需使用鼻胃管餵飼？

當長者病情發展至晚期，體弱、昏迷、手術後的長者、或患有認知障礙症長者身體的各項機能逐漸衰退，很大可能出現吞嚥困難的問題，而當中部分長者已不懂得表達自身的生活需要，例如失去饑餓的感覺或對食物失去興趣，因此常有哽塞或因拒絕進食而導致脫水和營養不良等情況。這個時候，醫護人員需與家屬照顧者商討一些適合的進食方法，包括使用鼻胃管餵飼長者。





## 由何人決定使用鼻胃管餵飼？

一般會經由醫院言語治療師作出評估後，並透過主診醫生跟家人相議後再決定長者是否有需要導入鼻胃管，而本院護士則會協助院友定期換管。

現時，本院院友均使用矽質鼻胃管 (Silicon)，平均一個月更換鼻胃管 1 次，護士每星期亦會更換固定鼻胃管的透氣膠布。

## 鼻胃管的口腔清潔

使用鼻胃管的長者，因為不用口進食，口腔內無經由食物引起分泌唾液的過程，而變得非常之乾涸，容易造成潰爛，保持口腔內濕潤和定時進行口腔護理是不容忽視。

院舍同工一般在餐後會使用口腔棉花棒為鼻胃管院友進行口腔清潔。如院友有參與院舍雜費套餐計劃，同事會使用洗口棒協助清潔。市面上有不同包裝、口味的潔口棒，家人如有興趣亦可自購予院友。

## 可否有機會會脫離胃喉由口進食？

長者使用鼻胃管後仍有機會回復由口進食，本院過往亦有院友實例，但需取決於長者當初使用鼻胃管之原因。

一般而言，如長者因疾病或手術過後而出現吞嚥困難，進行適當治療或康復後，經言語治療師評估，有可能能脫離胃喉。如長者因年邁，口肌出現退化造成吞嚥障礙，包括咀嚼困難、氣哽(侷稱落錯隔)、食物阻塞引致窒息、食道收窄導致食物無法到達胃部等，或有行為進食問題，例如患有認知障礙症院友拒絕進食、吐出食物、忘記進食、甚至失去對食物的認知等，以上情況均是長者老化所造成，故有持續使用鼻胃管需要。

# 用心服務

## 富東護送天使



社工 周頌恩姑娘

院舍長者均需要定期到醫院覆診，大部分院友因自身健康狀況、認知或活動能力衰退而未能自行前往，故院舍鼓勵親屬親自護送院友覆診。如家人事務繁忙，無法於日間陪同覆診，家人可透過本院轉介購買陪診服務。陪診員李靜儀女士長期與本院合作，協助陪同院友前往覆診或外出處理事情。究竟她為何有志加入本服務？是甚麼推動她呢？以下為她的心路歷程！

### ▶▶「緣」來自富東

靜儀爸爸曾是富東苑院友，因時常到院舍探爸爸，而與 2/F 其他院友建立深厚情誼。靜儀指當時每星期除到訪關心爸爸近況、共聚天倫之外，亦想探望其他院友，特別是較少親屬探訪的院友，與他們談天說地，至少令他們不感孤單寂寞。

### ▶▶成為富東陪診的過程

「由於爸爸經常要到醫院覆診，我因而得悉院舍有陪診服務。爸爸仙遊後，我已習慣每星期到訪院舍的日子，亦懷念起同其他院友相處的點滴，回想起有院舍的陪診服務，當時認為是一個平台可以繼續關心富東院友，剛好我早已考獲相關證書，所以主動搵院舍同事，毛遂自薦成為富東苑專屬陪診員。」



陪診員 李靜儀女士

### ▶▶疫情並不減對院友的關懷

本港新冠肺炎肆虐，相繼有護老院出現確診個案，靜儀坦言家人較擔心其健康安全，亦曾勸喻自己停工，但考慮到院友仍有覆診需要，加上院舍防疫準備充足，自己決定繼續為富東院友服務。

### ▶▶我樂意繼續服務院友

靜儀成為富東陪診員至今四年，感慨表示：「陪診的工作事實上並不簡單，付出的時間很多，同時獲得的亦是相對。老友記待我如子女；我待老人家如再生父母，當中所得到的厚愛和關心是難以用言語表達，日後仍盼能繼續用心為更多院友服務。」





# 抗疫小知識

## 酒精搓手液要識揀

社工 周頌恩姑娘

新型冠狀病毒疫情已持續快一年，要有效預防病毒，除了日常戴口罩之外，大家出外時更會隨身攜帶酒精搓手液。過往各類防疫物品曾出現搶購潮，現今供應穩定，市面上出現不同品牌的酒精搓手液，對於揀選口罩，相信大家各有心得，而選購消毒酒精時亦有需要注意的地方，以下為大家提供選購酒精的小貼士！

### 貼士 1

#### 酒精濃度至少達 70%

一般而言，酒精搓手液的酒精濃度應介乎 60% 至 80%，才能有效殺菌，但因稀釋及生產過中有  $\pm 5\%$  的酒精濃度誤差，使用時酒精亦有機會揮發，故購買搓手液時，宜選酒精濃度至少達 70%。

### 貼士 2

#### 避免酒精蒸發

如酒精搓手液僅餘五分之一或以下，建議盡快使用，或將之轉存至小瓶內，減少酒精接觸空氣揮發的機會。

### 貼士 3

#### 勿放高溫易燃物附近

搓手液瓶蓋要保持密封，避免存放在陽光直射、高溫或易燃物品附近。若發現酒精瓶已打開至少 4 至 5 日，或聞到酒精氣味太淡，應及早停用。

## 自製酒精搓手液

市面上的酒精搓手液五花八門，如果想用得安心又放心，不妨自己嘗試製作！

### 酒精搓手液配方

材料	使用比例
乙醇	80ml
甘油	1.45ml
雙氧水	4ml
蒸餾水	適量

### 製作方法：

1. 將 80ml 乙醇倒進乾淨的容器之中。
2. 可用外賣用的膠匙羹作量度分量，將甘油倒滿整個匙羹底部，再倒入容器內。
3. 將雙氧水倒滿大半隻膠匙羹，加入容器內，注意不能用金屬匙羹盛載雙氧水。
4. 在容器內加入適量蒸餾水至約 100ml，再將以上所有成分攪勻，確保沒有一層甘油浮面。
5. 將攪勻的液體倒入乾淨的儲存器容內，靜置 72 小時後即可使用。

資料來源：《世界衛生組織》網頁



# 活盡花年

明愛長者暖萬心籌款之富東酒家 (29/9/2020)



為明愛安老服務籌款舉行酒樓活動，同時慶祝中秋又可以讓院友體驗酒樓飲茶的氣氛。

## 特別活動預告10月至11月

活動	日期	活動地點	對象
歡樂茶聚時光	14/10 , 11/11 , 25/11	一樓及二樓樓層飯堂	院友
富東電影院	1/F: 9, 16, 23, 30/10 2/F: 8, 15, 22, 29/10  1/F: 6, 13, 20, 27/ 11 2/F: 5, 12, 19, 26 /11	一樓飯堂及二樓休憩室	院友
明愛籌款活動之 富東酒家	29/10	一樓樓層飯堂	院友
富東辦館	10/11	一樓及二樓樓層	院友





# 服務質素標準(SQS)

## 《服務質素標準九》

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

本院政策：服務使用者認識緊急事故應變程序及演習

## 《服務質素標準十》

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受及退出服務。

本院政策：退出服務需一個月前通知

## 《服務質素標準十一》

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足使用者的需要

本院政策：具監察院友身體狀況的紀錄

( 如驗血糖記錄 )



# 服務意見欄

感謝閣下之寶貴意見! 閣下可親身交回、郵寄或傳真至本苑。

姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_



明愛富東苑

大嶼山東涌富東邨東盛樓地下

電話：2109 3302 傳真：2109 3588

