



香港蘇浙滬同鄉會屯門安老院

90期
2021年10月

屯門安老院通訊

地址：新界屯門蝴蝶邨蝶心樓二樓及三樓

電話：2467 5967

傳真：2464 8974

電郵：tuenmunhostel@tmh.kcsra.org

網址：<https://kcsraes.com/>



目錄

院舍睇真D

P.2-3

護理資訊

P.7

專題活動

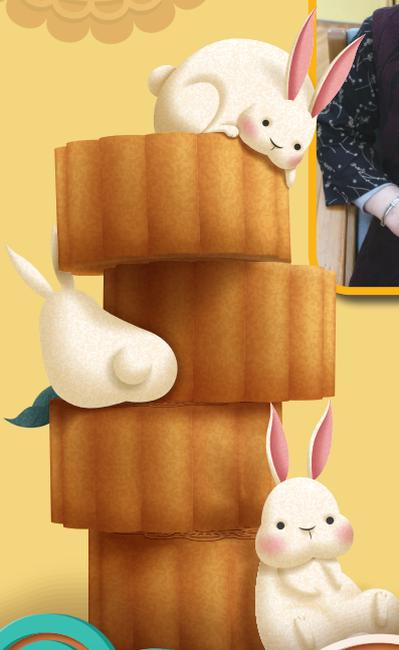
P.4

有獎問答遊戲

P.8

小組活動花絮

P.5-6



攜帶物品 / 食物 / 藥物的注意事項

本院為照顧院友的不同需要，而提供各類膳食安排，包括正餐、碎餐、精緻軟餐及糊餐。為保障院友的安全，院友家屬若攜帶食物到院舍給職員轉交院友，必須留意院友的進食情況，配合院友的飲食安排，以避免意外的發生。

而根據社會福利署牌照部及衛生署的指引，院舍只能派發由醫生處方之藥物，因此請家屬及院友不要自行購買任何非醫生處方之藥物。

職員有責任了解家人攜來之藥物及食物，有需要時會拒絕接收。

職員動向

新入職同事

8 月份



翁紅燕 (庶務員)

10 月份



劉家嘉 (福利助理)

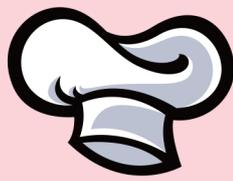
各位院友好，我是 10 月份新入職的福利助理劉家嘉姑娘，很高興可以加入院舍這個大家庭，歡迎大家來找我聊天，請多多指教。當上班時看到院友們的笑容，便是我上班的最大動力。祝福各位院友身體健康，日日笑口常開。

離職同事

保健員林麗盈姑娘及陳嘉欣姑娘分別於 8 月份及 9 月份離職，護理員胡美芳於 10 月份離職。福利助理何麗燕姑娘及保健員曾琬茸姑娘於 10 月份榮休，感謝她們一直以來在院舍的貢獻！

職員培訓

低鈉飲食烹調方法



為加強廚師對低鈉飲食烹調技巧，本院於20/09/2021舉行了「低鈉飲食烹調方法」講座。



IDDSI 流質建議講座

為提升職員對 IDDSI 流質建議技巧，本院於 13/08/2021 及 20/08/2021 舉行了 2 天職員出席「IDDSI 流質建議」講座。



院舍探訪安排

根據社會福利署及衛生署指示，安老院舍開始實施有限度探訪。探訪者於探訪前必須符合以下其中一項條件：

1. 如訪客及受訪院友均在探訪前 14 天已完成接種兩劑 2019 冠狀病毒病疫苗（新冠疫苗），出示有關接種疫苗記錄，訪客毋須在探訪前出示任何 2019 冠狀病毒病檢測陰性結果證明。
2. 如訪客已接種兩劑 2019 冠狀病毒疫苗，已滿 14 日，需持有 72 小時內病毒檢測陰性證明或 24 小時內之快速測試陰性證明（需攜帶顯示訪客陰性測試結果、訪客樣貌、日期及時間照片及快速測試產品說明書及包裝盒）給予職員登記及查閱。
3. 沒有接種疫苗或只接種一劑疫苗或已接種兩劑疫苗而未滿 14 日，則需要持有 72 小時內病毒檢測陰性證明。

***以上要求，是根據衛生署衛生防疫條例執行，如探訪者不能附合要求，院舍有權不准探訪者進入院舍。**

院友例會

為增加院友對院舍最新情況之了解，每季均會舉行院友例會。於 10 月份的院友例會中，亦帶同新購置之「大寶」機械人與院友見面。

「大寶」除了可以為院友播放音樂、天氣、新聞、介紹院舍活動、每日餐單等資訊外，更可以讓院友與家人一起進行視像面談。



2021/22「安老院舍防疫注射計劃」



預防流感針注射服務已於 10/2021 展開，並由到訪醫生替院友接種疫苗。



專題活動(二)：

「輕」「香」悠樂

院友當面對身體病痛和各樣機能退化，心情難免忐忑不安，除了擔心自己失去自我照顧能力之外，病痛亦帶來痛楚不適，影響生活質素。故此，於8月份舉行了專題活動：「輕」「香」悠樂，目的讓院友日常可抱「輕鬆」心情面對健康的轉變。活動中，院友製作一個乾花香包，透過感官刺激—視覺：欣賞乾花的顏色和形態；嗅覺：聞聞乾花的香味；觸覺：觸摸乾花中的質感和軟硬；聽覺：聆聽大自然美妙聲音，忘卻擔憂事情，放鬆心情，感受及欣賞此時此刻令自己舒暢之感覺。院友都很享受製作過程，並將香包掛在床邊，感到芳香怡人。



小組活動花絮



中秋聯歡

為與院友共慶佳節，增加院友感受節日歡樂氣氛，於9月份舉行中秋聯歡下午茶活動。活動中與院友唱年度主題歌、做高齡健康操，亦與大家一同賞花燈，分享中秋由來和大家喜歡的中秋應節食品。最後院友享用點心和茗茶，大家都吃得津津有味。雖然院友未能外出用膳，但在院內一家人共渡佳節，院友都感到滿足，也祈盼可盡快回復正常生活。



耆智樂繽紛活動

在院舍內為行動不便，身體較弱的一班認知障礙症院友提供室內活動，讓他們明白到即使因疫情關係未能外出，也能夠感受到開心，快樂的氣氛。



每月室內茶聚



今年新年度舉行了每月一次的茶聚活動，在活動中院友可以悠閒地享用不同的茶點及聽著輕鬆音樂過一個舒服的下午，活動中院友吃得津津有味，令整個氣氛更加融洽。



禪繞畫入門小組

透過點、線、面、曲線、圓形及半形所構成一幅簡單而美麗的圖畫，組員都樂於嘗試及參與。在過程中組員可以暫時忘記痛症，更有情緒治療之作用。



身心瑜伽

身心瑜伽，鼓勵組員常伸展拉筋、關節、練習慢深呼吸法，由內到外能達到舒暢、愉快、健康、平靜心、身體放鬆、腹腰動作達致平衡，組員非常投入。



耆趣 3D 小畫作

創作 3D 圖畫，組員各自選素描筆或顏色筆，構思、圖畫基礎、運用力度深淺，畫出立體 3D 圖畫效果，組員感到新奇有趣、互相傾談、開心。



晨早按摩組

透過按摩過程，為院友消除疲勞，舒緩肌肉酸痛，同時讓院友可以輕輕鬆鬆地享受按摩帶來的愉悅，令其心情也得到放鬆。



2021/22 院舍防疫注射計劃

2021/22 年度衛生署的安老院舍防疫注射計劃已於 2021 年 10 月 12 日展開，所有在院舍居住的院友及職員，均符合資格免費接種流感疫苗。衛生署將會按院舍的院友及職員自願參與的數量，會免費提供和運送流感及肺炎球菌疫苗到院舍，疫苗接種則由已參與計劃的到診註冊醫生董國輝醫生負責。本年度提供的滅活流感疫苗包括以下成分：

- 1) 類甲型 / 維多利亞 / 2570/2019(H1N1)pdm-09 病毒
- 2) 類甲型 / 柬埔寨 / e0826360/2020(H3N2) 病毒
- 3) 類乙型 / 華盛頓 / 02/2019 病毒
- 4) 類乙型 / 布吉 / 3073/2013 病毒



滅活流感疫苗內知含有已死亡的病毒，所以不會引致流感，十分安全。除了接種處可能出現痛楚、紅腫外，一般並無其他副作用。部份人會在注射後 6 至 12 小時可能出現發燒、肌肉及關節疼痛，以及疲倦等症狀，這些症狀通常會在兩天內減退。若持續發燒或不適，請諮詢醫生。如出現風疹塊、口舌腫脹或呼吸困難等較為罕見的嚴重過敏反應，必須立即求醫。對曾接種滅活流感疫苗或其他疫苗成分（如新霉素、多粘素）有過敏反應的人士，都不宜接種。對雞蛋有輕度過敏的人士可於基層醫療接種疫苗；而確診或懷疑有嚴重過敏反應的人士，應先由過敏 / 免疫學專科醫生就雞蛋敏感進行評估，並因應臨牀需要，由過敏 / 免疫學專科醫生接種滅活流感疫苗。至於出血病症患者或服用薄血藥的人士，可採用深層皮下注射的方法接種疫苗。如接種當日因病發燒，可延遲至病癒後才接種。2021/22「院舍防疫注射計劃」中，包括 23 價肺炎球菌多醣疫苗 (23vPPV) 及 13 價肺炎球菌如多醣疫苗 (PCV13) 的注射安排。年滿 65 歲院友可按個人意願選擇接種，並按以下的情況：

- (1) 如曾經接種過 23 價肺炎球菌多醣疫苗的院友，於上一次接種 23 價肺炎球菌多醣疫苗一年後，均可獲安排免費接種一劑 13 價肺炎球菌結合疫苗。
- (2) 如曾經接種過 13 價肺炎球菌結合疫苗的院友，於上一次接種 13 價肺炎球菌結合疫苗一年後，均可獲安排免費接種一劑 23 價肺炎球菌多醣疫苗。
- (3) 如從未接種過 13 價肺炎球菌結合疫苗或 23 價肺炎球菌多醣疫苗的院友，均可獲安排免費接種一劑 13 價肺炎球菌結合疫苗，並於接種 13 價肺炎球菌結合疫苗一年後，免費接種一劑 23 價肺炎球菌多醣疫苗。

如已接種過 13 價肺炎球菌結合疫苗及 23 價肺炎球菌多醣疫苗的院友，則不需要再接種肺炎球菌疫苗。

如曾在接種肺炎球菌疫苗後或對該疫苗的成分或含有白喉類毒素的疫苗出現嚴重過敏反應，則不應繼續接種。

在許可的情況下，應在進行脾臟切除手術前最少兩周完成肺炎球菌疫苗接種。在理想情況下，肺炎球菌疫苗應該在化療 / 放射治療之前或完成之後給予，但是在長期使用化療藥物的過程中，仍然可以按照臨床需要給予，請先諮詢到診註冊醫生。

上期「有獎問答題」遊戲答案揭曉如下：

1. 本院廚師使用粳米裹粽子。
2. 共有十六項服務質素標準。
3. 護理資訊主題是：安心抗疫。

得獎的院友包括：李家寶、楊亞娣、趙妹、劉日枝、易梅芬、盧瑞珍、沈懿芬、鍾美儀、李群英、郭燕仙、吳英、包芝仙、莊東好、袁深、許田、伍瑞冰、何近蓮、梁炳坤。

有獎問答遊戲

* 請選擇正確的答案

1. 8 月份舉行之專題活動名稱？（請參閱第四頁）
(A) 「輕」「香」悠樂 (B) 「愛」「心」傳送 (C) 「關」「愛」互傳
2. 室內茶聚每隔多少個月舉行？（請參閱第五頁）
(A) 每個月 (B) 相隔 2 個月 (C) 每隔 4 個月
3. 護理資訊主題是？（請參閱第七頁）
(A) 預防流感 (B) 院舍防疫注射計劃 (C) 安心抗疫

若你知道答案請填妥答案紙後可透過傳真、郵寄、親臨交回本院或電郵至 tmsw@biznetvigator.com，參加者請填上姓名，如屬親友則另需填上院友之姓名。
截止日期：30-11-2021（以本院答案為準）

香港蘇浙滬同鄉會屯門安老院

屯門蝴蝶邨蝶心 樓二樓及三樓

出版人：香港蘇浙滬同鄉會屯門安老院
編輯組：王林定嬌副院長、吳詠珊姑娘
督 印：黃伯鴻院長

印刷品
(非賣品)