



香港蘇浙滬同鄉會葵青良友安老院

良

友

季

訊

2023年10月
第97期



內容介紹

- P.1-2 | 良友資料室
- P.3 | 多點選擇：免治餐與精緻軟餐
- P.4 | 護理部近況分享
- P.5-10 | 小組活動花絮
- P.11 | 政策、程序及指引總覽



電話：2614 3825

傳真：2419 7763

地址：葵涌大窩口邨富國樓地下及二樓

電郵：kwaitasinghostel@kth.kcsra.org

鳴謝

Thank you



安老院管理委員會陳沐文
主任委員贈送同事每人月
餅一盒，同賀中秋佳節。



本會名譽會長朱恩餘先生不幸於2023年10月22日逝世。對朱會長之離世，本院同事深感悲痛並致以深切哀悼。



● 火警演習



院方於2023年8月24日下午舉行每半年一次的火警演習，院友在職員帶領下疏散到集合地點，演習在院友積極配合下順利完成。其後由消防員為職員講解防火知識，並安排職員在戶外空曠地方，體驗如何正確使用滅火筒。

● 增添設備

院舍一直致力提昇服務質素，為院友提供一個宜居安老的環境。近來院舍購入數項電子設備，包括50吋大電視、多部平板電腦及電子寵物貓，豐富院友閒暇生活。



50吋大電視現安裝於二樓探訪區，供院友閒時坐下觀看不同的電視節目及進行良友放映院活動。



院友在職員協助下，有序地進行疏散。



職員親身體驗如何正確使用滅火筒。



院友在職員安排下使用平板電腦。



電子寵物貓，由樂齡及康復創科應用基金資助購買。其逼真觸感的貓毛、呼嚕聲和喵叫聲、會對主人的撫摸和擁抱作出回應。院友與寵物貓互動時可幫助舒緩情緒。



● 膳食會議

膳食會議在2023年9月28日上午順利舉行，由護士曾姑娘主持，營養師吳先生協助講解，本院3位廚師均一同出席，了解院友對餐膳喜好及烹調的意見。

另外，院友亦在會議過程進行投票決議，大比數通過更改現時每天午膳供應湯水的安排。由2023年10月16日開始，改為每週二、四、六午膳提供湯水；每週一、三、五下午茶派發糖水甜品；每月兩次訂購外賣點心，豐富院友的下午茶，吃得更滋味。



● 家屬會議

本院於10月14日(星期六)舉行本年度第二次家屬會議，家屬們均踴躍出席。會議除匯報院務外，同時亦安排安寧頌計劃負責職員講解預設醫療指示及預設照顧計劃，即場解答家人疑問，鼓勵家人多了解長者對晚晴照顧之意願，讓長者的晚期生活得到尊重。



● 賽馬會安寧頌 - 安寧在院舍計劃講座

計劃負責社工及護士近月分別於本院之院友大會及家屬會議講解晚晴照顧計劃內容，並為職員進行相關內容之培訓，讓院友、家屬及職員三方均為長者之晚晴照顧有更好的預備及了解。



安寧在院舍計劃負責社工在院友大會中進行講解。



家屬會議由何院長主持並向家屬匯報院務。



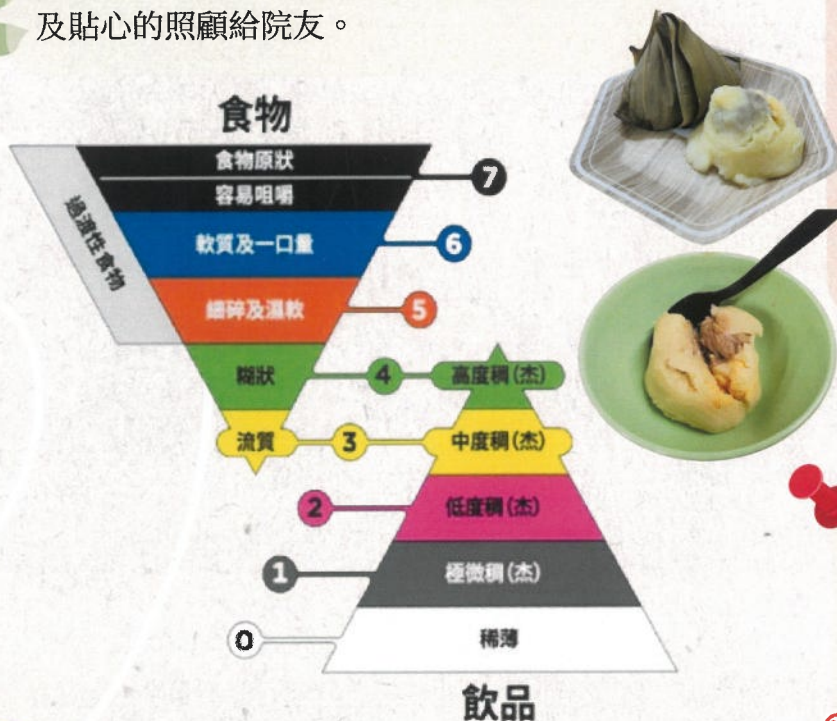
安寧在院舍計劃負責護士於家屬會議，向家屬講解有關晚晴照顧內容。

免治餐

本院由9月份開始，在原有的餐類選擇上，新增了「免治餐」，為有吞嚥困難的院友帶來更多選擇，以及能保障安全進食的餐類。

根據「國際吞嚥障礙飲食標準（IDDSI）完整食物框架」，本院的免治餐屬於框架中第五級食物（細碎及濕軟），質地軟綿濕潤，沒有液體分離。團塊能輕易被舌頭壓碎，適合咀嚼能力較弱的院友。本港有公立醫院言語治療部已同意於2024年4月開始，在有吞嚥困難長者的出院紙上，會根據「IDDSI」標明病人適合進食的飲品稀稠程度。

期望是次餐類的增加能夠讓院舍提供的餐類更接近國際標準，讓我們可以提供更專業以及貼心的照顧給院友。



國際吞嚥障礙飲食標準完整食物框架



本院現時會為有需要的院友提供「免治餐」

精緻軟餐

除優化日常餐類外，本院亦會定期為進食糊飯餐及全糊餐之院友訂購「精緻軟餐」。



軟餐下午茶：蜜糖麵包

「精緻軟餐」意指把糊狀食物以不同模具塑造成接近食物原型（如豬、雞、魚等）的造型，一來從形狀可辨別食物種類，二來吸引的賣相有助提升長者進食的興趣。研究顯示進食精緻軟餐能減少長者拒餐次數，有效協助長者維持體重、增加食量。

本院在端午節為院友訂購了瑤柱蛋黃鹹肉粽軟餐，不但保留了鹹肉粽的味道，更保留了其樣貌，質感軟滑如慕斯，適合大部份糊餐院友進食。派餐當天，院友見到都感到好奇，食慾大增。

溫馨提示

不少照顧者在探訪期間都會攜來食物給院友進食。在享受美食的同時，如院友患有吞嚥困難時，需要謹慎選擇符合院友進食能力的食物啊！

⊗ 避免一些哽塞風險較高的食物：

- 避免混合質地的食物(如帶湯渣的湯水)
- 避免較黏性糕點(如湯丸、太黏的包點)
- 避免太滑溜的小食或水果(如提子、啫喱)

✔ 照顧者可考慮按院友情況，攜來以下小食：

- 糊狀疏果：如南瓜蓉、蕃薯蓉
- 軟滑質地食物：如蒸水蛋、布甸、豆腐花
- 中式甜糊：如芝麻糊、合桃露



yummy!



配安心藥物管理系統 半自動藥物包裝系統

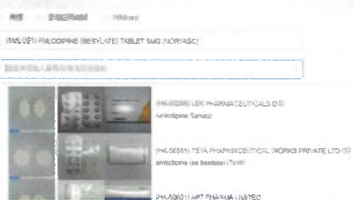
文：院長何姑娘

本院於2023年6月起使用藥學基金配安心藥物管理系統及半自動藥物包裝系統。

配安心藥物管理系統

職員透過電子藥物管理系統，能方便、快捷地綜合院友不同來源的藥物，建立一個完整、準確的藥物記錄。系統備有完善藥物資料庫，包含藥物的基本資料、藥物圖片、常用劑量、注意事項等等，簡化了輸入資料的程序。

整合資料後，職員能使用平板電腦進行各種藥物管理步驟。在藥物包裝和核對上，電子程式提供了清晰、準確、圖像化的指示，備藥資料與藥物記錄實時同步，確保藥物的更新性。在藥物派發上，電子程式能實時提醒職員派藥，亦能圖像化記錄胰島素注射位置及藥貼位置，增加用藥安全性。



半自動藥物包裝系統

電子藥物管理系統能配合包藥機，進一步提升藥物管理質素及安全性。半自動包藥機以電腦程式輔助，能清晰顯示處理中的院友及藥物種類、藥物粒數，藥物放置位置會有亮燈提示，讓職員以高效方式準確處理不同院友的藥物。

分裝好的藥包，能清晰顯示院友姓名、房號床號、用藥日期、時間、藥物名稱等；穩定完整的密封包裝，亦能減少藥物受潮的情況，延長分包後的保存期。使用半自動包藥機後，職員能更有效分配包藥時間，清晰的藥包設計也能提高用藥安全。

這兩系統能夠提升安全性及準確性，優化配藥程序並提高專業水準，減低配藥所需時間。好讓人手資源分配更能應用在長者的護理上，優化長者的日常護理質素。



月圓團圓迎中秋

文：福利助理莫姑娘

「一年月色最明夜，千里人心共賞時」，為了迎接中秋節的到來，院舍舉辦了一系列中秋活動，讓院友在院舍可以度過一個溫馨又歡樂的中秋節。其中以中秋傳統人物為主題的同樂日，擺設了多個攤位遊戲，一班老友記都非常盡興，我們一起來看看當天的花絮吧！

我打扮成嫦娥，漂亮嗎？



看！我把天上的月亮摘下來了！



嫦娥摘月

院友需要戴上嫦娥的髮飾，扮演嫦娥在天上摘月亮。



中秋的月亮又圓又大！



吳剛伐桂

院友穿上樵夫服裝，拿起玩具斧頭，把桂樹一節節地砍下來，非常有氣勢！



猜燈謎

中秋節當然少不了猜燈謎，看見他們由認真思考的樣子，到破解謎底的笑顏逐開，果然是寶刀未老。

中秋

應節食品及拍照區

攤位提供了應節水果及食品，有酸甜可口的柚子、甘甜爽口的梨子和提子，還有口感豐富的月餅。攤位附近還設有中秋拍照區，讓院友留下美好的一刻。



心心相「蓮」整月餅



中秋佳節當然少不了吃月餅，是次職員及院友一同製作奶黃月餅、蛋黃蓮蓉月餅及蛋黃豆沙月餅，不但口感豐富，而且造型精美，並於中秋節當天聚首一堂，品嚐由良友出品的自家製月餅。



國慶活動

文：社工李姑娘

本院於9月20日進行了國慶活動，與院友們齊齊認識中國傳統文化，增加院友對中國的認識，最後院友們製作富有中國特色的燈籠掛飾，一同感受當中的情懷。



良友好聲音



文：福利助理莫姑娘

音樂的力量很神奇，不單只可以陶冶性情，甚至可以療癒身心，帶給人歡樂。「良友好聲音」提供了一個平台予一班喜歡唱歌的老友記展示歌喉，唱出自己喜愛的歌曲。他們表現非常自信，手執麥克風，跟着旋律唱出歌詞，就像舞台上的王者一樣閃閃發亮，一點也不怯場，唱着一首首耳熟能詳的經典金曲，真是令人佩服。



智趣天地：認知退化活動與訓練

文：社工李姑娘



全球每3秒便有1人確診認知障礙症，而本港70歲或以上之長者當中，患病率達10分之1，本院亦有近4成長者確診認知障礙症。而其他長者亦有機會因著其他病因，例如柏金遜症、小腦萎縮症等，呈現不同程度的認知退化，而非確診為認知障礙症。

認知退化長者除記憶退化外，還會因著退化進程出現專注力、語言能力、視覺空間、執行能力等退化，亦有機會衍生受壓下的行為表現(distressed behaviour)，例如叫喊、遊蕩、容易焦慮或情緒激動等。因此非藥物治療當中，現實導向、規律之生活作息、具意義之日間活動、適當之訓練刺激尤其重要。

👉 本期主要講解本院之【智趣天地】系列活動，活動期望緩減院友認知退化及煩悶情緒。活動主要包括：

主題性社交小組

透過藝術、音樂、競技遊戲、感官刺激等元素，讓長者可力所能及的挑戰性，維持自我掌控的能力感。

以「樂」作樂：
樂器與競技元素相配合，院友玩得更愉悅。

動動手：
院友運用不同材料
做出各樣小手工。

認知桌面訓練

運用桌上遊戲、平板電腦的認知刺激遊戲，配合桌面訓練工具，為長者進行認知訓練。

職業治療服務

由職業治療師及助理提供之專業治療小組及個別訓練，元素包括懷緬治療、多感官刺激、按摩等。

隨著更多長者出現認知退化，小組活動的推行需更多人手，服務不僅著眼於訓練，亦重於關顧他們的心理健康。故此，在社康服務的提供上仍面對不少挑戰，我們期望不斷優化服務，讓每位長者可持續參與具意義的活動，安享晚年。

耆幻藝行

文：福利助理麥姑娘

不知道大家有沒有聽過表達藝術？這是一種結合語言和非語言的表達，主要透過五個藝術媒介，包括視覺藝術、音樂、舞動、戲劇及創意寫作，以表達內心感受和抒發情感，從創作的過程發揮創意，並與人分享美的感覺。希望能推動長者的生、心、社、靈發展，從而達至全人健康，重新感受自己的創意力量。

表達藝術對全人健康的好處：

生理

- 增進感官刺激
- 促進手、眼、腦的協調
- 減緩身體功能衰退

心理

- 增加成就感、自信心、自尊及自我價值感
- 協助放鬆與減低焦慮
- 減少憂鬱與孤寂感

社交

- 提供主動參與活動的機會
- 增加與周遭環境的互動
- 與別人分享和主動參與生活

靈性

- 協助尋找生命的意義及自我統整
- 對世界萬物產生關注及好奇
- 實現個人理想、增加生活滿意度



組員在小組以表達藝術的模式，嘗試了不同的藝術創作，分別是「拼貼畫」、「水墨畫」、「舞動」及「音樂」。



組員正在進行音樂節拍活動。在小組剛開始時，院友們也常常說這兩句：

我唔識

無所謂



在鼓勵和互相幫助下，大家建立了友誼，慢慢變得主動，願意分享自己的感受。得到其他人的讚賞和肯定時，院友都露出最美好、從心而發的笑容。



以拼貼畫作為主題，
組員在小組中分享以前生活的點滴。



科學小博士

文：福利助理麥姑娘

「未試過又點知得唔得！」，我們良友實驗室以這個精神在今年8月至10月開始運作，各位科學家參與了不同的小實驗，當中有「水的浮沉」、「檸檬汽水」、「自製雪糕」、「空氣炮」等，實驗結果讓大家又驚又喜！

「空氣炮」

用最簡單的材料所製作，原理為空氣互相擠壓、反彈，噴射出去的空氣會形成的氣流，使杯中小球可以彈起來。



掃瞄便可觀看「空氣炮」片段

「自製雪糕」

組員在這次實驗一起製作低糖版豆腐味雪糕。可是在沒有雪櫃的情況下，如何做到呢？



1

院友把豆腐壓成蓉，加入忌廉、糖、煉奶，攪拌均勻，放入裝滿冰塊和鹽的大密實袋「搖一搖，chok一chok」

2

不停搖晃至微微凝固，自家製雪糕就完成了！



3

試食時間



石葵娣：
「好香豆腐味！」

張淑芝：
「甜多少少就好味啲！」



外界探訪

為維持長者與社區人士接觸，本院安排不同外間機構到院，與長者一起交流互動，場面熱鬧非常。

英華堂路得團



荃灣官立夜中學校友會



合一國度教會



政策、程序及指引總覽

本院根據社會福利署指引，在院舍推行十六項服務質素標準(Service Quality Standard)，務求為院友提供優質服務。此外，本院亦制定了30項政策、程序及指引，供各員工參考，以便統一服務標準，並可作為評估員工工作表現指標之一。如需借閱，請聯絡本院辦事處。

1.職員手冊	11.認知障礙症服務政策及指引	21.防止性騷擾政策及指引
2.職責說明	12.院友個人關顧計劃政策、程序及指引	22.最佳執行指引
3.檔案目錄	13.照顧溝通障礙院友之政策及指引	23.院友入住指南
4.會計程序指引	14.感官能力退化之院友照顧指引	24.性別主流化政策指引
5.購買物品/服務之程序及指引	15.護理指引	25.使用長者醫療券政策指引
6.編更準則	16.心理及精神健康照顧指引	26.外界借閱本院文件之指引
7.香港安健院舍確認計劃	17.心理社交、護理服務質素指標政策、程序及指引	27.保障院友私隱之政策及指引
8.食物及環境衛生措施及指引	18.護理技巧考核政策、程序及指引	28.資訊科技保安政策及指引
9.員工工作操守之政策及指引	19.院友心理社交照顧政策程序指引	29.風險管理政策指引
10.全面質素管理政策及指引	20.代管院友零用現金程序指引	30.員工入職要求及入職薪級表

讚賞或意見卡

本院致力為院友提供優質的照顧服務，使院友能安享晚年。如各位院友或家屬欣賞本院的服務或提供相關意見，歡迎填寫此卡並交回本院，謝謝大家寶貴的回應！

讚賞或意見：

院友或家屬姓名：

聯絡電話(如適用)：



香港蘇浙滬同鄉會葵青良友安老院
地址：新界葵涌大窩口邨富國樓地下及二樓

良友季訊第97期 (非賣品)

編輯：社工李慧怡姑娘、福利助理李雯慧姑娘

督印：院長何詩麗姑娘

印刷數量：130本