



全面支援失智症照顧者專書

◆曾媚

失智症(或稱「老人痴呆症」)是普遍的長者疾病,根據中大調查發

現,65歲以上長者受失智症影響的比率達4%。隨著年齡愈高,失智症比率愈提升,85歲或以上更高達32%。

有見及此,香港心理衛生會出版《愛在晚晴時—失智症照顧者指南》,乃由基督教聯合醫院精神科顧問醫生潘佩璆牽頭寫作,青山醫院老人精神科高級醫生陳偉智主編,並由不同精神科醫生、精神科護士、職業治療師、營養師、社工及大學教授撰寫,提供實用指導,裝備大家成為成功的失智症照顧者。此書共分四章,全



面地介紹失智症的成因及病徵、防治方法、家居及社區支援,更附有患者的家屬心聲。如第一章「齊來了解失智症」,講解失智症是很多腦部疾病的統稱,深入淺出地介紹病徵;而另一篇文章講解失智症、譫妄和老年抑鬱症這三種老年精神混亂的病徵及分別。

第二章則介紹失智症的不同治療方法、講解與失智症患者溝通的貼士;更有六篇文章專門介紹合適失智症患者的活動、如何

利用不同工具為失智症患者培訓記憶能力等。

實用又精彩的內容,難以逐一介紹,家有失智症患者的朋友,宜速購閱此具指導性的照顧專書。每本原價55元,《松柏之聲》讀者可獲八折優惠價44元,請用支票,抬頭:香港心理衛生會,連同貼上\$4.8郵票之回郵信封,寄觀塘功樂道二號7樓香港心理衛生會收,便可。查詢:2528 4656。



運動是寶

運動後不宜立刻沐浴

動後,尤以在炎夏的高溫中,定想第一時間衝入浴室洗個痛快。殊不知,此可能對健康造成極大的傷

害,與運動的效果剛剛相反。當長者每次運動後,心跳速度仍然甚為劇烈,血液依然在身體四處高速運

行,而此時腦部的血液不足而暈倒。故長者宜用毛巾抹乾身體,靜坐十五至三十分鐘,使體溫「冷卻」,待心

舒適及安全的感覺。上腦部後,方可用水溫在攝氏三十八至四十度之間沐浴,才可使運動後有一個

跳回復正常,使有足夠血液「泵」

足,倘長者欲藉用冷水沖身,以期能起著降溫的作用,是會立時使腦部血液

不足而暈倒。故長者宜用毛巾抹乾身體,靜坐十五至三十分鐘,使體溫「冷卻」,待心



◆阿虫

早

陣子,報章提到香港的老人人患老人癡呆症有上升的趨勢,因此監護委員會也接獲較多的申請。究竟監護委員會是甚麼機構呢?它處理的是甚麼樣的申請呢?



法律與你

◆李家樂

監護委員會是一個獨立的法律機構,由勞工及福利局資助。監護委員會有權為年滿18歲的弱智或精神紊亂人士(例如:精神病患者、患有老人癡呆症、中風或腦部受損人士等)委任監護人。被委任的監護人有權替當事人在其住宿或接受醫療或牙科治療等個人事宜上作出決定。監護人亦可能獲授予法律權

申請監護服務

能提供最適切的協助予當事人,則可能需要向監護委員會申請監護令。家人、社工或醫生等都可以為患病的長者申請監護令。有些時候患病長者的家人與家人之間在照顧長者的事宜上及醫療決

力替當事人處理限量的金錢,而現時的上限為每月港幣\$10,500。到底甚麼時候要向監護委員會作出申請呢?當長者因患有老人癡呆症、中風或腦部受損而未照顧自己、安排自己的財務事宜或在醫療或牙科治療上作決定,而朋友、家人或照顧者未

定上有爭議,或患病長者受到身體或精神虐待、被人濫用金錢、疏於照顧、利用或自我放棄照顧,健康受到危害,或處於危險時,他\她的利益未獲得足夠保護的情況下,就表示有需要為患病長者申請監護令。申請監護令是有一定的程序及必須提交的文件。至於監護人的權力範圍則由監護委員會按個別的需要而定。監護令的有效期首次不超過一年,經覆核後延續的監護令,有效期不超過三年。若想知道更多有關監護委員會的資料,可以到以下網址瀏覽: <http://www.adultguardianship.org.hk/index.html>

一

位老友記近期發覺患上心臟病,馬上要接受「通波仔」手術。術後對人生特別感慨良多:「唉,你對別人好,別人未必會對你好;有些反而在背後攻擊你、搬弄是非。」

前輩聽後深表同情,不得不認同:「的確如是,可能是對方不認為你的做法對自己有好處;也可能不懂得珍惜吧。」雖說施恩莫望報,但老友記過往顯

然受了不少這樣的「打擊」,對人際關係似乎有點迷惘及失望。前輩拍拍他的肩膀,為他打打氣:「別喪

氣!看開一點,不妨換個角度宏觀地想:你的一生是一個帳戶,所有東西都是累積計算的,就好像銀行信用咭購物累積積分一樣,累積某個

數目的積分便可以換某些物品。行善也是同樣道理——你對某人好,縱使某人沒有投桃報李,回過來對你好;可是你的行為已得到某個數目的行善積分,假如繼續累積,最終是會得到大獎,有回報的。至於是甚麼回報?何時回

報?那是天機啊。」天機當然不可洩漏,大家可以做的,就是不要氣餒,不要害怕付出,繼續散播善的種子,廣結善緣。



◆黃美嫦

行善積分

天星碼頭廣場



想當年
◆鄭寶鴻

約攝於1930年。左邊是落成於1906年的第二代尖沙咀天星碼頭,廣場上停着數輛「九巴」及「中巴」的巴士。九龍倉的「一號橋」正碇泊着一艘大

洋船。「一號橋」於1966年改建為「海運大廈」。船頭對正的小屋為「九龍倉」的一部份,後來改為遊客購物商場,於1960年代中改建為「星光

