

你需要送飯服務嗎？



◆ 李孟進

「天氣咁熱，我要出去買餸，又要焗係廚房洗洗切切煮食，之後又要洗碗，真係好辛苦，可唔可以好似隔鄰阿婆一樣有人送飯俾我地食呢？」三婆一臉羨慕地望住阿公說。

「我個仔很乖，專程請了個外傭來服侍我，不過佢煮餸真難食，我又唔敢同個仔講。」陸嬸在公園裏同來晨運的玲嫂投訴。不過玲嫂話佢仲激氣：「我咪一樣，我有高血壓，糖尿指數又偏高，子女外出工作，我工人日日中午都係煮午餐肉公仔麵，叫佢俾多條菜都話唔想出去市場買……。」

對於上述個案，做了「綜合家居照顧服務隊」多年的社工余先生一點也不陌生，因為在他

說是保衛大家健康的要務，口腔衛生至為重要；若長者的牙齒護理不佳致咀嚼不良，是會影響食物的消化、吸收，造成營養不良，此不但無法令其享受美食，也會影響其晚年生活質素。

牙齒

香港雖然醫護設施進步，面對人口日漸老化，公立牙科服務並不普遍，長者的生活質素相對受到無牙之苦，唯仍少有對長者牙齒健康的調查；鄰地的台灣最近調查發現，該地平均每4名(26.1%)65歲以上長者中，有一人是「無齒之徒」，比美國的20.5%、新加坡的21%還高；而且女性(29.2%)比男性還高(23.1%)，

調查建議，長者應每隔半年洗牙一次，若牙齒出現問題，是要盡快就診，勿待到牙齒時才看牙醫；缺牙時要及早補牙，若因經濟

問題，及早補小白齒與白齒，是最起碼的方法，以可令牙齒繼續具有咀嚼的功能。

可惜，隨著年齡的增長，長者的手部肌肉運動和諧度降低，精細動作功能日益退化，有牙齒死角刷不到，可以鼓勵他們善用電動牙刷及洗牙器；若長者因中風、行動不便，無法刷牙時，只要有一顆牙齒蛀了，其他牙齒很快就會如骨牌效應，全部都將會倒下來。故牙醫建議，若長者年紀老邁，手部不靈活時，護老者要記得幫他們刷牙。

工作的團隊中，送飯服務是最受歡迎的。他說：送飯服務惠及的不只是獨居者或長者，也有傷殘人士、腦退化症者、情緒病人及長期或短期病患者。另外，亦有一些是聘有外傭卻不懂照顧長者的家庭，他們大多是由醫務社工轉介過來，當中有長期送飯也有短期送飯，例如外傭放放假、家中突然有人患病或意外受傷等等。

雖說是政府津貼，送飯服務收費仍分有三級，綜緩家庭最平，每人每餐 \$12.6 元，II 級是 \$15.4 元，第 III 級最貴是 \$18.6 元，毋須計較家庭入息限額，換言之，即使家境富裕，若沒有親友可支援，經過評估證實有需要者，便可納入名額或輪候名單中。

送飯基本是一日送兩餐即午餐及晚餐，工作團隊可代買早餐甚至只代買餸亦可，每餐有不同菜式選擇，最令人放心是飯餸照顧到病患者需

要，如有糖尿餐、痛風餐(沒有豆、菰類)、低鹽餐、薄血餐(沒有綠葉菜)，任君選擇，送飯的團隊也會順道探望這些家庭有沒有其他需要，提醒他們定時服藥等。余先生最記得一位腦退化長者在送飯時沒有應門，工作人員立即報警破門入屋，發現長者跌倒在廁所動彈不得不能言語，及時救回一命。難怪，團隊工作人員部分更配備服務家庭的大門鎖匙呢。

送飯服務在不同地區由不同志願機構經營，而不同地區的需求量亦有大分別，例如人口密集或者長者人口偏高的地區，其輪候名單會較長，也有個別地區的送飯服務仍未飽和。任何有需要的家庭，都可以打電話到區內



● 能吃上一口可口的飯餸，是長者的基本需求。

志願機構查詢有沒有名額。另一方面，由於送飯服務是接觸有待幫助家庭的一個媒介，因此關注送飯服務的另一位陳姓社工呼籲提供這類服務的志願機構要拿出「真摯的心」，儘量滿足所有有需要人士。今日，社區的送飯服務期待能夠令每一位需要的人士受惠。中國人講求民以食為天，而飲食正正與我們健康身體息息相關，所以，如果你有此需要就不要猶豫，打電話去諮詢一下，好好享受我們社區的資源吧。

樂在耆中之二

退休是豐盛人生的新開始

重讀30年前千本好書
重看當年好友來信
以上班時間尋找快樂
享受非假期式清閒旅遊

◆ 香山亞黃

勿做無齒之徒 速護牙

◆ 陳寶蓮

不過，也有網友持有「尊重父母的選擇」的態度，「如果父母想去，而且養老院條件確實不錯的話，我可以考慮。」他們不將父母送入老人院終老，就是因為缺乏社區服務，無

「在求助社工後，發覺原來有這麼多的服務。」現時母親得到有關社區服務，加上夫妻兩人學懂一些照顧技巧，如扶抱等方法後，李先生欣然地說：「日間她可以往老人日間中心，使我們可安心上班工作；當她往醫院覆

診時，有家務助理員可代勞護送診病，平時她們亦可以助她個人清潔，間亦有戶外活動，帶她到外走走，看來母親比未中風前更開心得多。」

你會送父母入老人院？

隨著長者的健康日壞，需要家人照顧的機會自然增多，但因子女忙於工作，或因能力有限，未可妥善照顧家中長者，可能會導致大家計劃將父母送入養老院。

月前國內一個網上調查顯示，於短短三天已有一千多名網友回應，當中80%人明確表示不會將雙親送入老人院舍居住。不少

人反問：「你會把自己的子女送到孤兒院嗎？」、「你小時候父母是怎麼對你的，既然他們從沒嫌過你麻煩，你怎麼好意思嫌年老的父母呢？」

對以上國內網民的反應，有本港市民表示，由於國內網民的中國家庭倫理照顧長者觀念強，有以上意見實不為奇；他希望深受西方教育影響的本港市民，勿在照顧老人出現困難時，便安排長者入住老人院，應多考慮以上國內人士的意見。

於香港成長已婚除需照顧二名子女與母親居住的李先生說：「照顧父母是我們的責任，我和太太都要工作來維持家計，已很吃力，我們根本無法妥善照顧母親。」

自我照顧能力大減，李先生曾欲將母親送入老人院居住，但自從接觸社工知悉有關社區服務後，頓然消去他此方面「心感不孝」的計劃。

「在求助社工後，發覺原來有這麼多的服務。」現時母親得到有關社區服務，加上夫妻兩人學懂一些照顧技巧，如扶抱等方法後，李先生欣然地說：「日間她可以往老人日間中心，使我們可安心上班工作；當她往醫院覆

法好好照顧父母，而有以上「中間派」顧慮別人的看法——擔心周圍人說我不孝。

◆ 何嘉雯



● 當家中長者需大家護理時，你會送他們入住院舍？