

「居家安老」缺乏支援

誰來愛長者

◆李孟進

阿強 70歲的母親因為腦瘤，多年前動了手術，身體開始差了，行動不便之餘也沒有自理能力。由於母親不肯入住護老院，86歲的父親又沒有能力照顧妻子，孝順的阿強便聘請了印傭照顧母親。印傭平日要放一日假還好，可是，到了放年假日子，怎麼辦？阿強可以扶她出入，但換尿布、洗澡等貼身工作誰來兼顧呢？

阿強四出打聽，幾經辛苦，終於找到了一家自負盈虧的家務通，一小時80元、一日12小時便要花近千元一日。阿強說：「價錢貴不在話下，但，家務助理亦沒有太多對照顧者的經驗；另外，她做了多天嫌辛苦便嚷著要辭職。」雖然經阿強哀求下繼續工作，阿強

提起這段日子真的是猶有餘驚。

他說：「政府既是提倡居家安老為本，為甚麼社區沒有資源去配合我們一些為人子女者。我覺得自己已算是幸運，有經濟能力聘請家務助理照顧長者，（實情是有錢亦請不到人）；若果遇上貧困一族，那長者的日子肯定更難過。」其實，不單止他需要這些短期家務助理，一些突然中風者或突然患病者、又或新聘工人未上任、或休假、或突然離職的家庭，都極需要這些服務；可是，市場上沒有人手，沒有人去培訓，也沒有便宜以及中庸價錢的服務提供者，政府亦沒有支援，試問如何可以達到居家安老為本呢？

也難怪人人都把長者往老人院送，不管好壞。

社會服務聯會長者服務主任陳文宜承認，政府單是花資源增加院舍是不足夠的，「居家安老服務」確有不足，她期望2013-2014年推出的「社區照顧服務資助試驗計劃」能夠緩解上述情況，這項計劃亦會資助長者購買這方面服務。

她又解釋：「在政府有儲備盈餘下，好應該做好『居家安老』服務長遠規劃，這是一項多條腿走路的項



●加強家居照顧服務，刻不容緩。

目：除了政府制定目標計劃外，社會服務機構包括社企要開辦更多不同種類、不同需要及富彈性的居家護老服

務、私營機構隨時提升此類服務水平及要求，以至市民大眾都能善用社會資源，共同承擔這個社會責任，營造『居家安老』大環境。」

樂在耆中之十



◆香山亞黃

仔孫越標高，
阿爺矮得越開心！

2

交通津貼優惠未夠全面

◆林駿強

對 於沒有工作的長者來說，交通費其實是生活重擔。政府在本年度的施政報告中，曾提出讓長者和合資格殘疾人士可以在任何時間以2元

優惠價乘搭港鐵、專營巴士和渡輪，卻沒有將長者經常乘搭的電車、綠色小巴

納入其中；有立法會議員認為，政府應將兩者納入優惠範圍，有長者亦希望乘電車能免費。

工聯會立法會議員王國興認為，政府本身對殘疾人士津貼諸多限制已不公平，對長者同樣不太體恤。他表示現時所訂的優惠，令住在港島的長者難以受惠；而且港島多處地方較偏遠，需要專線小巴接駁，不少長者都要乘搭此等交通工具。他覺得如果電車及專線小巴未納入優惠範圍，會影響長者乘搭交通工具。

王國興又說，電車和專線小巴均可用八達通付款，因此推行上應不存在技術困難，強調擴展交通優惠補貼計劃政策，不僅能切合弱勢社群的生活需要，而且能延長電車的生存空間。

70多歲的李伯伯住在勵德邨，平日都要乘49M小巴下山。他認為4.8元的小巴收費頗貴，但因為這小巴線能抵達天后，因此平日都只能「默默承受」；他認為政府應將小巴一併納入優惠範圍，這能令長者生活負擔減輕。

王國興補充，根據電車公司統計，每日乘坐電車的長者超過三萬人次，而且大多集中在非繁忙時間。他說假如政府擴展乘車優惠至電車，可令長者能減省車費，生活負擔減少；他又說，對於盈餘龐大的政府來說，每年涉及金額僅1,200萬元左右，只是小數目而已。

搭交通工具。

表示，平日出外多乘坐電車代步，她稱這已成為一個習慣；她亦表示以生果金及積蓄渡日，雖然笑稱「未至於赤貧」，但坦言若果乘電車能免費絕對是好事：「我地老人家沒有工作，平日只能慳住洗，如果搭電車唔駛錢一定對我地有幫助。」

某種蛋白的變化水平，和心臟跳動頻率關係密切。研究人員指出，受不規則的心跳頻率影響，不同時段有不同程度的致命風險，又以清晨和黃昏，屬出現突發性心臟病的高危時段。人體具有生理時鐘機

制，按每天的慣性規律運作，稱為「循環韻律」，讓身體和周圍環境保持同步，「時差」就是身體和外邊環境的同步狀態失衡。而人體內的化學物質，於不同時段會有變化，足以影響健康。

美國凱斯西儲大學醫學院進行有關研究，指出人體內一種名為「KLF5」的蛋白質，由人體的生理時鐘調控，於一天內的不同時段，水平會有升降，這種蛋白質會影響人體內控制心臟跳動頻率的電離子管道。研究人員

利用老鼠作實驗，發現「時段」和出現致命的突發性心臟病存在關係。單在英國，這種突發性心臟病每年便奪去十萬人的性命。

實驗對象為兩群經基因調整的老鼠，當中一群會生產過多「KLF5」蛋白，另一群則完全不會產生這種蛋白，研究發現牠們的心跳頻率均受到擾亂。參與研究的達爾文教授說：「研究確認了一種導致心臟不穩定的電流，雖然病人於日與夜出現敏感性心律失常的風險較高這點，早為人知，

心臟病發危情

早午晚有差別

◆松容