



風餐露宿有原委

◆李孟進

在這個普天同慶的12月裏，我們們仍然在不少舊區街角橋底見到一些長者風餐露宿孤寂過活，有在街頭乞食為生、有以執紙皮賺取零用。是甚麼原因令長者連一個瓦片遮頭的地方都沒有呢？

當我訪問完一些社工和長者，發現原來真不是給一間屋就能幫助到露宿長者，最大分別也許是我們的屋有家也有人與你互動，他們即使上了樓卻只有冷冷的四面牆，而他們甘願日曬雨淋風吹雷打，背後總有種種不為外人道的因由，因此，如果你有時間，嘗試關心一下家居附近露宿長者，讓他們感受一下人間有情吧。

聖雅各福群會露宿者綜合服務西安中心外展工作員Leo帶我去探望了70多歲的蓮婆婆，她在灣仔一間商業大廈後巷生活了十多年，由三四把雨傘砌成屋頂、重重疊疊的紙盒是床褥，口說身體不行腳痛腰酸，但精神不錯說話清楚。從她的談話中知道：很多不認識她的街坊都很關心她，不時噓寒問暖間中還送飯來，認識她的常催她罵她叫她申請上樓，她偏不肯是因為她心裏知道這些人心中惦記著她，她怕一旦搬離灣仔上了公屋，恐怕失去這批街坊好友。她說：「我鍾意自由自在，又不是經常風吹雨打」，還有另一個重要原因是，她記掛多年沒有說過話見過面的40多歲女兒阿萍：

「佢孖左我，佢結左婚後我周圍都搵唔到佢，又唔知佢電話，我有啲野想同佢講……，萬一我搬走左佢又去邊度搵我呢？」唉，這是做媽媽的情意結！

基督教關懷無家者協會（外展督導）周惠珍說：現在，露宿街頭長者人數並不多，反而是45歲至60歲的人佔多數，其實，如果長者他們願意申請上樓居住，社會福利署會配合，有些甚至最快三個月便批。從她過往20多年工作經驗，上樓不是能一刀切解決問題，他們不願上樓有很多自身家庭或心理包袱，露宿街頭時間愈長就愈難迫他們重返社區。因此，必先要解開他們心頭結，這是一項長遠的以及人與人相處互信的工作。

有些露宿長者被安排上樓或去到老人院，因為長期孤獨生活慣了，不懂與人溝通，加上轉移到陌生社區更感格格不入，如沒人理很快會重返街頭，因此即使有了瓦遮頭，周姑娘仍然要配套一些網絡，包括安排當區教會團隊、義工等長期探訪、跟進，包括有沒有人需要家務

助理等，讓他們建立一個屬於自己的網絡群，往後工作還更長遠哩！

面對眾多無家者個案，有被家庭遺棄、有自身拋棄家人、有酗酒、吸毒及爛賭，有因家庭慘劇失去人生動力者，即使他們不願上樓，周姑娘指中心職員及義工仍會不離棄地照顧他們，當中也有不少成功例子。其中一位露宿者是在6歲時出街玩，想不到居住在唐樓的家人卻被大火燒死，這童年陰影促使他從此露宿街頭60多年不再上樓。周姑娘說：後來他健康差了，被安排去老人院並信了主。另外有在鹹魚欄生活及寄宿的長者因離職失去居所露宿街頭，後來被安排於該會生活及上了樓，之後一直在中心幫手做義工，參加煮飯、唱歌、講故事，整個生命轉化為喜悅直至過世。

周姑娘認為，每一個宿露的長者都隱藏著一些不被人知的故事，改變長者露宿街頭習慣，除了是社會福利署加速配樓，最重要是原區



●很多露宿長者背後有著不為外人道的原因。

配房，令他們不致迷失在新社區。至於往後工作，除了政府外，非牟利團體或區內社團義工組織亦可以攜手聯繫一齊參與，找出露宿者或者隱閉長者，安排他們重建網絡，讓他們有尊嚴地過晚年。

後註：一位露宿者對露宿者社工說：他有事沒事經常都喜歡走進服裝連鎖店，因為門口服務員會大聲對他說：「先生，你好，有什麼可以幫到你？」他頓時就覺得自己被受很大尊重，很高興……儘管心中知道服務員對每個客人都如是說。這種阿Q悲涼心態，多少反映露宿長者自感卑微，他何嘗不想被人尊重！

樂在耆中之二十九



◆香山亞黃

食老干祈味呻悶 有兒有女可承歡
無兒無女無牽掛 樂莫樂兮書作伴

要
告
及
護
一
三
院
驟
夜
氣
區
寒
季
踏
冬
症

度，新界更低約八至九度，內陸地區日夜溫差較大。在氣溫驟降的情況下，先後有三名長者疑因低溫症入院治理，情況穩定。另一居於安老院的長者，救護員接報到場，發現呼吸及脈搏微弱，送院搶救終告不治。

在飲食方面，多進食熱量較高和容易消化的熱飲品和食物，如熱奶、熱湯、粥、粉、麵、飯等；每天要攝取足夠的水份；注意均

長者預防低溫症

症。首先，長者要習慣留意每日天氣變化，特別當溫度在短時間內急劇下降時，就更加要提高警惕，以防因嚴寒而引致體溫過低。因著氣溫高低，揀選合適衣物，穿衣的質料以乾爽、輕便、舒適、透氣和保暖性能好為佳，千萬不要穿得過份臃腫和穿緊身的衣物，而有礙手脚靈活性；同時，要確保頭、頸、手和腳部都保持溫暖。

在環境方面，記得要保持家居環境溫暖及空氣流通；使用電暖爐時必須確保室內空氣流通。患糖尿病及脊髓病者，不宜使用暖水袋及暖身器。此外，不要因天氣寒冷而終日呆在床上不活動，只要適當地穿著保暖衣物及避免長時間置身於寒冷的環境或寒風中，維持適量的運動對保持身體溫度有一定作用。

長者亦要如平日一樣按時服用藥物，發現身體不適時應迅速就醫。



◆鍾怡



步，卻又
火，喝杯涼茶
便了事；若至
牙齒脫落的地
牙痛，或以為
自己熱氣上
去，需要家人
從旁勸說。

馬楚華認為長者可以善用牙縫刷及牙刷去除牙垢、清潔牙齒，她說：「因為長者的牙縫較闊，使用牙縫刷比牙刷或較為適合。」她曾遇過不少固執的長者，堅持單單使用牙膏或漱口水，卻不肯使用牙縫刷把食物渣滓從口腔去除，需要家人從旁勸說。

「年紀大了，牙齒脫落乃屬正常，難以再吃得開懷、笑得燦爛……」非也！長者的牙齒雖然久經使用，但仍然可以修整齊齊、堅固健康，關鍵在於進行定時檢查與護齒有法。牙齒衛生員（Dental

Hygienist）馬楚華指出，長者常見的口腔疾病包括牙周病與牙肉收縮，這與缺乏護齒概念不無關係，她解釋：「牙周病的成因乃口腔衛生欠佳，但病徵可以一點都不明顯，患者初期或只感受到輕微痛楚，若不處理，牙齒會慢慢鬆脫。」不少長者感到

誤以為久經使用，乃是正常情況，不知道與護齒習慣息息相關。

清潔牙齒的動作看似簡單，卻有不少長者連基本步也缺乏認識，馬楚華說：「有些長者連檢查牙齒的概念也沒有，等到牙齒劇痛時才求醫，可能已經太遲。」她建議為子女者，要更多關注年長父母的牙齒健康；社區中心亦可向長者教授基本口腔健康教育；而口腔護理學生更可義務為長者清潔牙齒，讓銀髮一族的牙齒健康不被忽視，可以吃得開懷、笑得燦爛。

吃得開懷笑得美

◆江麗賢