

THE VOICE 松柏之聲

非賣品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一 三二一五

St. James' Settlement, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mail Address: thevoice@sjs.org.hk

★ 創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物 ★



頭條

◆ 蘇潔燕 陳鑑銘
老人權益促進會執委

對 護老者而言，照顧長者是一項年終無休的責任和堅持；而對在職護老者來說，時間的限制更見明顯，在疫情期間所面對的壓力更不斷加重。事實上，除了時間及經濟上的壓力外，面對醫療及長者服務的停頓、防疫物資的搶購、長者未能正確使用防疫工具、協調照顧繁亂、緊急支援難尋、醫社資訊不足、在處理情緒和壓力上求助無門……確實為護老者增添了很多孤單與無力感。筆者希望分享作為護老者的心聲，反映現時制度及服務上的不足，以及提供改善的建議。

疫情下護老者壓力倍增

疫情期間護老者最大的焦慮與恐懼，莫過於每天見到確診數字不斷增加、影響範圍不斷擴展、擔心在自己居住的大廈有確診者，乃至購買防護用品及藥物，也擔心缺貨和不足；買外賣或到街市又擔心被傳染，一旦被傳染，那就沒有人照顧長者……越想越恐懼，也就越焦慮，循環不息。事實上，在是次疫情中，受感染及傷亡的長者眾多，所以政府及市民都要着力關顧長者；但在同一時段，更加不可忽略是護老者個人的身體狀態和心理健康，所以更要提醒及支持照顧者要照顧好自己，才可繼續有力量照顧家中的長者。

宜建立支援平台 發放緊急津貼

疫情對在職的護老者而言，影響更甚，護老者過往在照顧長者方面，雖然時間長及繁重，但一般經過編排及努力，已熟習各項程序。但在疫情期間，感受最深的是各樣日常生活程序編排突然被打亂了；加上不少長者服務停止運作，甚至到醫院覆診取藥也未能如期進行，

影響不少護老者支援服務以致照顧者壓力激增。另一方面，因長者多留在家，護老者喘息空間減少，照顧工作更為吃力，而與其他同行者傾訴苦況的機會亦減少了，結果不少情緒積壓在心。遇有與長者意見不同，或言語間有衝突，情緒反應一觸即發，破壞彼此關係之餘，亦難以修補。面對以上種種身體及精神健康的重大壓力，護老者能即時得到幫助更加重要，建議馬上建立電話支援熱線或網上互助溝通平台，相信有助防止問題惡化，緩減護老者的壓力。此外，僱主亦可在職護老者在疫情期間的緊急需要，提供彈性工作安排，以助其平衡工作及長者照顧，長遠可參考英國的《僱傭權利法》(Employment Right Act 1996)，以立法形式保障在職護老者。

經濟方面，不少護老者為了照顧家中體弱長者，不惜放棄部份或整份工作，以致減少，甚至無收入。但現時補貼護老者生活開支的「為低收入家庭護老者提供生活津貼試驗計劃」(下稱「護老者津貼」)，其申請限制相當多，而成功申請者每月亦只可獲發放約 2,400 元津貼，可以說現時香港的「護老者津貼」只是象徵式表達對護老者們付出的肯定和尊重，所以建議有豐富經濟儲備的香港特區政府盡快提供高額「護老者津貼」以支援有需要的護老者，以肯定他們的付出。面對疫情，政府可考慮特事特辦，在抗疫期間為長者及護老者盡快提供緊急經濟支援，發放護老者防疫及照顧津貼，有助增加照顧資源及減輕護老者的照顧負擔，從而長者亦可以繼續享受護老者的關顧。

增強外傭防疫意識

另外，若家中有聘用外傭協助照顧長者，疫情期間就要多關顧及提醒家傭的起居及放假時的社交衛

護老者的需要

生情況，以防交差感染。其實社署可考慮在現有的「外傭護老培訓先導計劃」中，加插外傭面對疫情的處理技巧與知識，而協作機構的衛生署也應拍攝培訓短片，在疫情尚未平定期間盡快推出，當中內容更可包括如何運用手機溝通或儲存照顧資料，方便外傭查閱及重溫，減輕在職護老者的龐大壓力。也建議社署或服務機構成立專為護老者而設的資訊平台，當中可邀請護老者參與，以用家角度，分享照顧經驗或有用資訊，而工作人員可協助聯繫或統籌各方面資訊以便護老者查閱和使用。

護老者服務發展政策 屬起步

香港社會服務聯會在本年三月進行《護老者服務發展策略行動方案》的諮詢，這只是起步點，距離有具體的政策及服務上的轉變，仍有待跟進。因此，護老者需要團結起來，為長者及護老者的權益向政府及有關當局反映意見，爭取全面改善護老政策及服務，當中包括政府及社會整體確認護老者對家人及社會的貢獻，確立其角色和發出身份證明，並將護老者列為照護系統的一部分，相信這是對護老者的基本尊重及實際支持。

總結而言，無論在疫情期間及往後，護老者都會面對照顧的壓力，故必須保障護老者獲取資訊、訓練、服務及緊急經濟支援的權利。另外，更長遠實質有效的措施包括：增加長期護老者津貼。最後再提醒要關注護老者自身的健康與生活質素，特別是雙老及年邁護老者，營造護老者友善的環境，達到關己護人，愛心有力，繼續前行！

參考書目：

吳啓漢、許欣琪 (2017)。《居家安老：家庭與社區的照顧及支援》。香港：香港願景計劃及香港政策研究所。

樓瑋群 (2018)。《年長護老者身心狀況及服務需要研究》。香港：香港社會服務聯會及香港大學秀圃老年研究中心。

香港社區組織協會及香港老人權益聯盟 (2017)。《護老者支援服務嚴重不足「居家如何安老」?》。香港：立法會 CB(2)373/17-18(04) 號文件。

Carers UK and Carers Trust (2017). *Guide to the new Carer Passport in hospitals*. <https://carerspassports.uk/assets/documents/CP-Hospitals---Guide.pdf>

Legislation.gov.uk (1996), "Leave for family and domestic reasons", *Employment Rights Act 1996*, Ch. 18, 47C, p.51.

◆ 巧竹

