



保良局深水埗綜合復康中心



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

中心通訊
2025 年 7 月號

目錄

編者「深」聲 P.1

深中日常 P.2-3

醫護資訊 P.4

治療部資訊 P.5

輔助醫療服務統計 P.5

職員動向 P.6

服務質素標準 P.6

服務滿意調查問卷 P.7

編者「深」聲

近年，「生、老、病、死」成為香港社會中的常見議題。普羅大眾不再忌諱談及這個話題，甚或以輕鬆態度去了解「死亡」，及為自己預先規劃及安排人生的最後階段。

香港現時有超過 60 萬名殘疾人士，超過七成為 50 歲或以上人士。殘疾人士比非殘疾人士更容易出現繼發性疾病、醫療併發症和身體機能早衰的問題。2024 年社福界推出為殘疾人士及照顧者而設的「賽馬會安寧頌：融和篇」安寧照顧服務計劃，計劃旨在為患有晚期疾病的身體障礙、智力障礙或精神復元人士提供身、心、社、靈和實務需要的全人照顧服務，讓其生活質素得以維持，並減輕照顧者的壓力，促進家庭關係融和。

除安寧照顧服務認識外，中心於過去一年亦舉行一系列的生命教育活動，期望利用不同工作坊、參觀、講座等讓服務使用者及照顧者體會及了解生命的不同階段要面對的問題，從而反思生命的意義，學懂珍惜生命，建立正確的價值觀。



有興趣可參考：「賽馬會安寧頌：融和篇」資訊

華永會 感激我遇見工作坊

透過製作苔蘚畫，讓服務使用者及照顧者利用乾苔蘚製作樹畫，將其轉化為藝術作品，延續植物的生命，從而體會生命的價值。

苔蘚畫工作坊



大笑瑜伽工作坊

此活動由專業導師帶領，讓服務使用者及照顧者透過大笑瑜伽體驗，在輕鬆環境下，學習開懷大笑及互相讚美，達致身心健康。



日常訓練



藝術



大型遊戲



義工活動



小學義工探訪



義剪活動



房間活動



遊車河活動



生日會

祝 4-6 月份壽星生日快樂!



上期講述濕疹的成因及預防方法等，今期會為大家講述濕疹的治療方法。

濕疹治療有哪些？ 中西醫治療比一比

西醫濕疹療法	滋潤劑	類固醇	非類固醇藥劑	抗組織胺
原理	 保持充足水分 降低痕癢乾燥 的不適感	 抑制過敏引起的 炎症反應	 以足夠的藥物濃度 將細菌殺死 (抗生素、免疫調節劑藥膏)	 減少胺分泌 緩解過敏及止癢
壞處	效果不持久	易產生依賴性 與諸多副作用 (皮膚變薄、皮下易出血)	易腸胃不適 肝功能異常 (或是頭暈、頭痛、嗜睡)	效果不持久 且有嗜睡的副作用

其他濕疹療法	光照療法	濕敷療法
原理	 以紫外線光照 控制並減緩病情	 增加藥物吸收 降低水分散失，加速皮膚修復 (強力的保湿，讓肌膚維持在保濕的狀態裡)
壞處	有療程，無法立即見效 且有罹患皮膚癌的風險 (不建議吃過以下兒童、孕婦、 光敏感或紅斑狼瘡患者採用)	濕敷時間過久 易造成毛囊發炎 (需遵照醫師指示，才能降低感染風險)

中醫濕疹療法	中醫食療
原理	 體質調整解決 反覆發作問題 (以食療降低藥物攝取)
壞處	不能求速效 且療程長

總括來說；中醫認為濕疹主要是風、濕、熱所引起的。濕疹體質多半是「濕熱」的情況，身體容易水腫、感到疲倦，所以濕疹飲食禁忌會以避免發濕、動血動氣（如補品）、刺激（容易致敏）、燥熱性的食物為主，也要避免冰涼飲品，以免加重體內的熱和濕結合，引起濕疹復發或濕疹加劇。

參考資料: <https://cubedskincare.com/blogs/article>

高爾夫球肘是一種常見的肘部疼痛，連接前臂肌和肘部的其中一條肌腱發炎，致手肘內側疼痛的病症，多因過度使用手肘肌肉和肌腱造成。

高爾夫球肘的常見成因是多由重覆性勞損、受創或用力過度所引致：

- 長期重覆地手握或提舉重物
- 日常生活中過量使用手腕及手握力
- 常見於家庭主婦，或需長期使用手握工具工作的人士

臨床徵狀：

- 手肘內側繃緊及疼痛嚴重時，會有發熱和腫脹的情況出現，痛楚甚至會蔓延至前臂
- 疼痛於握拳、擰捏、提物或屈曲手腕等動作時加劇
- 手腕或握拳時出現無法使力的現象
- 難以把手肘完全伸直

簡單的紓緩方法：(家居運動及護理)

急性期處理

於高爾夫球肘急性發炎時，手肘內側會出現劇痛、發熱和腫脹等情況。此時應適當休息手部及冰敷患處，使症狀緩減。

次急性期處理

當急性發炎減退後，患者可開始作輕柔按摩及伸展運動，以促進血液循環，增加手腕活動幅度和減輕肌腱黏連。

手肘按摩

(建議每天最少做 3 次，每次按摩 3 - 5 分鐘)



手腕屈肌伸展運動

(伸展時前臂或手肘需感覺到拉緊，每次維持 15 - 20 秒，重複 5 - 8 次，每天三組)



資料來源：

[https://www.smartpatient.ha.org.hk/docs/default-source/disease-pdf/golfer's-elbow-\(chinese-version-only\)-en.pdf?sfvrsn=f570149b_6](https://www.smartpatient.ha.org.hk/docs/default-source/disease-pdf/golfer's-elbow-(chinese-version-only)-en.pdf?sfvrsn=f570149b_6)

輔助醫療服務統計

到中心提供服務	提供服務次數	求診人次
中醫服務	10	54
外展精神科	3	36
巡院醫生 (VMP)	32	199
言語治療師	11	81
營養師	6	49
藥劑師	3	36

職員動向



社工
葉慧敏

大家好！我是社工葉姑娘，6月初已經到職，新加入這個大家庭，我希望日後在不同的活動上，可以多認識大家，一齊參與活動和創造美好的回憶，請大家多多指教！

登記護士
馮淑怡

Hello，我係登記護士馮姑娘，好開心可以回到深中呢個大家庭，繼續我熱愛既護理工作，希望能夠運用我專業知識和熱誠為每位舍友提供支援同照顧。



導師 |
林頌賢



大家好，我係新入職導師林頌賢，大家可以叫阿賢，好高興可以加入到呢個大家庭，各位前輩都好好人，各位舍友都好可愛，希望以後各位多多指教，多多包容。

服務質素標準 1-4

標準一：

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

- 派發服務資料予有可能需要接受服務的人士、職員及區內有關服務機構或團體。

標準二：

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

- 機構及單位需為有關服務提供的政策及程序定期檢視，或按需要作非定期檢視。

標準三：

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

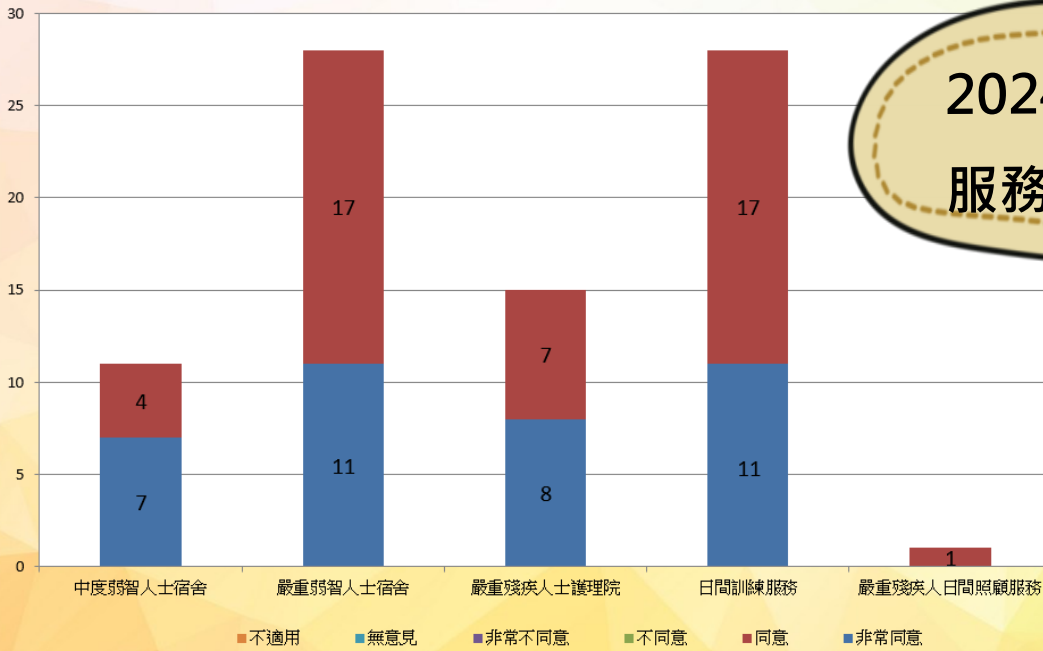
- 保存最新及準確的服務運作及活動紀錄以製備統計報告。
- 向社署提交最新及準確的統計報告。
- 於季刊中向服務使用者及公眾人士提供服務統計資料。

標準四：

所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

- 中心備有機構及單位架構圖，列出組織架構和問責關係。

2024 至 2025 年 服務滿意調查問卷



共發出 108 份
問卷，回收 55 份
問卷。

服務意見及跟進



: 家長意見



: 中心回應

- 感謝各同事悉心照料舍友。
- 非常感謝深中社工團隊、醫護團隊、支援團隊在過往一年對舍友嘅關懷和照顧，尤其是謙 SIR 對我們家人及舍友的幫忙！祝各位身體健康、新年快樂！
- 在此多謝導師 CANDY HUI 對舍友的照顧，多謝社工黃姑娘對本人的幫助。

中心回應：

感謝各位家長的讚賞和肯定，已向同事們轉達各位的讚賞，中心各同事會繼續為舍友及各位家長提供良好的服務質素。

希望中心能提供更多物理治療服務。

中心回應：

有關物理治療，中心會由物理治療師定期安排舍友接受訓練，如家長對舍友的訓練有建議，歡迎向社工提出，社工會再與物理治療師商量合適的訓練計劃。

Recommend to cover dental service and enhance oral hygiene practice and awareness in hostel.

中心回應：

中心大部分舍友有參與盈愛牙科的護齒同行計劃，會定時安排舍友覆診牙科；此外，中心亦有於日間訓練中教導舍友正確刷牙的步驟；如家長想舍友增加刷牙或口腔清潔的訓練，歡迎向社工提出，社工及導師可為舍友計劃個人化訓練。

- 希望可增加探訪日數。
- 不知可否安排 24 小時托管。

中心回應：

- 中心現時一星期七天亦有安排家屬探訪，家長可致電到中心查詢，如個別家長有需要可向社工提出，社工會再協助調整探訪時間。
- 有關托管方面，中心也有提供偶然暫宿，詳情可向社工查詢。

中心地址：
深水埗石硤尾邨服務設施大樓 4 及 5 樓
保良局深水埗綜合復康中心

Address:

Po Leung Kuk Sham Shui Po Integrated
Rehabilitation Centre,
4/F & 5/F, Shek Kip Mei Estate Ancillary Facilities
Block, Sham Shui Po, Kowloon

電話號碼：3568 7853

傳真號碼：3568 7859

電郵地址：sspirc@poleungkuk.org.hk



如有意見、讚賞、鼓勵及分享，歡迎以書面、傳真、投入中心意見箱或電郵方式
予本中心營運經理羅家茵姑娘。

舍友姓名：

家長姓名：

日期：

意見：

寄：

郵票

《殘疾人士院舍條例》牌照事務處檔號：D0284

督印人：營運經理 羅家茵

製作人：社工 鄧頌韻

印製日期：2025 年 07 月

印製份數：100