



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

2024-2025 年度 第 4 期中心通訊

編者「深」聲

目錄

編者「深」聲	P.1
深中日常	P.2-3
治療部資訊	P.4
醫護資訊	P.5
職員動向	P.6
輔助醫療服務統計	P.7
服務質素標準	P.7

過去一年，中心在舍友、家長及職員層面致力推廣生命教育。透過華永會的生命教育計劃「段捨離」及「感激我遇見」，以各種方式及媒介與各位探索人生，理解生與死是什麼一回事，學習如何珍惜擁有，把握當下讓愛說出口，重新領悟生命的價值。

2 月中旬，中心曾帶領舍友及家長到挪亞方舟生命教育館參觀，透過館內的互動遊戲、影像廊等設施，體驗人生不同階段旅程，思考生命意義達致身心和諧。此外，3 月亦舉行了苔蘚畫工作坊，得到家長跟舍友踴躍參與。在寧靜和平的氛圍過程中製作永生苔蘚畫，放鬆自我和舒緩壓力，感受到活在當下的感覺，發揮參加者的創意和小宇宙，綻放光芒。

未來，中心將會繼續舉辦其他生命教育活動，如大笑瑜伽體驗、珍愛照相館及家庭正向溝通講座，從多方面向中心服務受眾宣揚生命教育的意義，以行動珍惜身邊所愛，活出有愛的生命。

大笑瑜伽體驗現正繼續接受報名，其他活動稍後會提供相關宣傳資料，如對活動有興趣或對計劃內容有任何查詢，可隨時與中心社工聯絡。



挪亞方舟生命教育館參觀



苔蘚畫工作坊

深中日常

大型活動

DAC&HMMH 旅行



睇下我哋玩得幾開心，
親親大自然，曬吓陽光~



個盤菜大過我塊面呀，
快啲影完就開餐喇！



日間訓練



平時舍友會進行不同的訓練，如舍務、
自理、感觀、藝術發展等。



義工活動



好高興有小學生嚟探我哋呀！



陶藝小組



整陶瓷我哋最在行，碌碌碌碌~

節日活動



新春佳節樂繽紛，我地秉承
節日傳統派利是、寫揮春~



2025 靈蛇獻瑞賀新春 春茗活動



一年一度又新春，我哋都係抽到獎嘅幸運兒~



房間活動



今季我哋捉緊冬天的尾巴，分別去了飲茶、
行花市、燒烤等戶外地方~



生日會



祝各位 2025 年壽星生日快樂~



預防院友跌倒： 全方位安全照護策略

職業治療師 黃俊豪

在智障及身體殘疾院舍中，跌倒是常見及極需重視的安全問題，跌倒可以導致骨折、心理有恐懼，甚至長期臥床的風險。由於舍友的認知、平衡及行動能力各異，職業治療師透過「環境調整」、「個人化訓練」、「輔具應用」及「團隊合作」等策略，期望達致全面降低跌倒的風險。

1 環境安全：打造無障礙生活空間

環境是預防跌倒的第一道防線，需針對不同障礙程度進行調整：

- ✧ 走動空間規劃：地板使用防滑材質，走廊、房間應保持寬敞，避免雜物堆積，保持地面乾爽。
- ✧ 輔助設施：在浴室、床邊及走廊加裝扶手，需要時使用浴椅或浴床，並確保輪椅高度與床、座椅匹配，減少轉移時的跌倒風險。
- ✧ 照明優化：夜間保留柔和夜燈，避免舍友因視線不清而絆倒，尤其針對視力較差或夜間頻尿的舍友。
- ✧ 緊急應變措施：設置無線呼叫鈴或跌倒偵測系統，確保意外發生時能及時協助。

2 個人化功能評估與訓練

每位舍友的跌倒風險因素不同，需透過評估制定協助程度：

- ✧ 合適的輔具能大幅提升行動安全性：
- ✧ 步行輔具：依能力選擇四腳拐杖、助行器或輪椅，並調整高度。
- ✧ 防滑鞋與衣著：避免過長褲腳或鬆脫拖鞋，建議穿著防滑鞋。
- ✧ 同工的輔助，按舍友的機能，訂下轉移的方案和協助方式，有需要時使用輔助工具如移位機轉移。

3 跨團隊合作與家屬教育

- ✧ 藥物管理：與醫護人員討論舍友用藥情況，調整可能導致嗜睡或頭暈的藥物劑量。
- ✧ 照顧者訓練：教導扶抱技巧，避免使用錯誤方式轉移舍友。
- ✧ 行為處理：與臨床心理學家、社工、及導師，商討舍友引致跌倒的行為應用(如衝跑等)，並加以監控和改善。

預防跌倒需整合環境、個人及團隊多面向，並定期檢討改善。透過系統性評估與介入，不僅能減少意外，更能提升舍友的自主活動能力與生活品質。

濕疹是香港其中一種最常見的皮膚問題？

在皮膚疾病中佔據 25% 的比例，而單在香港就有 10% 至 20% 的人有濕疹。發作時症狀包含紅腫、乾癢、龜裂、發炎等，往往令人難以忍受，嚴重時就連睡覺都也在抓癢，整晚輾轉反側，影響到日常生活。

濕疹有沒有解決方法嗎？

濕疹是皮膚炎的一種，有分急性濕疹和慢性濕疹。儘管濕疹種類繁多，但多數濕疹患者會出現類似症狀，例如皮膚乾燥發癢、丘疹、起水泡，或不慎抓破而引起細菌感染發炎等；若是長期處於濕疹的狀態，皮脂膜會因此受損，而導致皮膚保濕度下降，變得乾燥並且出現皮膚變粗、增厚、脫皮、色素沉澱等症狀。如果沒有妥善處理，嚴重者可能會引起併發症。只要及時處理、改善傷口，並適當日常保養，不但可以控制病情、減少復發機會，甚至也有完全康復的案例。

引起濕疹的 10 大原因？濕疹成因揭秘

濕疹並不是單純皮膚太乾或太濕的問題，濕疹是一種皮膚發炎，會發紅、發癢，確切引發原因目前不清楚，主要是體質與外在環境誘發體內免疫反應造成的。濕疹不會傳染，一個人身上可能同時有不同型態的濕疹並存，至於誘發原因不同，治療也會有所不同。

天氣會使濕疹惡化嗎？

天氣會影響濕疹情況，並導致濕疹惡化。冬季的低濕度（乾燥空氣）會讓皮膚乾燥；而高溫引起的潮濕會導致出汗，使痕癢更嚴重。

如何預防濕疹？

1. 在皮膚感到乾燥，或沐浴後立即在乾燥的皮膚上塗抹保濕霜，以鎖住水分。
2. 用適當的溫度洗澡，避免水溫過高。
3. 保持水分充足，每天至少喝八杯水，可以幫助皮膚保持濕潤。
4. 避免穿著羊毛或合成纖維等易刺激敏感的材質。
5. 避免接觸刺激物和過敏原。

濕疹會持續多久？有根治濕疹的方法嗎？

某些情況下濕疹是慢性病，不好好處理可能持續復發，成為終生困擾。正確的治療以及日常保濕對於減輕皮膚發癢、乾燥的症狀非常有效，可以有效減低復發的機會。

下期與大家分享中醫及西醫的治療方法！

資料來源: <https://cubedskincare.com/blogs/article>

導師 I
王梓穎



大家好，我叫王梓穎，好開心可以加入呢個大家庭，請大家多多指教。

福利工作員 IV
周麗姣



我是剛從護理員轉職到導師的麗姣，未來將會以另一身份為舍友服務，希望我能夠運用我的經驗，用心地照料他們，讓他們享受每一天。

康復護理員 II
羅慶鳳



大家好！我是護理員慶鳳，剛加入保良局大家庭，祝各位都工作愉快！

康復護理員 II
譚貴鳳



各位好，大家可以稱呼我做貴鳳，很高興能進入保良局工作，照顧舍友，請大家多多指教。

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	7	35
外展精神科	3	36
巡院醫生 (VMP)	31	226
言語治療師	10	59
營養師	9	107
藥劑師	3	36

服務質素標準 13-16

標準 13 - 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

- 在中心內，每位舍友都設有一個獨立的個人衣櫃；
- 並會上鎖以保障舍友的私人財產。

標準 14：服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利

- 保障服務使用者私隱與尊嚴政策。

標準 15：每一位舍友及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

- 中心備有處理投訴的政策和程序，並可供舍友、職員及其他關注人士閱覽。

標準 16：中心採取一切合理步驟，確保舍友免受侵犯。

- 中心備有確保舍友免受他人的言語、人身及性侵犯的權利受到尊重的政策及程序，並可供舍友、職員及其他關注人士閱覽。

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