



保良局薄扶林復康中心 季刊第二十七期

(2017年4月號)



目錄



- P.2 編者的話
- P.3 中心資訊
- P.4 活動預告/新職員介紹
- P.5 服務質素(SQS)知多少-SQS 10
- P.6-9 中心活動花絮
- P.10-11 醫護資訊 (濕疹)
- P.12 物理治療服務 (五常痛)
- P.13 2016-2017 年度服務滿意調查結果
- P.14 2017 年 1-3 月各類統計
- P.15 義工招募、復康設施借用、
日間暫顧/住宿暫顧服務



編者的話

社工 伍榮生

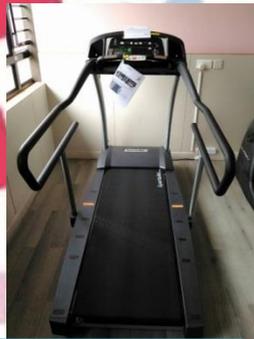


「光陰似箭，日月如梳」。轉瞬間，雞年伊始，在這裏敬祝大家新年快樂，心想事成，龍馬精神。去年度，中心以「體藝健康、活得更精彩」為題，為學員設計不同的體藝活動及訓練，並在康樂文化事務署舉辦之「田徑同樂日」獲得多項獎牌。而在去年本局舉辦之特飾便服日中，本中心籌款不但有賴各家長及捐助者的踴躍支持，共籌得 8,320 元外，更榮獲便服日最具特「飾」創意大獎(冠軍)，實有賴學員積極的投入，職員用心的教導，才有此殊榮。

新一年度，除秉承活得更精彩的主題外，會更深化各小組訓練內容，並以「自我主導、獨立生活」為題，繼續發掘學員潛能，為學員提供更全面的訓練和優質的生活。

中心資訊

便服日最具特
「飾」創意比賽
— 中心榮獲本局
舉辦之特飾便服
日最具特「飾」
創意大獎(冠軍)。



中心成功申請何東爵士慈
善基金，將購買 1 部太空
漫步機及兩部電動跑步機
予學員使用。

足球訓練 — 中心於本年 3 月起，邀請了
車路士足球學校(香港)派教練每週四到中
心訓練學員足球技巧及鍛煉身體肌能。





活動預告



2017 年	活動
4 月	復活節生日會活動 天星碼頭展銷
5 月	慶祝端午節活動
6 月	義工探訪 家長講座



新職員介紹



大家好，我是新來的導師，我叫周芷薇。很開心可以加入保良局薄扶林復康中心成為當中的一份子。感謝同事們的指導，亦很高興可以為學員服務！

服務質素(SQS)知多少

標準 10

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

1. 服務單位備有讓服務使用者申請接受服務和退出服務的政策和程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
2. 收納服務使用者的政策以一視同仁為原則，並清楚界定服務對象，以及收納優先次序的決定準則。
3. 如服務單位不接納申請服務的人士，應向該申請人陳明不接納的原因，如情況適當，應將申請人轉介到另一符合需要的服務單位。



中心活動花絮

傷健活力嘉年華

13/1/2017



呂明才中學
義工活動
14/1/2017



香港特殊馬拉松
15/1/2017

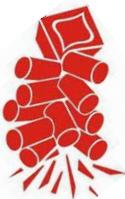
中心活動花絮

新春聯歡會
20/1/2017

2016 家長會 II
20/1/2017



賀新年生日會(1-3月)
10/2/2017



中心活動花絮



金雞鳴新春
24/2/2017



中心活動花絮



花展
10/3/2017

家長健康講座
3/3/2017



學員大會
17/3/2017



醫護資訊

資料搜集：
護理主任
李曉君姑娘

濕疹

又稱為皮膚炎，是一種不具傳染性的皮膚疾病，可引起皮膚敏感和發炎，濕疹是十分常見的皮膚疾病，幾乎每五個人便有一人曾被濕疹困擾



成因

濕疹的成因包括：

- 遺傳
- 引起過敏反應的物質，例如灰塵、羊毛、花粉、寵物的毛和皮屑
- 食物中的蛋白質，例如海產、奶類、牛肉、花生

症狀

- 皮膚痕癢、乾燥、有水泡
- 水泡破裂，有出水現象
- 結痂，脫屑
- 患處皮膚變厚和粗糙，紋理十分明顯
- 患處受細菌感染而發炎
- 其他敏感情況，例如鼻敏感、哮喘



濕疹的護理

1. 洗澡

- 洗澡的時間不宜過久
- 水溫要適中，勿用太熱的水洗澡
- 洗澡時不要用毛巾或海綿大力磨擦皮膚，以減低對皮膚的刺激
- 避免使用肥皂、含香料的清潔劑或消毒藥水洗澡，可用醫生指示的代用品和潤膚膏

2. 衣物

- 應選用吸汗、通爽的純棉衣物
- 穿著禦寒衣服如羊毛衣、絨襪時不要直接與皮膚接觸，應以棉質衣物相隔
- 清洗衣物時，避免使用過量洗衣粉及要將清洗衣粉徹底過清

3. 飲食習慣

- 避免進食曾經引起過敏反應的食物
- 注意營養均衡，以增加身體抵抗力

4. 家居環境

- 經常保持家居清潔，避免塵埃積聚
- 避免使用地氈、絨沙發和絨毛玩具
- 避免飼養有毛的寵物和種植有花粉的植物
- 避免混濁和塵土飛揚的環境
- 經常保持室內涼快，以免患者因過熱而流汗

5. 戶外活動

- 盡量避免在猛烈陽光下作戶外活動，以免因出汗過多而刺激皮膚
- 當天氣炎熱或進行運動時，應常備濕毛巾抹汗
- 運動後應儘快清潔



物理治療服務

資料搜集：
物理治療師
蔡高朗先生

五常痛

周身痛又可稱為「五常痛」，即平日最常出現痛楚的五個位置，包括頸痛、肩膊痛、腰背痛、坐骨神經痛及膝痛。頸椎過度傾前、長時間坐着或站立、走路過急等，都是導致港人「周身痛」主因。都市人可透過伸展運動，改善抽緊了的肌肉群及紓緩痛楚。

1. 頸痛



右手將頭部拉向右方45度角，伸展上斜方肌。

2. 肩膊痛



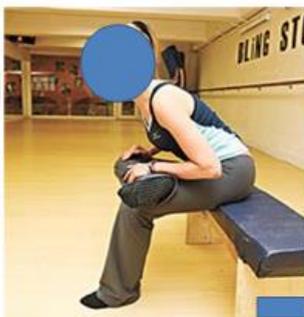
雙腳屈曲，打開膊頭，雙手反手向後壓，伸展前三角肌。

3. 腰背痛



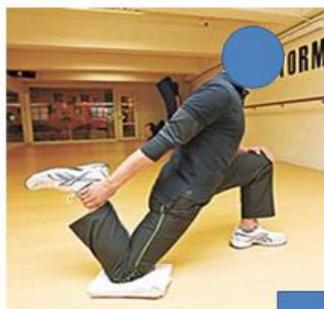
右腳擺向左方，並呈90度角，左腳垂直貼地，伸展腰方肌。

4. 坐骨神經痛



右腳蹠起，上身向下壓，伸展梨狀肌。

5. 膝痛



左腳屈膝，右手拉右小腿，伸展股四頭肌。

2016-2017年度服務滿意調查結果

2016 至 2017 年度服務滿意調查問卷於 2016 年 12 月派發各家長，是次共派發及收回 44 份問卷。在此感謝各家長的寶貴意見，中心會就著家長的意見作出配合及提供服務。中心各職級同工會繼續努力提昇服務質素。

問卷調查結果	十分滿意	滿意	不滿意	十分不滿意	不適用
(一) 服務及照顧					
1. 日常起居生活照顧	47.73%	52.27%	0.00%	0.00%	0.00%
2. 健康護理照顧	47.73%	50.00%	2.27%	0.00%	0.00%
3. 膳食適合 貴子弟的 個別需要	40.91%	59.09%	0.00%	0.00%	0.00%
4. 接觸家長 / 監護人	54.55%	45.45%	0.00%	0.00%	0.00%
5. 職員的態度方面	70.45%	29.55%	0.00%	0.00%	0.00%
6. 支援服務					
6.1 臨床心理服務	4.55%	9.09%	0.00%	0.00%	86.36%
6.2 職業治療服務	13.64%	22.73%	0.00%	0.00%	63.63%
6.3 物理治療服務	11.36%	18.18%	0.00%	0.00%	70.46%
6.4 暫顧服務	4.55%	0.00%	0.00%	0.00%	95.45%
6.5 義工服務	2.27%	0.00%	0.00%	0.00%	97.73%
(二) 活動及訓練					
1. 活動方面	40.91%	59.09%	0.00%	0.00%	0.00%
2. 訓練方面	47.73%	50.00%	2.27%	0.00%	0.00%
(三) 環境及設備					
1. 地方及傢俱整潔及衛 生程度	52.27%	47.73%	0.00%	0.00%	0.00%
2. 環境的舒適程度	52.27%	47.73%	0.00%	0.00%	0.00%
3. 環境和設備的安全性	52.27%	47.73%	0.00%	0.00%	0.00%
(四) 整體服務意見	52.27%	47.73%	0.00%	0.00%	0.00%

2017年1-3月各類統計

輔助醫療服務統計資料



駐機構職業治療服務

項目	月份	1月	2月	3月
	探訪次數	4	3	4
接受職業治療個案數目	12	11	9	
接受職業治療服務人次	24	19	18	

駐機構物理治療服務

項目	月份	1月	2月	3月
	探訪次數	5	9	11
接受物理治療個案數目	15	16	16	
接受物理治療服務人次	33	67	80	

駐機構臨床心理服務

項目	月份	1月	2月	3月
	探訪次數	4	2	6
評估服務次數	9	5	14	
個案數目	5	5	6	

義工招募

現誠邀各家屬/監護人/公眾人士，參與成為我們的中心義工，義工可就個人專長、興趣及時間，協助中心小組訓練及興趣活動。有興趣成為義工之人士，可致電 2551 3302 與社工聯絡。

復康設施借用

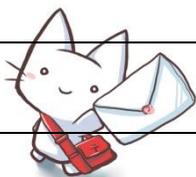
中心提供復康用品給社區人士借用，如輪椅等。如有查詢可向中心社工聯絡。(電話:2551 3302)

日間暫顧/住宿暫顧服務

服務簡介：為 6 歲或以上智障人士提供短期照顧，讓他們的家人或照顧者得以在預先計劃的情況下稍作歇息（例如離港旅遊）或處理個人事務（例如接受手術），亦可讓背負沉重壓力的家人或照顧者暫時卸下照顧的責任，減壓調息。

服務查詢及申請，請與中心社工聯絡（電話：2551 3302）

如對本中心有任何意見，或希望向季刊投稿，歡迎郵寄、投放於中心的意見箱或與中心主任張熾成先生聯絡。



地址:薄扶林道 147 號 6 樓

電話:2551-3302

傳真:2551-3329

電郵:pfl@poleungkuk.org.hk

網址: <http://rehab.poleungkuk.org.hk/zh-hk/476/page.html>

郵票



督印人 : 張熾成

編輯小組 : 伍榮生、盧麗碧

印製數量 : 150 份

出版日期 : 2017 年 4 月

殘疾人士院舍條例豁免牌照證明書編號 : C0704

