



保良局
PO LEUNG KUK

薄扶林復康中心

「2021年4月號·中心季刊第四十三期」



保良局薄扶林復康中心

何志豪攝



編者的話

活動預告及新入職員工介紹

中心防疫措施

服務質素(SQS)知多少 - SQS 9

中心活動花絮

醫護資訊 - 瘀傷

輔助醫療服務統計資料

義工招募、復康設施借用、

日間暫顧/住宿暫顧服務

P.1

P.1

P.2

P.3

P.4-5

P.6

P.7

P.8

編者的話

面對疫情持續，應該如何面對？有人會選擇積極，也有人會消極應對，每個人的反應都可能不一樣，都是人之常情。

在『疫』境下，盼望大家保持心境愉快，提升自己的抗逆力，主動關心身邊人，尊重並接納其他人對疫情不同的理解及感受，保持積極正面的態度，面對疫情帶來的挑戰。

中心亦會加強清潔，對各方面防疫措施不敢鬆懈，感謝各位家長體諒和一直以來的支持及配合，中心會繼續努力為各位服務使用者提供優質的服務，請大家繼續保持個人衛生，戴口罩，勤洗手，保持社交距離。



事務導師：馮芍冰

4-6月活動預告

月份	活動
4月	● 4-6月份生日會
6月	● 端午節慶祝活動

新職員介紹

康復護理員 鄧利娟

好開心加入保良局呢個大家庭，我見到各位同事都好有愛心同善心教導學員，我見到都好感動啊，我可以加入呢個大家庭係我既榮幸，祝各位工作愉快，身體健康！

導師 馮汐喬

大家好，我係三月份入職的導師阿喬。感恩能夠加入這個大家庭！同事都耐心教導及分享不同學員的性格，讓我更快去認識學員。我會繼續努力去適應環境及工作。



保良局薄扶林復康中心

何志豪攝



中心防疫 措施



院車內外要噴，座位安全帶都不能忽視!!



經常接觸窗簾、門柄，更要噴保護層



床架、床褥正反面都要仔細噴

為加強防疫，中心選用天然配方的殺菌防疫塗層之服務，以霧化形式確保中心每一個角落都得到保護，噴灑範圍包括宿舍區、休閒區及中心車。

因應新冠肺炎疫情，舍友用膳時，已安排座位向單一方，避免進食時有交叉感染的機會，其餘時間亦會提醒職員協助舍友潔手和配戴口罩。



每兩小時消毒扶手，密碼鎖，電箱等公眾地方



每次使用會客室後都馬上消毒，保持衛生。



服務質素 知多少？

SQS 9



標準 9 安全

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員及服務使用者處身於安全的環境。

中心提供及保養各類
消防設備及指引

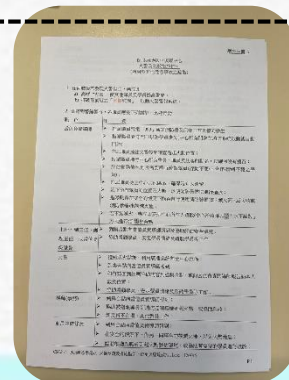
滅火筒



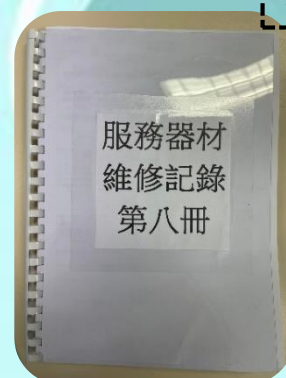
應急照明燈



火警及疏散措施指引



維修記錄



1

提供和有效地保養所有消防設備及其他必需安全設備，每年進行器材檢查和保養。

2

讓職員和服務使用者認識緊急事故應變程序，中心並定期舉行火警演習，每季至少演習一次。

3

服務單位定期查察其現場及鄰近環境，以鑑定是否有安全問題，並確保制定和實施處理該等安全問題的適當策略，如中心制定了暴雨及颱風警報應變措施、服務使用者出診及藥物指引等。

4

凡發生在服務單位並涉及職員或服務使用者的意外或受傷事故及當時的處理方法，均會予以記錄。

5

在運送服務使用者時，會採取一切道路交通安全措施，例如每天檢查，確保中心車內之設備操作正常，包括座椅、扶手、安全帶、輪椅安全扣及配件、升降台及門制等。確保車長駕駛執照及車輛牌照實屬有效。

6

服務單位確保所有器材均得到適當維修，中心亦提供相關使用指引和訓練，以確保員工正確操作中心器材。

活動花絮



賀年暉春 DIY

牛年新春 慶祝活動



麻將樂



齊齊估歌仔



新年掛飾 DIY



活動花絮



活動名稱：1-3 月生日會
日期：21-03-2021



創意種籽畫

種子粘貼畫以培養舍友動手能力，激發舍友的創新思維，促進舍友腦補發育為目標。在 DIY 的過程中提高舍友的運動技巧、協調能力、認知水平、想像能力，專心致志、集中注意力的習慣，細心的習慣，耐心，掌控細節的能力，認真和一絲不苟的習慣等。而且材料都是五穀雜糧，無毒無異味絕對環保可以讓舍友認識更多的食物。



創意雞蛋殼馬克畫

雞蛋可以和很多菜搭配，做出各種美味，雞蛋殼也能有很多種搭配，變身成另一個樣子呢！



把蛋殼洗乾淨，壓碎，加上舍友的創意，就能造成一幅畫！

瘀傷是每個人都會經歷過的小傷患，主要因身體受外物撞擊（通常是鈍物），皮膚下的血管受壓而破裂，導致血液滲入皮膚下的組織並積聚，形成可見的不同顏色的瘀斑。換句話說，不管是甚麼顏色的瘀斑，其實都是積聚的血塊。

瘀斑主要會呈現四種顏色，**紅、藍及紫、淺綠、黃及啡**。而這顏色排序，就是瘀斑隨時間康復而變色的次序，同時這些也是反映了積聚的血液的情況。

第一階段：紅色

在剛受傷時，患處會呈紅色，因為此時血管剛破裂而血液溢出，新鮮的血液仍然含有豐富的氧和鐵，固呈現著血液本來的顏色。

第二階段：藍色及紫色

約 1 天過後，患處就會變成藍色或紫色。這是由於血液含氧量迅速降低，以致血紅蛋白開始逐漸變為藍色。這種狀態可以持續到受傷後的第 5 天。

第三階段：淺綠

在第 6 天左右，你的瘀傷將開始出現綠色。紅血球在破裂後會產生血紅蛋白，而到了第 6 天的階段，血紅蛋白開始分解，這也意味著癒合過程已經開始。

第四階段：黃色及啡色

受傷後第 7 天左右，瘀斑開始變淡，呈淡黃色或淺啡色。這是由於大部分的血紅蛋白已分解完畢，變成了膽紅素。待身體清理好殘餘的細胞後，瘀斑就會逐漸消失。而這個階段可能會長達 1 星期。

對於瘀傷，處理方法可以以「RICE」的 4 個程序來治療：

Rest (休息)：避免再進行會傷及患處的活動

Ice (冰敷)：以冰或冷凍包敷在患處，有助血液凝結、避免瘀血範圍擴大

Compression (包紮)：利用軟布例如 ACE 繃帶包紮患處

Elevation (抬高)：將患處（如手腳）抬高至心臟之上，防止血液繼續積聚

在處理方法之中，以冰敷至為重要，其可幫助降低患處的溫度，幫助患處組織收縮，減慢患處的局部血液循環並讓血液凝結，避免瘀血範圍擴大。而待患處腫痛開始消失，瘀血亦呈散去狀態時，就可改以熱敷，幫助血液循環，加快瘀斑散去。

而很多人用按揉患處的方法，其實對於治療瘀傷就並不合適。因為在患處積聚血液的時候，血管才剛經過破裂，假如此時我們再對患處施加壓力，可能會令出血情況更為嚴重，亦有機會造成發炎，腫脹就會更嚴重。因此按揉瘀傷其實反而不利於康復。



參考資料：<https://medicalinspire.com/web/posts/21293/>



輔助醫療服務 統計資料



駐機構職業治療服務			
月份	1 月	2 月	3 月
項目			
探訪次數	2	2	2
接受職業治療個案數目	4	4	4
接受職業治療服務人次	12	11	15

駐機構物理治療服務			
月份	1 月	2 月	3 月
項目			
探訪次數	9	8	12
接受物理治療個案數目	19	19	19
接受物理治療服務人次	71	67	81

駐機構臨床心理服務			
月份	1 月	2 月	3 月
項目			
探訪次數	4	3	3
評估服務次數	12	10	11
個案數目	8	8	9



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營運經理鍾麗珠姑娘聯絡。

郵票

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.htm>



督印人：鍾麗珠
編輯小組：馮芍冰、梁雅瑩
印製數量：60 份
出版日期：2021 年 4 月
殘疾人士院舍牌照編號：L0296