



# 保良局劉陳小寶綜合復康中心

2014-2015年度第一季季刊

學員司徒嘉敏作品  
題目：溫馨的家



## 編者的話

不經不覺，新的一期季刊又與大家見面了。今期季刊，將繼續介紹中心不同類型的資訊及服務內容，希望各界及社區人士，能夠鼎力支持及參與，讓中心各方面服務更趨完善，共同締造優良的服務。



# 家長職員會

## 家屬巡禮 中心訓練知多D



社工 張惠東

中心於25/04/2014舉辦「家屬巡禮——中心訓練知多D」活動，邀請家長到中心實地觀察中心最新年度的日間訓練，認識不同的訓練種類和流程。大部份家長對訓練的模式和內容感到滿意，尤其參與每天早上訓練前的運動環節，讓學員及家長能有機會舒展身心。

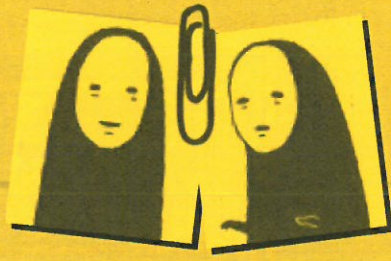


健康講座主題  
常見筋骨勞損及預防



28/05/2014 舉行的健康講座，由中心物理治療師向參與家長講解日常生活常見的筋骨勞損種類、成因、預防等事項，讓家長對相關主題有基本的知識及概念；過程中亦分段加插實習環節，物理治療師示範了一些有助舒緩及預防筋骨勞損的運動，並讓家長一同參與練習，參與的家長均表現投入，過程中遇有疑問亦會積極提問，整個講座氣氛良好。





# 宮崎駿漫畫展

社工  
張惠東

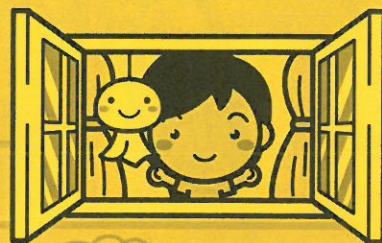


本年夏天，位於香港文化博物館舉辦的「吉卜力工作室場面設計手稿展・高畑勲與宮崎駿動畫的秘密」特別展覽掀起了一股熱潮；中心亦於30/06/2014與學員及家長一同緊貼潮流，欣賞著名動畫大師多年來的親筆手稿，學員與家長除參觀手稿展外，亦順道參觀了其他專題展覽。過程中各參加者表現雀躍，渡過了愉快的一天。



義工活動

~外界團體探訪



社工：馮少芬



進行集體遊戲!

中心分別於28/4/2014(一)、3/5/2014(六)及10/5/2014(六)推行了共三節的外界團體探訪活動，參與機構分別有十八鄉鄉事委員會小學、博愛醫院慧妍雅集新teen地及葵涌循道中學。當天活動由學生義工帶領中心學員進行集體遊戲、製作手工藝(摺環保盒)及唱歌表演，過程中學生們用心講解活動細節、流程和表演內容，而學員亦由學生義工指導下完成手工藝製作活動，兩者相處融洽，能增加學生義工對智障人士的認識，有助達致傷健共融。

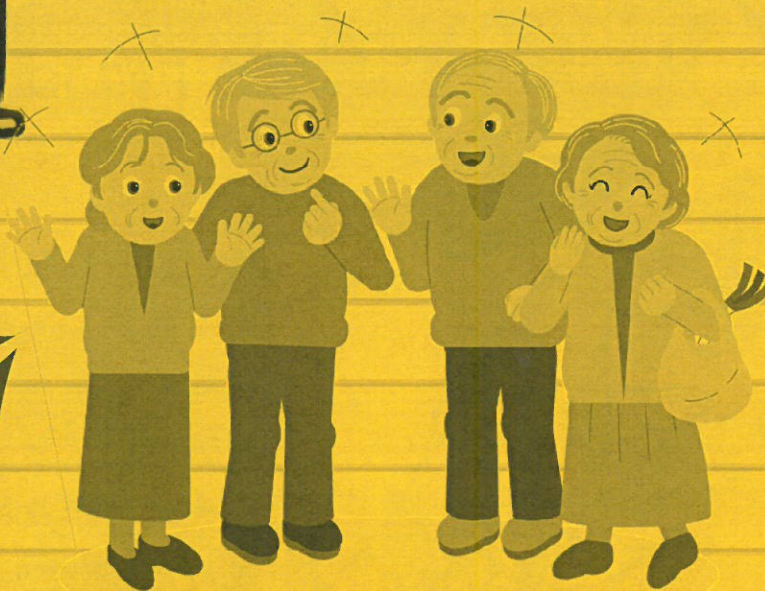


# 社區教育及 支援服務



社工:黎敬恒

## 親親老友記 探訪長者活動



社區教育及支援服務於 30/4/2014 有五位學員前往博愛醫院陳平紀念長者鄰舍中心進行探訪活動，當日中心學員為長者表演「手語舞」，並帶領長者一同參與其中，氣氛融洽，活動完結前，學員負責派發禮物予所有參與長者，大家均表現開心，透過是次活動，讓社區人士與弱能人士有互動互助的關係，建立一個關愛社區。

此外，於 2014 年 4 月期間曾進行了三次會員招募活動，藉此宣傳中心服務，以及本年度社區教育及支援服務計劃活動。



# 職業治療資訊

## 拇指腱鞘炎

職業治療師：黃俊豪



拇指腱鞘炎是指肌腱與外圍的腱鞘出現發炎的現象。部份拇指的活動功能是靠兩條肌腱在腱鞘內滑動產生，腱鞘的作用是要管制肌腱的活動範圍，而其位置在位於橈骨遠端旁邊。拇指腱鞘炎是由於重覆不適當動作或用力，引起輕微損傷，而長期受損則導致慢性發炎。

### 1 病徵

1. 遠端橈骨旁出現痛楚
2. 遠端橈骨旁的部位紅腫及灼熱

### 2 治療

1. 藥物
2. 職業治療包括
  - 給予支架
  - 手部運動
  - 日常生活的護理

### 3 以下是一些要注意的事項：

1. 防止拇指用力抓握太久。
2. 多利用手掌承托物件而避免用拇指與手指抓太重的物件。
3. 減少用拇指推擦的動作。
4. 改用較大手柄的器具。
5. 避免用拇指及手指抓取沉重物件。
6. 簡化工作程序。



# 醫護資訊

註冊護士: 馮寶儀



## 1 病徵

患者通常會出現發燒和痕癢的紅疹。紅疹大概於5天內陸續出現，最初出現於身軀，然後向面部和四肢散佈。這些紅疹先是扁平，及後形成突起的豆狀小水泡，小水泡維持約3-4天，然後變乾、結痂。患者通常約於2-4星期內痊癒。

## 2 潛伏期

約2-3星期。

## 3 傳染期

通常由患者出疹前1-2天，至所有小水泡變乾。水痘的傳染性極高，尤其是在患者出疹的初期。

## 6 治理方法

諮詢醫生有助了解病情；並遵從醫生的建議使用藥物(如退燒和止癢藥物)，以舒緩病徵。如出現發燒，應多喝開水和多休息。睡眠時可穿上清潔的棉手套，以免抓破小水泡而引致皮膚發炎及留下疤痕。應避免與孕婦和抵抗力弱的人士接觸。患上水痘的兒童不應上學，應留在家中約1星期或直至所有小水泡變乾，以免把病毒傳染給校

內其他同學。家長須留心觀察

兒童的病情。如出現持續發燒、拒絕進食、嘔吐或嗜睡等病徵，應及早求診。家長亦要小心觀察家中其他兒童，是否出現水痘的病徵。



## 4 病原體

水痘是由水痘帶狀疱疹病毒引起的急性傳染病，多發生在12歲以下的兒童身上。雖然幾乎所有人於感染水痘後都會終身免疫，但水痘病毒仍可能潛伏於人體內，並可在多年後復發引致「帶狀疱疹」，俗稱「生蛇」。

## 5 傳播途徑

主要透過飛沫或空氣傳播。亦可經直接或間接接觸水泡液而傳播。

## 7 併發症

水痘屬於輕微疾病，並會自行痊癒。不過，有部份患者的傷口可能會出現細菌感染。抵抗力弱的人士和孕婦，患上嚴重的併發症如肺炎和腦炎的機會較高。初生嬰兒若染上水痘，病情會較嚴重，甚至危及性命。婦女在懷孕初期若染上水痘，可能導致胎兒出現先天性缺陷。

## 8 預防方法

保持個人和環境衛生。現時已有疫苗預防此病，約9成接種疫苗的人士都可以產生免疫能力。



資料來源: 衛生防護中心

# 皓月居 & 綠茵居

## 房 間 活 動

## 花 絮

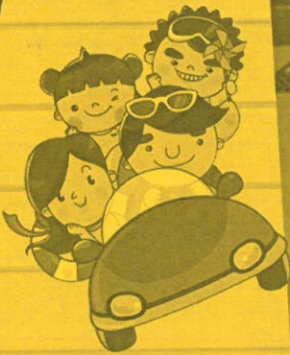
林村許個願



祝大家每日都快快樂樂!



許完願食餐勁既!



我希望……要多三個願望!

# 星花庭 & 葵花庭

## 添馬樂悠悠

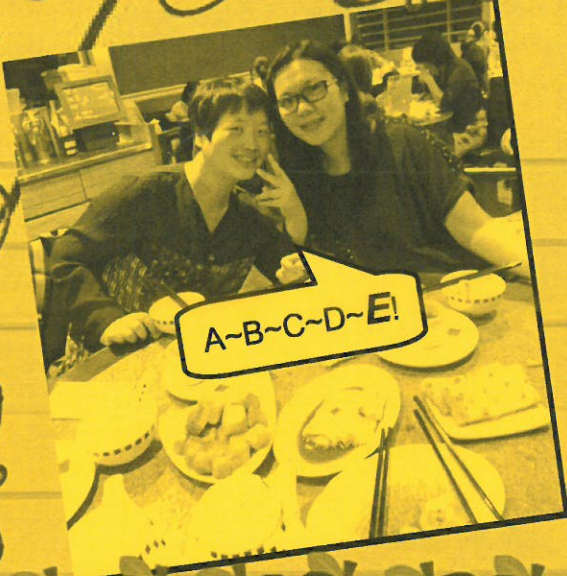
海景好靚呀!Yeah!

添馬公園到此一遊!





# 蕙蘭庭房間活動



A~B~C~D~E!



呢度就係大樹下啦!

大樹下轉個圈

# 玫瑰庭房間活動



風和日麗，最  
岩遊公園!



美孚公園遊

望住鏡頭~笑!

# 薰衣草庭房間活動



參觀藍地妙法寺

YEAH!



呢度就係妙法寺!

# 物理治療資訊

## 心肺系統復康物理治療



### 1 什麼是物理治療？

物理治療是建基於現代西方醫學的一種非藥物治療方法，它是利用人體生理對物理刺激所作出的反應來達到治療目的。例如利用電力、水力、冷、熱、光、磁，再加上運動訓練及手力治療，從而幫助病人舒緩痛楚、加強活動能力和心肺效能，促進恢復日常活動能力。

### 2 何謂心肺系統復康物理治療？

心肺系統復康物理治療，為眾多物理治療類別其中之一，治療目的是為患心肺系統疾病和手術前後的病人提供物理治療，包括指導舒緩呼吸方法及提供心肺功能鍛鍊，加速病人痊癒進展。



### 3 心肺系統復康治療對象

呼吸系統疾病如慢性氣管阻塞、肺炎、氣管炎和哮喘等的患者，治療類別包括下列：

- 哮喘
- 先天性心臟病
- 為患者提供設備，以幫助他們呼吸、清除痰涎和減少咳嗽
- 長期呼吸問題的患者



### 4 心肺系統復康治療目的

維持患者呼吸道衛生，提高心肺功能，增加運動耐力，以減低併發症機會，促進恢復日常活動能力，提高痊癒進展及生活質素。

### 5 心肺系統復康治療方法

心肺系統復康治療的方法，包括姿位排痰、拍痰、鬆弛技巧、呼吸運動、肌肉強化運動和帶氧運動等。

資料來源：  
<http://hongkongpa.com.hk/>

[http://www3.ha.org.hk/poh/ch/services/02\\_02\\_physio.asp](http://www3.ha.org.hk/poh/ch/services/02_02_physio.asp)

# 攜手扶弱基金~ 「y-apps」計劃

“肥皂”點心  
好靚呀!

此計劃目的是為自閉症、發展障礙及智障青少年提供一系列專線服務，包括不同類型的小組及活動，關顧他們之身心健康，協助他們及早適應成長階段所帶來之轉變，同時亦為其照顧者提供支援服務。

每日都要咁開心!

而中心現推行為期兩年一系列小組活動，包括有輔導性小組、治療性小組、訓練性小組及發展性小組，過去曾舉辦的小組類別有「男女大不同—性教育小組」、「歷奇至多 fun」及「肥皂手工樂」，當中各學員均踴躍參與，表現投入及樂在其中。

歷奇活動  
好好玩呀!

最近中心亦正舉辦另外一個名為「正向心理」的輔導性小組，藉著與學員分享正向心理知識，教導學員建立正面思維及情緒，以積極正面的心態去面對困難及事情。另外，治療性小組「攝影樂趣多」亦正進行中，此活動透過讓學員認識攝影的技巧，從而協助他們表達內心世界，增加滿足感及自信心。

你睇下我幾叻!




# 綜合職業康復服務


## 週六活動介紹

# IVRSC


導師：謝慧蘭/彭曉敏



我好俾心  
機整架!



手飾盒係咪  
好靚呀!

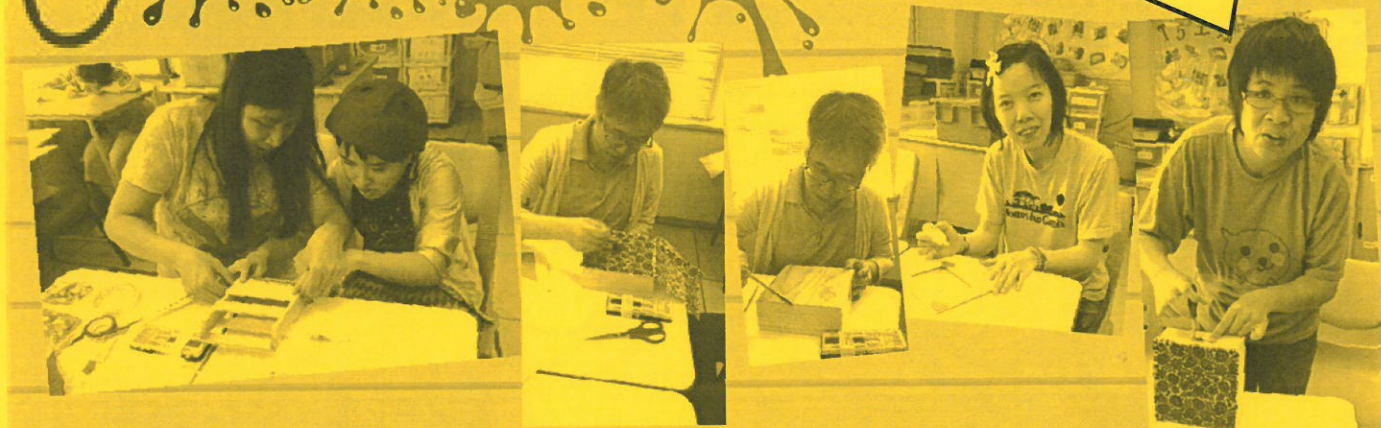


又實用又美觀!

綜合職業康復服務的學員，參加了逢週六舉行的「愛不釋手」手工藝創作小組，透過此小組讓學員有機會參與手工藝創作，培養學員對藝術的興趣，發揮學員的創意。而學員在生產訓練以外，亦可發展其他技能及手藝。

# 手工藝 製作過程

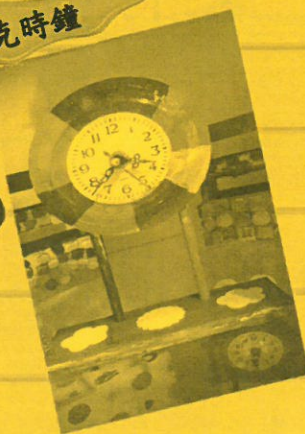
你睇下我地幾認真去設計  
我地既作品。



學員一起製作的手工藝品非常漂亮，學員參加此小組，學習製作不同類型的手工藝品，當中學習互相合作及培養團隊精神，所有參加者在參與小組的過程中均表現投入及開心，大部份學員表示希望能再有機會參加此類型小組，製作更多可愛及漂亮的手工藝品。

## 作品介紹

馬賽克時鐘



木製告示牌/門牌



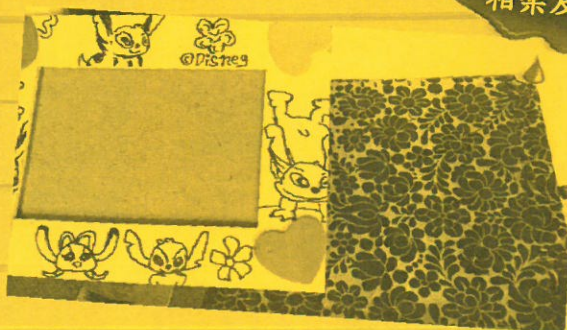
馬賽克雜物架



其他作品



相架及儲物盒





SQS  
服務質素標準  
社工：周麗瑩

大家好！又到介紹「服務質素標準」的環節了，還記得上期的內容嗎？上期介紹了SQS服務質素標準的第11條，今期再向大家介紹第13及14條，大家看看還記得當中內容的多少吧！

### 標準13：私人財產

服務單位應尊重服務使用者的私人財產權利。

- 服務單位應讓服務使用者有機會將私人財物存放在安全妥當的地方，或通知服務使用者小心保管自己的私人財物。

屬於學員的個人物品必須作清晰的標記，例如寫上學員姓名，以確保能妥善保管學員財物。

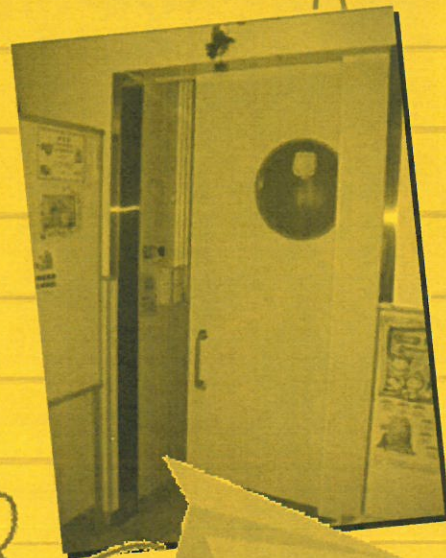


### 標準14：私隱和保密

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

- 對於服務使用者所需的任何個人護理，服務單位應確保進行這些護理時，服務使用者的私隱和尊嚴得到尊重。

學員於沐浴及使用洗手間期間，必須使用浴簾及把門關上，以保障及尊重學員的私隱。



# 新同事介紹

你好，我是新到任的社工周姑娘（周麗瑩），KAMMY。我的職責是負責綜合職業康復服務及部分男女宿學員的個案，另外負責「喜·動天水圍」計劃及暫顧服務。歡迎大家隨時來找我聊天！



大家好，大家通常叫我做蔡師傅，有幸加入保良局呢個大家庭，成為其中一份子，認識到各位學員，令我對智障人士服務有更真正及深切了解。我日常的工作是與一部大型機器合作，有幾大型？比我屋企既客廳仲大啦！呢部機器可以運載學員呢度去個度去，估唔估到我既工作呢？我就係新到任嘅車長兼維修員蔡錦邦，係負責駕駛中心車，並負責中心日常維修，請大家多多指教！



大家好！我是今年4月入職的社工蘇慧儀，大家可以叫我Sabina或蘇姑娘！非常高興加入保良局劉陳小寶綜合復康中心，期望接下來的日子跟大家有更多的接觸及認識~



HELLO！我是5月份到職的福利工作員IV董佩雯，大家可以叫我佩雯/Kate，好高興能有機會加入保良局呢個大家庭，祝大家生活愉快，每日都充滿正能量！



Hello，我是王玉環，是6月份入職的登記護士。我很高興能夠加入這個團隊，有幸為中心學員提供適切的照顧和服務。



# 活動快訊

日期:2014年9月15日(星期一)

星花庭房間活動

日期:2014年9月19日(星期五)

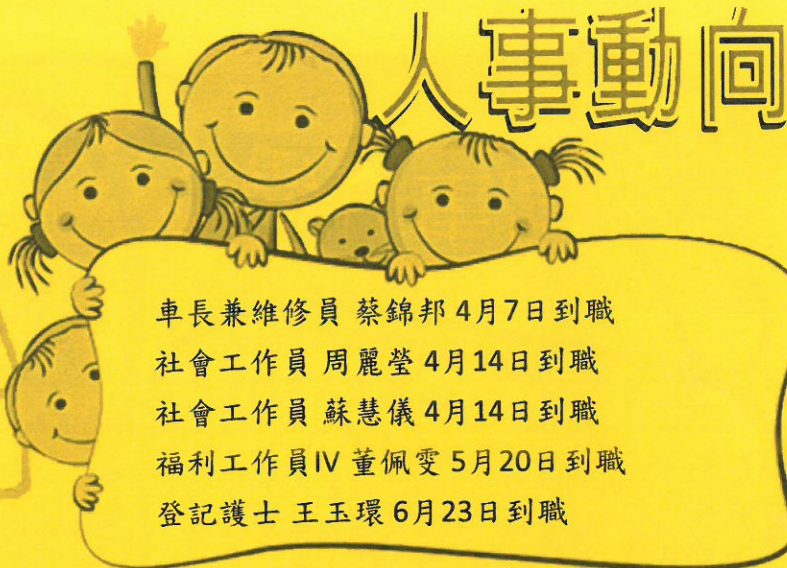
皓月居及綠茵居房間活動

日期:2014年9月24日(星期三)

秋菊庭房間活動

日期:2014年9月26日(星期五)

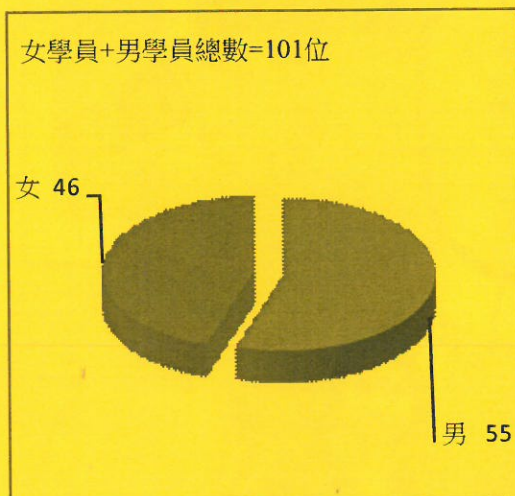
愛不釋手活動



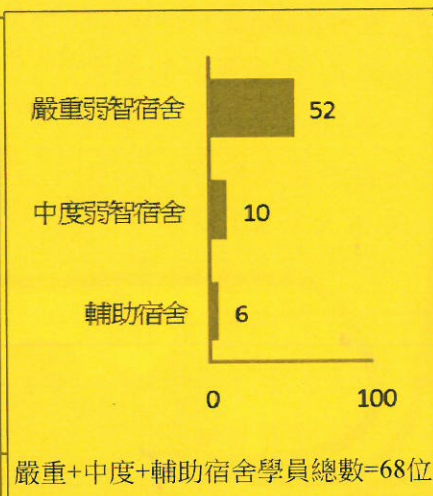
## 服務統計資料(截至2014年06月30日)

### 接受服務人數統計表

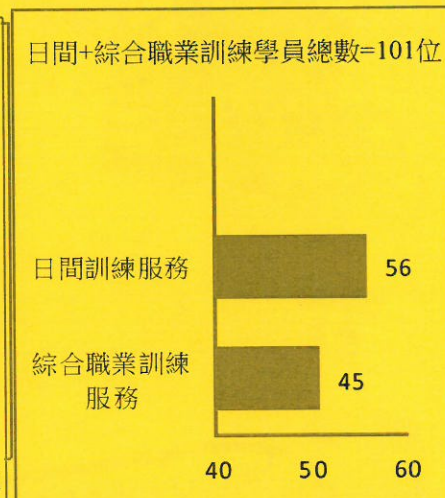
#### 學員人數統計表



#### 住宿照顧服務



#### 日間訓練服務



歡迎學員、家長及各界人士就中心的服務發表意見。來稿刊登與否，恕不發還。除運用此途徑外，亦可透過以下方法給予意見：

- 中心的意見箱
- 致電中心電話 3525 0898 與中心經理聯絡
- 運用傳真機 3525 0882 或致函中心經理
- 致電總部電話2277 8888與保良局助理社會服務總幹事(康復服務)或社會服務總幹事聯絡

殘疾人士院舍豁免證明書編號:C0409

印刷品

督印人：經理/黃月玲

編輯小組：副經理、社工及福利工作員IV

保良局劉陳小寶綜合復康中心

電話：3525 0898 / 傳真：3525 0882

電子郵件：tinyanirc@poleungkuk.org.hk

地址：天水圍天恩邨服務設施大樓六樓