

# 保良局

## 嚴重殘疾人士家居照顧服務（新界區）

2017年9月號（中心通訊）



### 編者的話

多謝各位一直以來對單位通訊的支持和給與不少建議，讓我們可以不斷改進，以求盡善盡美。我們希望透過通訊加強服務使用者與單位的聯繫。大家如對服務或通訊有任何意見，歡迎聯絡我們。期望日後能帶給大家更多單位及社區資訊。

### 殘疾人士資訊

#### 「國際復康日」免費公共交通／文康設施服務

由1993年起，於「國際復康日」的指明日子，任何殘疾人士持有有效的「殘疾人士登記證」（見右面附圖），可以帶同最多一名陪同者（任何年齡）享有指定香港公共交通工具免費乘車。

今年度殘疾人士免費乘搭車船日定於2017年11月12日（星期日）舉行，到時家屬可與服務使用者四處去。但大家要留意各交通工具公司的享用細則和條款。當日或會有較多人使用交通工具，請大家耐心等待和忍讓，這樣便可以玩得開心盡興。



\*\*連濕地公園都可享用此優惠：只要於濕地公園訪客中心正門入閘處，向職員出示「殘疾人士登記證」，即可享用此優惠。



### ↑ SQS9-安全的环境

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的环境。

1. 火警及消防指引及相關措施：中心會定期舉期火警演習，定期檢查消防設施及環境，並保存有關記錄。
2. 颱風及暴雨警告服務安排指引：中心制定有關指引，以確保職員及服務使用者的服務期間的安全。有關服務安排的指引亦可在大家的「家護通」中找到。
3. 嚴重事故工作指引：單位備有「活動安全指引」、「處理服務使用者失蹤指引」等等，確保在遇上緊急事故時可第一時間作出處理，保障服務使用者及職員的安全。
4. 運送及操作器材有關指引：目的是保障服務使用者及職員在護送途中或使用各項器材的安全。例如「處理體力操作指引」、「運送服務使用者指引」等等。
5. 有關環境清潔衛生指引：目的是保障服務使用者及職員處於一個清潔衛生安全的環境下進行服務。例如「傳染病之預防及處理指引」、「接觸體液/血液的預防措施」等等。

單位亦會定期為職員培訓及作紀錄，以確保職員能認識及遵守有關的指引。

如大家想對SQS9內容有更多認識和了解，迎歡與所屬社工聯絡，中心亦備有詳盡資料可供參閱。





保良局

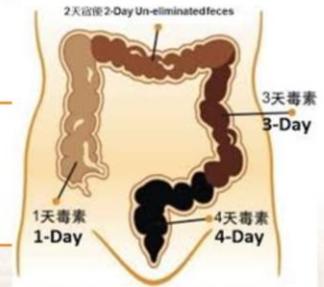
嚴重殘疾人士家居照顧服務 (新界區)

2017年9月號 (中心通訊)

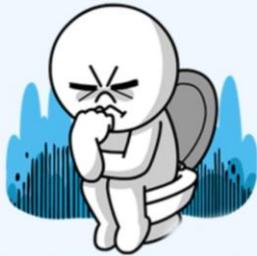
## 健康篇：便秘的預防及處理

### 甚麼是便秘？

- 正常的排便習慣人人不同，每天一至二次或隔兩天才有一次大便都算正常
- 便秘：糞便乾結而不容易排出或有困難、排便次數比平時減少、或排便數量減少



### 便秘後遺症



- 出血
- 痔瘡
- 腸梗塞
- 肛裂
- 患有高血壓而過份用力排便，會令血壓上升，甚至誘發中風
- 長期便秘也會令人情緒困擾，以致抑鬱

### 便秘成因

- 腸臟蠕動較慢，缺乏運動所致。
- 飲水不足或食物中缺乏纖維質
- 患有腸道疾病如痔瘡，內分泌失調等
- 藥物的副作用
- 心理因素
- 一些疾病，如糖尿病、甲狀腺過低



### 解決方法



- 探究便秘的原因，如屬病理性，可按醫囑給予藥物
- 養成定時到廁所大便的習慣
- 準確記錄每日大便次數，份量及性質，有異常情況立刻報告
- 改變如廁時的坐姿(如右圖示)

資料提供：註冊護士王美嬌姑娘  
資料來源：衛生署長者健康服務網站



保良局

嚴重殘疾人士家居照顧服務 (新界區)

2017年6月號 (中心通訊)

## 7-9月活動花絮



香港書展留影 (19/7/2017)



香港大學牙科保健講座 (14/8/2017)



家人拍3D (16/8/2017)



「綠·緣·元」共享社區計劃 - 環保大變身 (17/8/2017)



遨遊天際 (19/8/2017)

## 2017年10-12月活動預告

- |     |                      |     |                |
|-----|----------------------|-----|----------------|
| 10月 | 18/10參觀稻香飲食文化博物館(荃灣) | 12月 | 聖誕表心意及聖誕派對(元朗) |
|     | 中秋節活動(天水圍)           |     | 參觀展能中心(荃灣)     |
|     | 腰背痛症講座(元朗)           |     |                |



# 保良局

## 嚴重殘疾人士家居照顧服務 (新界區)

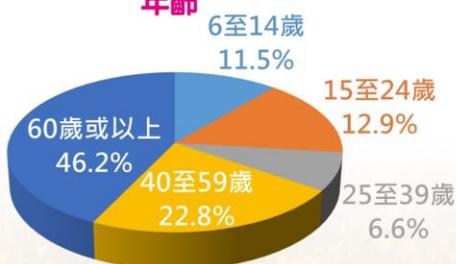
2017年9月號 (中心通訊)

### 服務使用者資料分佈

#### 服務使用者地區分佈



#### 年齡



#### 性別



### 意見發表途徑

如對我們的服務有任何意見或讚賞、鼓勵及分享，歡迎以下列途徑交予單位經理陳秀琮姑娘：

1. 郵寄、傳真或電郵意見到本單位
2. 使用單位意見箱

你的意見有助我們繼續改善及提升服務質素，多謝！

### 中心分隊地址及電話



#### 天水圍及元朗

地址：天水圍天瑞邨天瑞社區中心四樓  
 電話：2154 3818  
 傳真：2154 3889



#### 荃灣

地址：新界荃灣象山邨商場RB 2號舖  
 電話：3708 8695  
 傳真：2154 3889

開放時間：星期一至日早上8:00-晚上6:00 (公眾假期休息)

電郵地址：homecare.nt@poleungkuk.org.hk