

明愛通訊

澳門明愛
Caritas MACAU
本刊於葡國賈伯樂大馬路三十七號發行，澳門明愛
OCTOBER 2010

<http://www.caritas.org.mo/>

Caritas Ligaçao
ISSUE 91



COVER STORY

聖類斯·啓航！

實踐共融

協助智障人士發揮潛能

中風「失」與「得」

金鳳婆婆積極面對病患的歷程

聖類斯 · 啟航!

Nelson



移民外國不覺已接近三十年了，年初退休後便一直想回澳看看。從網上看到我時澳門的發展一日千里，雖然身在外國，但還會不時上網和澳門老朋友在聊天室傾談。收到好友老朱通知，今年六月十九日是聖類斯公撒格之家的四十周年慶典，到時會有很多舊朋友出席，著我回來一遊。

四十年了，當時和老朱等一班朋友，以義工身份協助薩神父在1970年創立的聖類斯中心的情景，歷歷在目。不經不覺中心服務至今已四十年。舊中心在青洲時，設備雖然簡陋，但憑著員工、義工的努力和各界支持之下，為有需要的殘疾人士提供服務。

中心在九二年搬遷時我已移民。今天還是第一次來到，中心在搬遷時已易名為聖類斯公撒格之家。在老朱陪同下，巴士站下車步行約十分鐘便到達。在鋼閘大門，遠遠便見到整個中心的全貌，真是比以往好得多了。和老朱步入大門，見到一群熟悉的臉孔，胡神父、黎主教(謫黎主教時，他是聖若瑟修院的院長)，及一群曾為中心做過義工的老朋友，大家寒暄一番後，由職員帶領我們到舉行慶祝會的花園。

在花園中已搭建了一個舞台，中心地方很大，最高興就是見到陸神父和潘生。陸神父近年做過一次大手術，但看來氣色不錯，好人應該是要長壽的，像陸神父這樣有愛心的人，多活幾年，又有更多有需要的人得到幫助。潘生還是老樣子，一樣忙於慈善工作。慶祝儀式除了一些外來的表演嘉賓外，還有不少舍友作表演，儀式簡單而隆重。

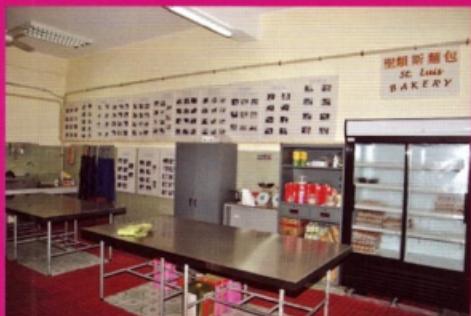
據老朱介紹，現時中心住了近二百位舍友，中心的員工約有七十人，包括社工、物理治療師、職業治療師、護士、廚師、個人護理員、司機和看更等。入門時每位舍友都收到一包曲奇餅，都是由中心的舍友所製造的。

儀式後，在院長方修女和一眾職員的陪同下，參觀了麵包工場。工場是由一間活動室改裝，生產設備都非常專業。現場還有舍友的曲奇餅製作示範，麵包工場現時供應自己舍友的麵包和西餅，每星期製造三次，每次五百多個麵包，數量不少。

茶聚上，老朱給我介紹了三位年輕人，Mark、Leo 和 Barry。原來這個麵包工場的概念、計劃和執行全是他們一手包辦。Mark和Leo是中心的物理治療師，Barry是職業治療師。年初，他們草擬了一份計劃書給院長，建議給有工作能力的舍友，提供一個工作的機會，讓他們透過工作，發揮自己的所長，重新建立自信。

由於中心每天要購買自用的麵包和餅乾數量不少，故此他們構思了製作食物自用，由舍友自己生產，首先達到自給自足，除了可省去一些費用外，有潛質的舍友更可以藉此機會重新建立自信和學到一技之長。建議書得到院長方修女同意及大力支持，著他們立刻籌備。

開始工作的第一步就是首先要學會做麵包，恰巧一位治療師的朋友是在



澳門經營麵包西餅店，在聽了他們的計劃後，給予支持。三位治療師於是便正式在該麵包店內學師，由麵包店的資深師傅教他們做麵包和西餅。課程為期六天，三人學識了做12款麵包和西餅，包括波蘿包、雞尾包、牛角包、曲奇餅、方包、猪仔包等。

第二步的工作就是設立麵包工場。麵包店東主不單教授他們做麵包，還在購買器材上給予不少指導，使他們購買到合適和價格相宜的設備。除了設備外，麵包工場的電力供應亦很重要，得到一位專業電工技師的協助，電力的問題亦解決了。在一切工作準備好後，三位治療師選了十位有潛質的舍友和兩位員工，開始訓練的工作。

聖類斯麵包工場正式內銷試業。在運作初期，亦遇到了不少困難，例如在麵包店學到的焗麵包時間，因著爐具不同，時間上的掌握需要重新嘗試，試過焗出的麵包不是火候不足，就是過火了，在大家的努力下，問題逐步得到解決了。

現時麵包工場的產出，只是作自給之用。各舍友在嘗試過自己出品的麵包後都大讚和給予好評，這對於製作麵包的舍友來說，是非常正面的鼓勵。除了精神上的鼓勵外，參與做麵包的舍友：會得到津貼，在每週的超市購物活動中，可以購買自己的心頭好。在計劃書中的初步工作可算是成功的。

據三位治療師表示，現時還要努力在質量方面的控制，下一步的工作是希望能提供麵包給明愛旗下的其他院舍。明愛本身各服務單位的內需不少，故此，如能做到供應給明愛全體院舍和中心，已是非常好的成績了。他們歡迎明愛其他院舍的舍友，有興趣者，可到麵包工場學習和協助做麵包。

今回次回澳門，除了和一眾老友聚舊外，最高興就是看到聖類斯公眾之家現時的發展，在院長和一眾有心的員工努力下，創立自己的麵包工場，是澳門第一間由殘疾人士參與生產製作麵包工場。

澳門明愛活動巡禮



▲ 中國殘聯及國務院港澳辦領導到訪

6月中旬，中國殘疾人聯合會和國務院港澳辦領導一行六人來到慈仔聖瑪嘉烈中心探訪和交流。為尊重其事，澳門明愛總幹事潘志明（行政主任袁志海和聖瑪嘉烈中心院長何健琳親迎各嘉賓的蒞臨。中心又特別安排兩名住客作為導賞員，負責帶領嘉賓參觀中心。

在參觀後的交流會上，行政主任袁志海和院長何健琳向眾來賓介紹了澳門殘疾人士的生活概況和聯合國《殘疾人權利公約》在澳門的執行情況，雙方並就院舍設備和優質管理等議題交換心得。是次造訪人士包括：王新憲先生（中國殘聯副主席、理事長）、陳新民先生（中國殘聯研究室主任）、曾榮典先生（國務院港澳辦交流司社工處處長）等。



▲ 生命熱線義工交流活動

7月，明愛總幹事潘志明、生命熱線工作人員及義工到聖方濟各安老院接特參觀安老院的「中國銀行義工隊」。

探訪活動由潘生致歡迎詞開始，活動內容包括：由安老院負責人介紹院舍資料、生命熱線同事介紹熱線之服務情況、運作概況，同時向中銀義工隊伍宣傳第廿一屆的「生命熱線義工招募」活動。中銀義工隊非常支持「生命熱線義工招募」活動並答應協助張貼宣傳海報。

彼此在交流期間，表現積極，互相分享經驗，氣氛輕鬆融洽。有義工表示，參加了探訪長者的工作，以後會更加關心長者的生活和所需，如果家中還有長輩的人，應要首先關心自己家中的長輩，再將這份愛心推至關心其他長者。亦有義工表示，作為義工的感覺很好，彼此為同一個目標而做事，沒有爭吵，大家相處融洽。

▲ SING*聲*星

婦女中心的會員日常比較忙碌，不是忙於照顧子女，就是忙於工作。遇到中心有活動時，大家都積極參與，因為除了可以和老友聚首外，還可以作為家庭活動。最近，中心為會員舉辦了「Sing Sing 仲夏之夜」，節目表演包括由會員獻唱懷舊金曲和粵曲小調，與及芬芳之友排舞協會的學員伴舞，壓軸大抽獎更為現場增添不少熱鬧氣氛。



嘉翠麗長者惜別依依

於1995年開始運作的嘉翠園社屋老人中心，不經不覺已服務了十五年，而隨著居住在該社屋的長者撤遷在即，嘉翠園社屋老人中心於7月下旬假何黎婉華庄道演藝劇院舉辦了一場分享會。

中心邀請了澳門明愛總幹事潘志明、行政主任袁志海及明愛轄下各單位主管出席分享會，並由多位嘉翠園的住客分享其對搬遷的意見、期望和在嘉翠園居住期間的有趣往事。各住客分享心聲時真情流露，更表示會以積極的態度面對新居住環境。中心又安排了豐富表演節目助慶，包括由嘉翠園住客組成的朗誦組表演、仁慈堂盲人重建中心悅耳的歌聲及音樂伴奏、永亨銀行義工隊大合唱等，使整個分享會既熱鬧又溫馨。



日本和香港同儕參觀明愛幼稚園

日本港島市光明幼稚園日前參觀明愛幼稚園，同行者包括日本港島市議會議員碓井法明、幼稚園主任岡崎法子、以及多位幼稚園老師。在參觀期間，彼此就現今幼兒教育發展的模式與方向、課程設置、環境設備等進行了交流和分享，同時，碓井法明邀請明愛幼稚園作為澳門區的伙伴學校，互相保持聯繫，定期溝通與交流，共同促進幼教工作。

此外，香港基督教海基傳道會仁愛幼稚園，由校長徐蘋兒帶領十多位老師進行交流探訪，並參觀了幼兒的課堂活動，雙方談笑甚歡，學校藝術課程總監蘭勇老師介紹了校本藝術課的特色及藝術環境的設置等，同時與老師們交流經驗，互傳心得。

不同地方的文化背景各異，都具備自身的教育特色，教學交流可以使老師們從中得到啟發與思考，從做時學，從學時變，從變時思，為提供優質的幼兒教育創設更有利的條件。

▲ 1日愛奉獻

明愛青少年外展義工團舉辦「一日・愛・奉獻」活動，關懷和探訪獨居長者並協助他們清潔家居，以改善其生活環境。參加的青少年義工表現青主動和積極，與獨居長者愉快地交談，傳達了明顯社會上弱勢群體、互助互愛的訊息。



▲ 尋找・愛・攝影

中心又舉辦了一個名為「尋找・愛・攝影」的攝影工作坊，教授初級攝影技巧為主。課程吸引了喜歡攝影的青少年參與。在學習過程中透過理論和實際操作，使參與者學習到簡單而實用的攝影技巧。

新的生活 新的挑戰



瀝輝長者中心鄒月輝

今年三月，澳門明愛接受房屋局委託，承辦設於筷子基快富樓七樓的一所長者日間中心，我們定名為瀝輝長者中心。「瀝」字，有匯注、匯集之意；「輝」字，表示陽光的餘暉。瀝輝長者中心建在筷子基堤岸，其地理位置尤如「瀝」字形態，傍水而立，笑迎斜暉。寓意中心將盡力凝聚與集結力量，為長者建立美好與愉悦的晚年時光，讓長者後年生活得更充實與精彩。

自承辦以來，我們積極籌劃服務以及為單位建設做好準備。我們計劃的未來服務，是在長者個人生活及社交發展以至社區關顧等，都能得到充份發揮與支援，讓長者可以安心、自得其樂地留在家庭中安享晚年。

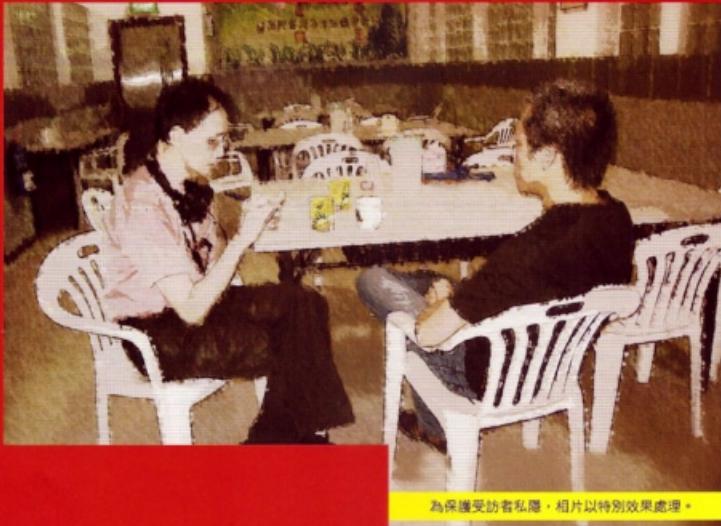
6月5日，當第一伙住戶踏入大樓的時候，我們的工作人員已立刻送上親切慰問。那是一位103歲的嫗嫗，雖然年過百歲，耳朵不甚靈光，但身體尚算健壯，握著柺杖走動自如。老人家在入住初期，對使用電梯、膳食準備、外出購物等等都遇上適應困難。為幫助長者盡快融入新環境，減輕焦慮與不安，我們的工作人員，除每天進行家居訪視，了解其需要，增加其安全感之外，更為她申請使用家援隊的送膳服務，指導她學習電梯上落操作；同時，又介紹周邊的鄰居、大廈服務人員等讓長者認識，務求讓其生活可以得到全面關顧與照應，支援網絡得到充份發揮。另外，老人家的親屬朋友一如往昔地密切往來，不離不棄，在大家的努力下，老人家很快便習慣了新居生活環境。如今，這一位百歲嫗嫗，已經能夠獨自外出，甚至自備生活食用品，從前的不安情緒，已一掃而空。

往後的日子，入住的人數將不斷增加，雖然我們的辦公室尚在建設中，但是我們的工作團隊，已經陸續為遷入的住戶開展服務，家居探訪、新居環境適應導向、鄰舍互動、24小時平安總緊急支援等，都是我們向長者住戶首推的工作。當然，我們不忘加緊步伐，趕快完成單位裝修工程以及設施配置裝備，希望盡早為該幢大廈長者提供一個休閒又舒適的聚會地點，使服務得以全面投入運作。

長者，一群曾為澳門社會貢獻己力的前輩，步入如暮之年，但求生活無憂，健康快樂，我們中心所做的工作，就是要讓長者愉快地安享晚年。

重拾人生路

黃富安



為保護受訪者私隱，相片以特別效果處理。

駿居庭是現時澳門唯一的一夜宿者中心，為已露宿及揜臨露宿街頭的人士提供一個暫時的居所，讓其解決當前住宿問題，有時間安排及處理自己往後的人生。一個人，為什麼會變成露宿者，到底是什麼原因會變成無家可歸。「家」，對中國人來說尤其重要，無家可歸的那種彷惶及无助，是很難想像的。今天，我到駿居庭探訪住客阿樂，與各位分享他的故事。

阿樂，今年四十四歲，黑黑實實的樣子，給人的感覺是一個踏實的人，入住駿居庭已五個多月。亞樂頓非常健談，更不諱談及自己的過往。亞樂父親已過世，母親和兄弟健在。他已婚，並育有一個孩子，雖然只是打工一族，生活不錯，屬小康之家。他的兄弟都是自己創業，環境還好，一家人常有來往。

但約在三年前，阿樂染上了賭癮，昔日沉迷賭博。和太太之間不時發生爭吵，其後太太終於忍受不了，帶同周歲的兒子離開了。這時亞樂才覺悟到惡態的嚴重，四處尋找太太的下落，雖然已尋遍所有的親戚朋友，但始終找不到太太和孩子。

染上賭癮期間，無心工作，輸了錢就向家人和朋友借，弄到和家人的關係很差，彼此沒有聯絡。太太的離開，令亞樂的情緒更加低落，平常只靠打散工為活，收入少了，連房子也租不起，只有露宿街頭，後來在社工的協助下，得以入住駿居庭。

在駿居庭這段期間，亞樂因為腳患問題未能工作，只能安心養病。現時腳患已漸漸痊癒。亞樂表示已托朋友介紹工作，希望能早日找到一份長工。駿居庭的吳主任表示，亞樂現時參加了駿居庭的義工組，為明愛轄下單位作義工，人也積極很多，最近他更利用戒煙貼幫助，主動地戒煙。亞樂已沒有吸煙兩個多月。亞樂希望能夠重新開始自己的人生，在找到工作和生活穩定後，便會嘗試聯絡家人，重建關係。亞樂最希望的就是找回太太及孩子，一家團聚。

亞樂的遭遇，因賭博而起，最終弄到露宿街頭。已發生的事，不能改變，但最重要的是往後如何做，「自暴自棄」或「重新振作」，在乎當事人的抉擇。亞樂就是一個好例子，他現時正朝著重新振作的方向前進。在此，謹祝他早日找到工作，與家人重新建立關係，找回太太及孩子，一家團聚。

無障礙服務 - 澳門遊



▲ 何東小學的4名同學、家人和老師，租用了澳門明愛的無障礙小巴到氹仔的酒店享用午膳。無障礙旅遊服務的特色是多元化，歡迎有需要的人士或團體使用。

無障礙旅遊服務的特色是多元化，歡迎有需要的人士或團體使用



香港紅十字會甘迺迪中心的畢業旅行，選擇了來澳門一遊。他們一行十人，有同學、家長、老師和義工，參加了由明愛無障礙旅遊服務提供的行程。兩天的行程緊湊，分別參觀了賽車博物館、紅酒博物館、漁人碼頭、威尼斯人酒店和路環的聖方濟各堂等名勝，除參觀名勝外，更品嚐了澳門馳名的葡國菜和特式小食。一眾團友對行程的安排都感到非常滿意。

Dear Carmen,

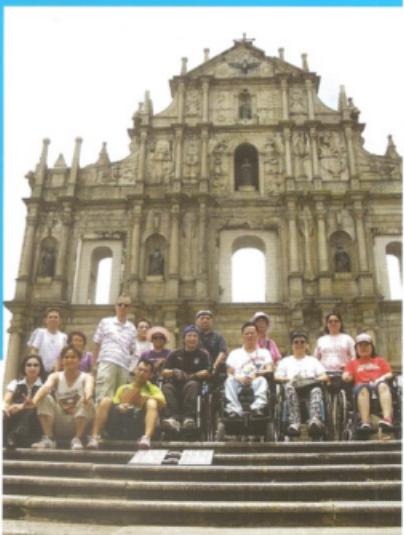
終於完成澳門之旅順利回到香港了！多謝您的幫忙及安排！

拜託 Carmen 替我及我家人向車長先生致謝，他除了準時接載我們外，於途中經過的建築物都不斷向我們講解，每到一個景點都主動陳述方便輪椅與否及介紹哪間食市較美味...等；儼如一個專業導遊，遇上雨天更為我們打傘及做我們的攝影師呢！他的專業精神令我們旅程更順利及愉快。

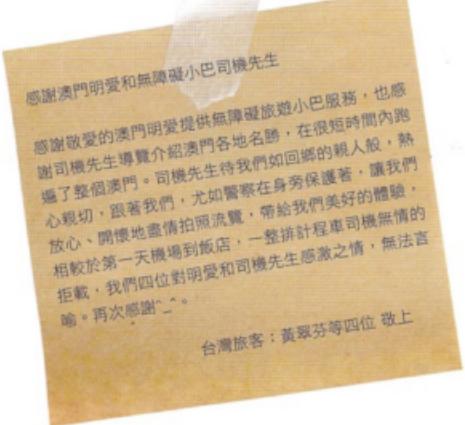
最後，再次感謝各位幫忙！祝

各位工作順利！

再



香港傷殘青年協會的22名會員，參加了明愛無障礙旅遊服務安排的澳門兩天一日遊。搭乘無障礙小巴參觀著名的世遺景點和華麗的賭場酒店。行程特別安排他們品嘗馳名澳門的美食：水蟹粥、馬介休、葡式白治及大菜糕等傳統小食。全程洋溢著團友喜悅的歡笑聲。



健行社

無障礙旅遊服務

Barrier-Free Tourism Service

行程可按照旅客的要求而度身訂造
歡迎致電查詢詳情！

查詢電話：+ (853) 2840 3315 聯絡人：區先生

地址：台山巴波沙大馬路嘉翠麗大廈B座177號鋪位
電郵：barrierfreemacau@gmail.com

特首探訪花絮



澳門特別行政區崔世安行政長官於5月27日探訪了澳門明愛轄下的聖瑪利亞安老院、伯大尼安老院、聖方濟各安老院、崗頂明愛老人中心、聖類斯公撒格之家及聖路濟亞中心，加深了解澳門明愛現時所提供的服務與及各院舍的軟硬設施情況。





實踐共融

協助智障人士發揮潛能

聖母嘉烈中心何健琳



澳門明愛聖瑪嘉烈中心是澳門明愛轄下的復康院舍之一，主要為十六歲或以上之智障及肢體殘障女士提供住宿服務，致力優化服務使用者的生活環境，確保其精神充實和心靈健康，更配合日間學習的環境，協助智障人士發揮潛能，提升自尊自信，體驗積極人生，以實踐社區共融與和諧。

本中心一行十多名住客及同工參與了「第六屆華人社區啓智服務會議」，該活動由5月26日至29日，一連四天在香港舉行。參與這活動主要目的是為了加深住客本身對「共融」的概念及實踐方法的認識、擴闊住客的社區生活經驗，增廣見聞，以及讓住客有對外發表自己意見的機會。

在籌備到參與的整個過程中，都讓住客參與決策及實踐，包括決定是否參加、商討在會議要分享的內容及分工、個人名片的設計給予意見及要求、衣著的購置及準備的物資等等。

過程中可觀察到住客的投入與喜悅，同時亦感受到住客對該活動的期待與責任感的建立。例如：住客在事前培訓中，用心地學習正確的社交禮儀、在台上發表意見時的坐姿及計劃交流的準備等。而在短短幾天的會議行程中，住客都很投入及表現積極，對於繁密的會議安排，雖然或有疲倦之態，但仍努力參與其中，面對國語為主的議題，不明白時都會要求工作員作翻譯，與場內嘉賓互動，把學到的社交禮儀及技巧應用恰當。

在活動目標的實踐和體驗方面，分別有以下的得著：

1. 加深住客本身對「共融」的概念及實踐方法的認識：透過參與是次會議，促進住客與外界人士交流及互相認識，住客事後亦能簡單地與工作員分享她們對「共融」的理解，例如：在澳門及香港有傷殘人士的洗手檯及紅綠燈的警示聲音，傷殘人士亦可使用社區內的各項設施等，都能令住客本身加深對「共融」的概念及實踐方法的認識。

2. 擴闊住客的社區生活經驗，增廣見聞：是次的交流由於在澳門以外的地區舉辦，住客須乘船到香港，乘坐地鐵，入住酒店，參與國際性的會議及分享個人經驗與意見等，嘗試許多有別於院舍式的社區生活體驗，而有些設施於澳門是未有機會使用的，例如：購買地鐵乘車票及乘搭地鐵，入住酒店及辦理入住手續，在會議的場地內住客亦學習主動向其他嘉賓及參與者打招呼、派發名片等社交互動，這些都確令住客感覺很新鮮，達到增廣見聞的目的。

3. 讓住客有對外發表自己意見的機會：這亦是此次活動的重點，透過由住客親自陳述對院務小組成員及中心大使的身份認同，與在認識「共融」過程中的嘗試，例如：與社區人士參與共融培訓課程、學習操作從未使用過的家電等，向社區人士表達自己的意見及對未來發展的希望，而過程中住客都表現投入，亦對得到與外界分享及發表意見的機會感到欣懌，並希望再有機會參與類似的交流活動。

在參加者檢討會，住客均表示這次會議除令她們見識了許多新的事物，亦結識了許多來自不同地方的朋友，而且有機會面對眾多嘉賓發表自己的意見，雖然當時感到緊張，但卻有萬分興奮。住客期望將來有機會到台灣或其他更遠地方作交流，為本中心以發展社區共融及和諧的道路邁出另一大步。

「緣」來自有方



治療部顧問 鍾偉棠

時光飛逝，我到澳門為明愛各復康及安老服務單位提供復康治療顧問服務，轉眼已超過一年。如問我為何會接受邀請，「長途跋涉」到澳門工作，答案是一字記之曰「緣」！是「機緣巧合」，一年前當澳門明愛為新聘任的職業治療師尋求專業諮詢服務時，我剛好開始以「自僱人士」身份工作。而居間的介紹人又是一位和我在近年常有合作的工作伙伴，感謝她對我的信任和推薦；再者以合適方式，讓我將多年累積的服務經驗與資歷較淺的治療師分享，亦為我的主要工作目標之一。這一切「條件」的配合，造就我和澳門明愛各相關服務單位在過去一年的緊密合作伙伴關係，這就是「緣份」。

回首過去一年多，在澳門的工作包括對新聘任的職業治療師提供專業意見，和他們一起努力為所屬服務單位計劃及提供復康服務；又積極參與明暉護養院的「院舍服務評審」預備工作，更由本年六月開始，協助明愛結合十八個服務單位有系統地推行「職業安全及健康」措施，改善員工身心靈的健康。參與的工作涵蓋面廣闊、層面越深，服務的單位亦越多，加深了我對澳門明愛復康及安老服務的認知和印象。

初到澳門明愛參觀各復康及安老服務單位，及後開始提供服務時，我彷彿走進了時光隧道，回到多年前我在香港從事復康服務的情況。也許和香港當年的環境一樣，澳門明愛在過去一段時間，因受著資源的不足、專業同工的短缺和持續流失，相關人士對復康服務認知的片面或不理解等等，導致各單位內復康服務的發展及提供，無論是量或質方面，都感到不足。再者，有關單位的職員雖明白及接納以團隊精神對受眾提供服務，但卻缺乏實踐跨專業團隊合作的模式和有效溝通的經驗，造成「各自為政」的情況。結果是令服務受眾及同工都感到不足。

但「有危就有機」這說法是充滿智慧的！隨著澳門的經濟狀況在近年有著極大的改善，對社會福利事業的資助能持續增加，亦為澳門明愛發展及提昇服務的質素提供了契機。借鏡「外地」(例如香港)的經驗，讓機構管理層及前線員工能更有效地計劃及發展所需服務，填補曾出現的空隙及作進一步改善。我更喜見願意加入明愛社區服務大家庭的專業同工，包括護士、社工、治療師等愈見增多，他們大多比較年輕，工作的經驗可能仍然較淺，但在和他們接觸及一起工作期間，欣賞他們的熱誠和真誠願意學習，力求改進的積極心態。眼見他們的知識和能力穩步提升，我深信假以時日他們將成為澳門社區服務提供及發展的「中流砥柱」！

最後我承諾在能力範圍內和相關同工一起努力，為機構的復康及安老服務持續發展作出貢獻。謹此和全體澳門明愛的同寅共勉！

四名治療師顧問簡介：



鍾偉棠(Andy Chung)



楊黃倩君(Irene Wong)



蔡衛(Violet Choy)



林智偉博士(Paul Lam, Ph.D.)

香港註冊資深職業治療師，從事復康、安老服務超過二十五年，現廣復津及安老服務顧問。曾任教香港理工大學職業治療學系，開辦香港老年人學園及香港房屋協會「長者安居資源中心」。現任「香港老年學會-安老院舍評審計劃」評審員及歷任多項專業學會會長及委員。

香港註冊資深物理治療師，於香港及加拿大從事復康服務多年，曾擔任多倫多大學及香港理工大學物理治療臨床導師。近年致力參予腦神經、長者及社區復康之臨床及科研工作。現為香港理工大學康復治療學系全職研究生。

畢業於香港理工大學物理治療學系，曾在醫管局旗下醫院之不同專科任職及擔任臨床導師。亦曾任香港理工大學物理治療客席講師。現服務於香港明愛康復服務部。

香港註冊資深職業治療師。從事精神復康、職業復康服務多年。曾任教於香港理工大學康復治療科學系。現從事復康顧問及輔導服務。曾任精神復康機構主席及委員和專業學會委員。現時為美國Alliant University California School of Professional Psychology 臨床心理學博士學生。

中風「失」與「得」

黑沙環明暉護養院林玉珠

以下的說話，或許你曾聽過：

“我爸爸／媽媽平日的身體頗健康的，亦沒有什麼大病，昨天只是在家中跌倒，送院後醫生卻說他／她是‘中風’，經搶救後至今仍然昏迷”。

“我先生只有三十多歲，這麼年輕，為什麼會中風？往後的日子怎樣過？”

談起“中風”，相信越來越多人認識，因為這個病越來越普遍及患病者越趨年輕化。中風最可怕的地方，在於病發前可能沒有明顯徵狀，但當病發時，會在很短時間內令病患者的身體機能受損，不但活動受到障礙，連帶意識、認知能力、視力和語言等亦受影響，嚴重的話會導致死亡。此外，患者經過急性治療後，往往仍需要面對日後長期的復康歷程。對於這人生的重大起跌，以至曾徘徊於生死閾的病患者來說，中風所帶來的痛苦，不單只限於肉體上，更大的傷痛是由於失去某些能力，例如半身不遂、大小便失禁等，不知如何面對日後的生活，令患者容易出現彷徨無助、擔心和焦慮、怨天尤人、甚至乎自暴自棄等等；另一方面，家人面對照顧的困難，以及可能出現的龐大醫療費用的壓力，亦容易出現各種負面情緒。此外，中風的出現，不只限於年長人士，年輕人士亦有機會出現，因此，對於一些較年輕的患者來說，中風後可能導致自身失去工作能力，影響家庭生計。同時，患者亦有機會出現再中風的情況，進一步加重病情，令患者和家人要重覆病患的歷程。

黑沙環明暉護養院，主要是為體弱、病患、身體機能嚴重受損等，而需要高度護理的人士提供院舍照顧服務。本院自投入服務至2010年7月31日止，合共有232名人士入住，其中有101人是有中風病史，佔總入住人數的四成四，與此同時，有相當部份的院友，在入住前已出現二至三次以上的中風。事實上，對於一些有嚴重後遺症的中風患者來說，家庭照顧是相當困難的。對於入住院舍後的患者來說，更要重新面對和適應新的生活環境。

儘管病患令中風人士失去許多，但病患的經歷，往往是人生另一種體會，在有“失”的同時，亦往往令患者和家人對生命得到啟發和得著。

以下是黑沙環明暉護養院，在今年5月20日，以“中風”為主題舉行復康推廣日活動時，兩位中風患者分享他們的心路歷程：

“回想6年前中風後，昏迷12天才甦醒，留醫3個多月，每當想到不知如何面對日後生活時，均閃過自殺的念頭，但那時連自殺的能力也沒有。兩年後，才能慢慢走出心理陰影。最後經家人、社會服務機構的同工支持，今天成為義工，協助同樣有中風經歷的朋友積極面對人生。”——阿佛

“1993年中風時，也不知為何自己會發生這些事，幸得子女的支持，在醫院留院1個月，並接受3個月復康治療，情況有所好轉，之後曾去過拱北做針灸。我希望能盡量靠自己，但自中風後，家人的支持非常重要。”——金鳳婆婆

面對生命的無常，不同的人有不同的反應和態度。對中風病患者來說，面對突如其來的病變，好像一場惡夢，對當事人以至家屬來說，是很難接受的事。此外，在復康的路途上，亦不是容易面對，但若我們以消極的態度面對，不但對病情沒有幫助，甚至持放棄的態度時，會錯失了黃金的康復機會之餘，更可能令病情惡化。相反地，我們以積極的態度面對困境時，會發現曙光的出現，就如上述的患者阿佛與金鳳婆婆一樣，雖然中風後令他們不良於行，生活大受影響，但同時，只要自己不放棄，家人給予支持，並尋求社會資源去協助，不但能解決眼前的照顧和生活自理問題，同時，在康復的治療上，有機會慢慢令自我照顧能力提升，同時亦可幫助同路人積極面對病患的歷程，重拾自我的價值和自信。

最後，筆者希望送給每一位正面對疾病困擾的患者和家屬以下的說話：

- 開心也是過日子，不開心也要過日子，別跟自己過不去，好好令自己開心過每一天。
- 當我們看到自己仍擁有多少，而不是失去多少時，會令自己更快樂。
- 無人能預測“奇蹟”會否出現，但若我們放棄，即使奇蹟會出現了，也只會與你擦身而過。
- 需要時找他人幫助和傾訴，是強者所為。
- 中風後首六個月的復康潛能發揮最佳，故稱為“黃金復康期”，因此，別因為自己的壞心情而錯過了這個黃金時間。
- 有病時，心情難免差一點，脾氣暴躁一點，但只要身邊人能諒解和給予支持，雨後會見晴天。
- 復康是一個漫長的歷程，家人在照顧病患至親的同時，別忘了好好照顧自己。適當的休息，是為日後更好照顧病患家人作準備。

捐款名單

中風小常識：

何謂“中風”：中風是一種因腦部的血管出現局部性阻塞或出血，導致相關的腦組織受損，造成腦組織受傷害、壞死、甚至死亡。

中風的類別：

中風可分為兩種，一種是“出血性中風”，俗稱“爆血管”，是由於高血壓或腦血管疾病，例如腦血管腫瘤而導致腦血管破裂；另一種是“缺血性中風”，是由於腦血管阻塞而造成。

中風的影響：

因腦部受損的位置和程度不同，會導致“中風”患者有不同的病徵或障礙，例如半身不遂、言語不清、流口水、吞嚥困難、大小便失禁、甚至昏迷等。

中風小測試：

若發現有任何一項有異常，則可能是中風的徵兆，請盡快求醫：

- 要求患者笑一下；
- 要求患者將舉起雙手；
- 要求患者說一句簡單的完整句子；
- 要求患者伸出舌頭，看看舌頭是否“彎曲”或偏向某一邊。

摘要

	金額
無名氏善長	20,000.00
澳門保險	1,000.00
澳門威尼斯大運河購物中心	4,321.60
環源科技	3,723.00
陳松添善長	1,000.00
莫宅善長	1,500.00
韓輝善長	2,063.00
兒童善長	10,000.00
明愛善款箱	5,845.50
佛弟子善長	1,080.00
程曉萍善長	2,063.00
匯業銀行明愛善款箱 善長	5,543.50 1,000.00
TONG FOK U善長	1,000.00
永亨信用咁善長	49,750.56
CTM	3,730.00
霍麗斯善長	20,630.00
游衍藝術工作坊	1,350.00
佛弟子善長 善長	1,180.00 3,000.00
星光書店明愛善款箱	5,302.20
COMEBUY明愛善款箱	3,347.80
LUSO善長	1,000.00
化地瑪聖母女子學校	8,719.50
德潤酒樓明愛善款箱	2,011.30
中國銀行	14,754.20
KUAN KUAN PANG善長	1,000.00
兒童善長	1,031.60
陳林周英善長	5,000.00
陳景雄善長	1,000.00
林生·林太善長	20,000.00
賴健雄善長 善長	5,000.00 2,063.00
小泉居飲食集團	20,469.00
霍英東基金會	8,000.00