

社區支援老友記 向食錯藥說不

獨居的麥伯伯(80歲)患有高血壓、痛風及心臟病，而且需要佩戴助聽器及患有輕度白內障。雖然他定期到診所覆診，亦按時服藥，可是腳水腫情況沒有好轉跡象，再持續下去，有機會引起併發症。今年4月，由馬會捐助的葵青區「銀鈴護士站」在麥伯伯的居所附近啟用，駐站護士跟進及評估後，發現麥伯伯腳水腫遲遲未癒，原因之一是他長期食錯藥惹的禍。

麥伯伯本身長期要服食五種藥丸，最初他把五種藥丸分別放入小盒，可是由於藥丸都是白色，漸漸混雜裝為一盒；而他又誤把不同劑量的血壓藥丸混在一起。雖然他按時服食，但是劑量出錯，影響了腳水腫的康復進度。「銀鈴護士站」資深註冊護士劉敏說：「其中一種血壓藥他吃了三倍分量，同時完全沒有服食另外兩種血壓藥，而且早、晚分開服用的藥物都誤服了。」

用圖案識別藥物

更複雜的是，經評估後，麥伯伯相信患上早期認知障礙，導致他漸漸分不清楚各種藥丸的藥效，又不自覺地重複吃著同一種血壓藥。為了提高麥伯伯的自我照顧能力，劉姑娘用多格數的藥盒分好要在不同時間服食的藥丸，先教麥伯伯分辨那個時候食那一格藥丸，熟習後鼓勵他自己指示當時要服食那格藥，指示正確才給以服用。

經過一周四天的「特訓」，麥伯伯終於能夠自行服食正確的劑量。現時麥伯伯每周有一或兩天到「銀鈴護士站」，讓劉姑娘跟進他的藥盒。劉姑娘表示，一般而言，教導患長期病長者「食啱藥」，也會用不同顏色的藥盒或用數字顯示，甚至用圖案，如星星、月亮、太陽等以資識別。



利用顏色藥盒幫忙分藥，
麥伯伯已經沒有食錯藥。
(受訪機構提供)



資深註冊護士劉敏(左)及關護長者協會營運經理黃慧萍認為馬會的捐助可強化服務。

麥伯伯是葵青區護士站啟用後的其中一名服務使用者。香港賽馬會慈善信託基金撥款逾600萬元推行為期三年的「賽馬會銀鈴關護長者健康計劃」，在葵青區及港島東區設立「銀鈴護士站」，預計可以服務1萬7千名長者及照顧者。提供有關服務的關護長者協會同時引進「護士診所」的概念，免費為60歲或以上的長者及其照顧者，實踐基層醫療保健，促進長者的健康，減少他們患病及進出診所及醫院的次數。

協會目前分別在觀塘、九龍城、深水埗、港島東及葵青的公共屋邨，開設護士站。每一個站有一位專業註冊護士及一位社工駐站，以「社區為本」的個案管理模式，單對單直接溝通，為長者提供護理跟進服務，包括藥物諮詢、營養指導、提升自我照顧能力等服務，更會為有需要的長者安排家訪及電話跟進，以減低或消除危害健康的潛在因素。另外，又為長者提供健康評估及心理輔導等服務。

及早測試尋隱疾

為了全面提升社區層面的保健意識，各護士站透過大型健康檢查活動、專題展覽等，向社區人士推廣定期檢查身體的重要性，協助他們了解日常生活習慣對健康所造成的影響，並鼓勵鄰舍對長者給予關懷及支援。此外，又提供多元化的義工培訓計劃，包括上門探訪、簡單健康問卷調查及檢查、電話慰問技巧等，透過義工幫助，使「社區為本」的關護理念能持續地發展。

本身是註冊護士的協會營運經理黃慧萍，感謝馬會的捐助。她指不少長者忽略了患病初期輕微的健康變化，透過護士站的各類健康普查，協助區內長者找出隱性病患，及早提供適合的治療建議，讓長者健康、獨立、安全地生活在他們熟悉的社區環境。

由於資源所限，暫時只有葵青區的護士站為輕度認知障礙患者提供護理服務及醫生到診。此處設置了「智醒園地」，由社工與長者一起玩智力遊戲，如彩色拼圖遊戲、玩法如大富翁的「智醒之旅」等，訓練長者手眼協調、執行力、專注力、空間視覺等能力，以延緩患上認知障礙的機會。關護長者協會網址：<http://www.ccaf.org.hk>



「智醒之旅」是減低長者患認知障礙機會的棋盤遊戲

