

走過最後歲月

(一) 如何渡過有質素的生命晚期

| | 方式 | 例子 |
|----|-------------|---|
| 1. | 認識晚期護理及社區支援 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ 向醫護人員了解照顧安排 ✓ 如選擇居家護理： <ul style="list-style-type: none"> ➢ 認識社區提供的照顧服務及支援網絡 ➢ 留意症狀控制、家居環境 ✓ 留意長者及照顧者是否需要情緒輔導服務 ✓ 預先向醫護人員查詢臨終前的入院安排，減少對長者不必要的折騰 |
| 2. | 了解長者的心理狀況 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ 注意長者的心理、生理需要/困擾，必要時諮詢醫護人員/社工意見 ✓ 了解長者的心願和心結，在可行情況下協助完成 ✓ 說出心底話，減少長者與家人雙方的遺憾 |
| 3. | 訂立臨終前後的安排 | <ul style="list-style-type: none"> ✓ 在適當情況下，了解長者的臨終治療、殯葬及去世後各項安排意願 ✓ 了解不同醫療安排的利弊和後果 ✓ 考慮訂立「預設醫療指示」，決定生命晚期的醫療安排，減少長者臨終時的痛苦 ✓ 考慮訂立遺囑，減少親人於長者離世後出現爭拗的機會 |

(二) 社區資源

日常照顧

1. 社會福利機構轄下的綜合家居照顧服務、長者日間護理中心、長者暫託住宿服務等
- 安老服務簡介
http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_elderly
- 安老服務單位
http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_download/page_listofserv
2. 香港防癌會(電話：3921 3888 / 網址：<http://www.jccrc.org.hk>)
3. 香港復康會之復康巴士(電話：2817 8154)、易達巴士(電話：2348 0608)及易達轎車(電話：8106 6616)
網址：<http://www.rehabsociety.org.hk/13.0.html>
4. 復康器材租借服務
- 香港紅十字會輔助行動器材租借服務
電話：2610 0515 / 網址：<http://web.redcross.org.hk>
- 救世軍油麻地護老者資源中心
電話：2782 0929 / 2782 2229 / 網址：<http://ssd.salvation.org.hk>
- 部分安老服務單位亦提供有關服務

情緒輔導及支援

1. 善寧會譚雅士杜佩珍安家舍
電話：2725 7693 / 網址：<http://www.hospicecare.org.hk/big5/work2a.html>
2. 聵明會(電話：2361 6606 / 網址：<http://www.cccg.org.hk/zh/service.php>)
3. 香港復康會「社區復康網絡」(6間中心)
電話：2817 6277 / 網址：<http://www.rehabsociety.org.hk/crn.html>
4. 駐於醫院管理局轄下公立醫院和專科診所之醫務社工
5. 社會福利署熱線(電話：2343 2255)
6. 人間互助社聯熱線 [一站式社會服務熱線轉駁系統]
電話：1878668 / 網址：<http://1878668.socialnet.org.hk>