



ANHF
澳華療養院基金

Culturally Appropriate Aged Care Since 1980

13 / 1 / 2018 SING TAO WEEKLY

我們都是同路人

最近一位患有腦退化症的伯伯因迷路，誤打誤撞走進了我們的屋苑，幸其身上有家中的地址，於是筆者與同事一起送這位伯伯回家，順道將有關支援腦退化症患者的資料交給其家人。當時其妻外出遍尋丈夫不果後，正處於彷徨無助的階段，豈料見到我們把丈夫護送回來，心情激動不已！她熱淚盈眶向我們訴說，自從丈夫患上腦退化症後，她幾乎沒有一天睡得安穩，因為擔心丈夫隨時「逃」出家門，不再回來，並一再強調自己很辛苦！這句「很辛苦」彷彿有千斤重！

蘇懷支持小組的成立

我們明白要二十四小時照顧家中患有腦退化症家人，所面對的壓力非一般人所能明白。早於2008年開始成立蘇懷支持小組，小組負責人陳姑娘說：「這個小組主要是給一些要照顧腦退化症患者的家人，因為他們背景相同，聚在一起，可以互相分享經驗，彼此支持。2007年及2009年澳華療養院基金與紐省阿爾茲海

默氏協會合辦一個名為『記憶減退，仍有生趣』工作坊，主要是將有關資訊給與腦退化症早期患者及其家人，讓他們有所預備面對未來。而這批參加者後來亦成為蘇懷支持小組第一批成員。」

幸運遇上同路人

現在是支持小組會長者的梁太，回憶起當初怎樣找到支持小組時也有她的故事：「父親過世後，母親天天在哭，起初我們還以為她有抑鬱症，後來帶她去看醫生，做了很多檢查，才知道她患上腦退化症。那時我對這個病一無所知，有點束手無策，只有上網找資料，幸運地我找到蘇懷活動中心陳姑娘，她告訴我很多有關腦退化的知識，又建議我母親參加專為腦退化患者而設的蘇懷活動中心，讓母親得到適當的照顧。同時鼓勵我參加支持小組，在那裡我認識了很多同路人，感覺自己並不那麼孤單！在支持小組裡認識那些朋友，互相分享照顧親人的苦與樂，同行多年，現在

都成了知心好友！」

實用資訊講座學習減壓

梁太說在支持小組裡獲得很多有用資訊：「他們安排資訊講座內容很全面，對照顧者很實用。例如會安排律師來講解監護人和遺囑處理，讓我們及早預備；也會參觀獨立生活器材中心，尋找適合裝備以便照顧親人；亦有情緒治療師來教我們怎樣舒緩壓力，有時也會安排一日遊去摘水果、吃自助餐等。就因為有同行者，我們才有力氣在漫長歲月裡繼續前行。」如果你也是照顧者，正為照顧家中患有腦退化症親人而苦惱，或正想尋找更多有關資訊，或希望找到同路人，歡迎加入澳華療養院基金蘇懷支持小組。

為讓長者對澳洲高齡服務有更多認識，我們將定期在車士活慕思中心舉辦高齡資訊講座，歡迎長者報名參加。

日期：每月第四個星期二；時間：早上九時半至十一時半；地點：Mosaic Multicultural Centre, 12 Brown Street, Chatswood NSW 2067

高齡服務查詢熱線：(02) 9784 0838。