

Residential Aged Care – a Paradise of Joy for Seniors

Sing Tao Weekender 26/1/2019

療養院也可以是長者的開心樂園

澳洲政府為確保所有療養院提供優質護理服務，在1997年推出資格認證制度 (Accreditation system)。療養院必須資格認證合格，才可獲得政府資助。監管認證的範圍有四個標準 (Standard) 及四十四個預期結果 (Expected Outcome)，包括管理制度、個人護理和健康、生活方式、環境和安全；以確保長者在療養院內有全面的護理。可是，許多人對療養院仍然有些抗拒，以為住進療養院是個死氣沉沉，沒有生趣的地方。其實療養院都可以是長者的開心樂園，讓長者愈住愈健康，愈住愈精靈。



以人為本，繼續自己生活方式

許多人最擔心是進入療養院後便失去自由，像進入集中營一樣，再不能保留自己原來在家的生活方式。周藻泮療養院的陳院長回應：「基本上療養院是可以自由出入，但若長者行動不太方便，或是患有腦退化症，獨自出外或有危險，我們就不建議長者獨自出外，只要有家人或親友陪伴下，長者可以出外飲茶遊行，甚至可以回家小住或外遊都沒問題。澳華療養院基金本著『以人為本』的服務精神，尊重每位長者不同的生活方式。好像有位婆婆習慣晏起床，我們會幫她留起早餐，待她起來才吃；有位伯伯習慣夜瞓，我們為他預備宵夜，避免他晚上餓著。在療養院裡每天都會為長者安排不同活動，例如唱歌跳舞、做健身運動、包餃子、做手工等，長者喜歡參與可以一起玩，若喜歡寧靜的長者不想參與，也可以到另一個客廳看電視、雜誌、織冷衫或和朋友聊天。總之是各適其適，最重要是長者覺得開心！」

自由點餐，想吃甚麼由長者話事

中國傳統文化，飲食是很重要一環，所謂「民以食為天」。住進療養院，飲食是否可以自己作主和選擇？陳院長說：「我們尊重每位長者的選擇，所以每月訂定的菜單長者都有份參與。每月舉行的「餐飲諮詢大會」，讓廚師和長者們有機會對話，說出他們喜愛



的菜色，讓廚師和管理層參考。我們也有「長者點餐日」，例如長者想吃上海菜，他們可自由地點自己喜歡的食物，如某位婆婆點上海粗炒，另一位點餃子或蔥油餅，我們接到訂單，就派員工外出為長者買外賣，讓他們即使住進療養院，仍然可以吃到心頭好！」

陳院長補充說：「除此以外，我們非常重視長者的健康，每天的集體早操，和長者一起鍛鍊身體，更有物理治療師針對不同長者的需要，為他們訂定運動模式。好像有位劉婆婆，最初入住療養院時要坐輪椅，去洗手間也要人協助，但物理治療師用心為她設計適合她的運動，增強她雙腳的肌肉，現在她終於可以自己站起來，拿著助行架自己走動，當然也可以自己去洗手間，生活質素也大為改善！」

高齡服務熱線 (02) 9784 0838或電郵 cmu@anhf.org.au

(澳華療養院基金供稿)

