

## 第廿六課 院舍長者的生活質素：什麼是他們看重的

講者：林清博士

香港人口老齡化，安老院舍照顧服務需求一直上升，優化院舍長者的生活質素是迫切的任務。研究顯示，長者往往因為健康及家庭情況驟變，如：患上認知障礙症、視力有問題、跌倒等，而要接受院舍照顧。院舍長者普遍被認為是殘障無能，無依無靠，因此，長者一般抗拒入住安老院。

長者本身是否自願入住院舍，他們對院舍所持的態度，以及入住院舍前是否已做好充分心理準備，都會影響他們日後的適應和對院舍生活的滿意度。什麼是好的院舍生活？長者本身的看法又如何？

根據近期本地研究結果，專家認為好的院舍生活是能夠延續以往家庭式的生活模樣(home-like living)。長者身在院舍，卻好像在家一般。院舍長者認為是否好的生活，會受到個人生活體會的影響，也是主觀的感受。院舍長者提出「知足常樂，生活便會好」等想法，亦認為基本的生活、起居飲食和護理照顧需要都不可缺少。

結合了專家意見，院舍長者的訪問結果，再由 600 多名院舍長者完成問卷調查，以下便是好的院舍生活的元素：

院舍的滿意感	指長者給予院舍的評價，包括：對日常生活、居住環境、生活模式的滿意感。
心理反應	指長者對院舍生活的心理反應，包括：一般的心理狀況和入住院舍的心理感受（例如：感到被遺棄、沒有面子等）。
獨立及積極的依賴感	指長者對自己獨立生活的評價，包括：獨立生活的能力及積極的依賴感（例如：參與自理活動等）。
社交及尊重感	指長者對人際關係及尊重感的評價，包括：與院友、職員和家人的相處和感受到的尊重（例如：尊嚴、私隱、獲禮貌對待等）。
靈性及生命意義	指長者連繫信仰的需要，以達到有意義的生活，包括：信仰活動，百年歸老的意願和生命意義。
身體病徵及藥物	指長者受身體病徵引起的不適（例如身體痛楚）及服食多種藥物的煩厭。

細閱以上內容，你不難發現有些元素是長者自身的狀況（例如：身體病徵、獨立生活的能力、信仰）。這些都與入住院舍前有關，但亦會連繫到入住院舍後的生活模式（例如自理能力）或感受（例如被遺棄的感覺和尊嚴）。院舍要為長者提供適切及有尊嚴的生活照顧。家人也要與長者溝通，解釋清楚入住院舍的原因和情況，共同做決定，讓長者在入住前有充分的心理準備。入住後家人探訪可消除長者的疑慮，減低他們負面的情緒。準備得好，長者晚年生活便會好。