

第一課 社區健康服務·改善長者痛症 (物理治療篇)

隨著年齡增長，不少長者被慢性痛症困擾，影響日常生活及產生負面情緒。合適舒緩痛楚的方法，可延展長者的健康，亦有助提升長者的社會參與，改善生活質素。

賽馬會齡活城市計劃 - 無痛展齡活

計劃理念

為改善屯門區社區支援及健康服務的需要，屯門路德會友安長者中心透過此地區計劃，為屯門區內受痛症影響的長者提供物理治療服務，減低痛症帶來的影響，延長長者健康的時期。



計劃目的

- 為長者提供專業物理治療評估
- 按個別需要提供運動訓練
- 提供物理治療服務（包括：正確運動方法及痛症治療）

計劃內容



物理治療服務



痛症支援小組



健康教育講座



關懷探訪受痛症
影響的長者

鳴謝：路德會友安長者中心