

葵青安全社區及健康城市計劃 安老院舍防跌計劃 2010-12 特輯

版權所有 不得翻印



目 錄

1.	協會簡介-----	3
2.	安健院舍計劃 -----	4
3.	2010-12年度安老院舍防跌計劃-----	4-6
	3.1 第一階段：防跌計劃內容及準備工作	
	3.2 第二階段：院舍防跌計劃的開展	
	3.3 第三階段：院舍防跌活動多元化	
	3.4 第四階段：活動總結及檢討	
4.	巡查結果和成效-----	7-18
	4.1 院舍參與計劃的概況	
	4.2 環境評估	
	4.3 長者衣履和鞋的評估	
	4.4 助行器具的評估	
	4.5 防跌運動的推廣	
	4.6 計劃前、後院舍跌倒數字的比較	
	4.7 院舍職員對防跌計劃的意見	
	4.8 院舍巡查大使的意見	
5.	總結計劃成功因素-----	18-19
	5.1 組成跨部門、跨專業防跌工作小組統籌	
	5.2 合辦機構間有良好溝通	
	5.3 著重院舍防跌巡查大使培訓	
	5.4 有效協助院舍籌組運動班	
6.	計劃總結 -----	19
7.	安健院舍巡查大使名單-----	20
8.	附件-----	21-26
	8.1 評估表內容（第一階段）	
	8.2 評估表內容（第二階段）	
	8.3 院舍巡查大使評估表	

1. 協會簡介

安全社區及健康城市

根據世界衛生組織(世衛)於一九八九年訂定的原則，安全是人類基本人權並值得全球關注及推廣的議題。要被世衛確認成為安全社區，不單是要達至安全的指標，更要有承擔及持續地建構社區，成為一個長遠發展的項目，令居民有共同的理念，與安全社區一起成長。

世界衛生組織的葵青安全社區

葵青安全社區自2000年10月開始，由督導委員會的帶領下，積極推動促進社區安全的工作。在短短兩年間，成功令葵青區的意外傷亡數字大大減少近五成。經世衛官員到訪巡視後，葵青區於2003年3月18日正式獲確認為全球第七十三個「安全社區」。並於2007年11月26日再次獲得確認。

葵青安全社區及健康城市協會

為持續發展安全社區，「葵青安全社區及健康城市協會」於2002年8月成立，並在香港註冊成為法定慈善機構。目的為葵青區建立一個安全健康的生活及工作環境。

目標：

1. 建立安全環境和文化以推廣公共健康及社區安全
2. 匯集地區資源和力量，對公共健康及社區安全的議題作出改善
3. 結合社區夥伴作為平台，以發展和維持葵青區居民大眾健康及安全
4. 作為社區平台，讓不同種族、宗教、政治理念、經濟環境等各階層人士可獲得有關健康及安全訊息
5. 與世衛及其他國際機構緊密合作推動安全社區

2. 安健院舍計劃

『安健院舍』是葵青安全社區及健康城市協會、荃灣安全健康社區督導委員會(下稱：兩會)其中一個以地區為主的安健計劃。

隨著香港人口老化，社會對院舍的需求與日俱增。有見葵青、荃灣區大部份院舍均屬私營，質素不一，為使長者得到適切的照顧，實踐葵青及荃灣安全健康社區，兩會自 2000 年起，聯同區議會、職安局、社會福利署和瑪嘉烈醫院攜手推行安健院舍計劃。過去，曾舉辦安健院舍獎勵計劃，以環境衛生及安全、員工安健意識、防火設備和傳染病控制管理等作為評審標準，以表揚服務卓越的院舍。2008 年後，計劃採用焦點化策略，針對重要議題進一步深化安健院舍的工作。內容包括：2008-09 之藥物安全運動；2009 年的人類豬流感應變的指引及專題講座；2009-10 年的傳染病爆發演習和控制管理。

3. 2010-12 年度安老院舍防跌計劃

院舍防跌是預防意外受傷的重要議題。葵青安全社區及健康城市協會在 2004 年建立了傷害監察系統，作為預防傷害及改善措施項目的基礎。跟據 2006 年的傷害數據分析，發現老人院舍跌倒的問題嚴重。協會在 2007 至 08 年期間在院舍推行防跌先導計劃。內容包括：事故呈報、數據搜集和分析、專家探訪、改善建議及員工培訓等項目。結果在半年內有關院舍跌倒事故大幅減少 20%，等同減少醫療開支達 160,000 港元；此外，計劃亦發現自我呈報事故亦可減少意外的發生。

有見防跌先導計劃的顯著成果，兩會在 2010 年於葵青及荃灣區全面推行為期兩年的「安老院舍防跌計劃」。目的是透過跨部門及區內安老院舍的積極參與，安健大使的義務巡查，協助院舍建立安全及健康的制度，加強院舍對助行器的應用及保養；提昇安全管理及防跌措施。

3.1 第一階段：防跌計劃內容及準備工作 (2010 年 6 月至 10 月)

成立院舍防跌工作小組

- 7 月份籌組院舍防跌工作小組，成員包括：瑪嘉烈醫院和仁濟醫院的物理治療師、社康護士、職安健主任及老人專科醫生等，訂定計劃內容和時間表；
- 8 月份完成收集葵青及荃灣區所有院舍的摔跌情況；
- 9 月份完成訂立院舍安全管理和防跌標準；
- 9 月份完成環境因素和助行器具管理方面作出的檢視清單。

招募安健院舍巡查大使

- 8 月份廣邀瑪嘉烈醫院職員義工及九龍西聯網醫院職安成員參加擔任院舍巡查大使；
- 9 月份成功招募了 60 多名大使，分成七組，由資深義工擔任組長，帶領新、舊組員參與計劃；
- 10 月份舉行簡介會，向院舍巡查大使詳述「安老院舍防跌計劃」和檢視清單的內容，並由物理治療師教授評估方法。

3.2 第二階段：院舍防跌計劃的開展 (2010 年 11 月至 2011 年 3 月)

院舍防跌計劃啟動典禮

- 2010 年 11 月 29 日舉行「安老院舍防跌計劃」啟動禮。向葵青、荃灣區各院舍負責人介紹計劃及預防跌倒管理系統；同時，為老人跌倒問題及嚴重性、預防方法等進行研討和經驗分享。

購置防跌用品

- 針對長者跌倒問題，購置安全助行器具、防滑拖鞋及防跌用品；
- 2011 年 3 月份完成採購，並訂立分配及使用方法。

院舍防跌巡查

- 2010 年 12 月至 2011 年 2 月期間，安健大使到訪 87 間(佔荃葵青總院舍數目 94%)院舍，進行第一次現場視察及提供指導。

3.3 第三階段：院舍防跌活動多元化 (2011 年 4 月至 2011 年 11 月)

院舍防跌活動

- 第一次院舍巡查結果發現，共有 970 件助行器具出現不同程度的問題(葵青區 675 件；荃灣區 295 件)，需轉介物理治療師跟進；
- 就環境評估結果，有 19 間院舍轉介了職業治療師跟進；
- 2011 年 6 月 28 日為院舍職員舉辦兩場防跌運動工作坊，並派發『坐式防跌運動小冊子』及海報，旨在鼓勵和協助院舍籌組運動班，為院友安排定期運動時段。

院舍防跌巡查

- 2011 年 10 月至 11 月，安健大使再次到訪院舍，推廣防跌運動以及對比第一次和第二次巡查改善情況；
- 11 月份完成巡查，報告交由工作小組進行分析及匯報。

3.4 第四階段：活動總結及檢討 (2011 年 11 月至 2012 年 3 月)

院舍防跌圓桌會議

- 2012 年 1 月 5 日舉行「安老院舍防跌計劃總結及經驗分享會」。邀請了安老事務委員會主席陳章明教授 BBS 太平紳士、及社會福利署荃灣及葵青區助理福利專員陳國豪先生擔任主禮嘉賓，並廣邀政府及非政府機構，社區人士及持份者參與。此外，由瑪嘉烈醫院內科及老人科顧問醫生主持圓桌會議，為長者防跌、安健院舍等議題進行討論。典禮中，大會向各院舍巡查大使頒授嘉許狀，以表謝意。



安老院舍防跌計劃總結及經驗分享會盛況

4. 巡查結果和成效

4.1 院舍參與計劃的概況

- 根據社會福利署的資料(2010年12月)，葵青及荃灣區合共有93間安老院舍。當中，有6間院舍因個別理由未能參與計劃；期間，另有3間位於葵青區的安老院舍結業；最終荃葵青有84間院舍(89%)完成防跌計劃。屬政府資助或私營的安老院舍，及其是否參與計劃之分佈如下：

地區	政府資助安老院舍		私營安老院舍	
	參與計劃	沒有參與計劃	參與計劃	沒有參與計劃
葵青區	4	4	22	2
荃灣區	17	2	41	1
總數	21	6	63	3

4.2 環境評估

- 環境評估是每次安健大使到訪院舍巡查的必備項目。
- 評估範圍包括：大廳或飯廳、浴室及廁所、和睡房，是院舍內三處院友經常出入或聚集的地方。
- 評估內容包括：光線、地面乾爽情況、障礙物、傢俱的穩固和佈局。查找潛在跌倒的風險，並即場提供改善建議。
- 大部份院舍在環境評估結果理想；其中有19間院舍轉介了職業治療師跟進。

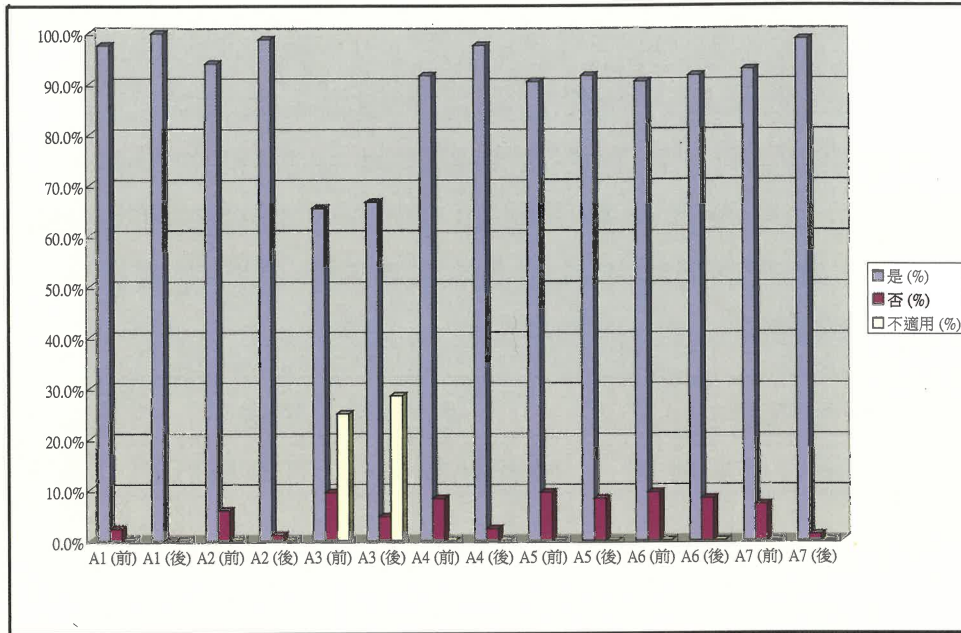
大廳或飯廳環境

- 九成以上院舍，無論大廳或飯廳均光線充足地面乾爽和通道暢通無阻，巡查結果非常滿意。
- 仍需作出改善和加倍留意的是：當地面濕滑時，必需放置「小心地滑」警示牌，提醒院友及職員，以策安全。



飯廳光線充足及地面乾爽

大廳或飯廳環境評估結果



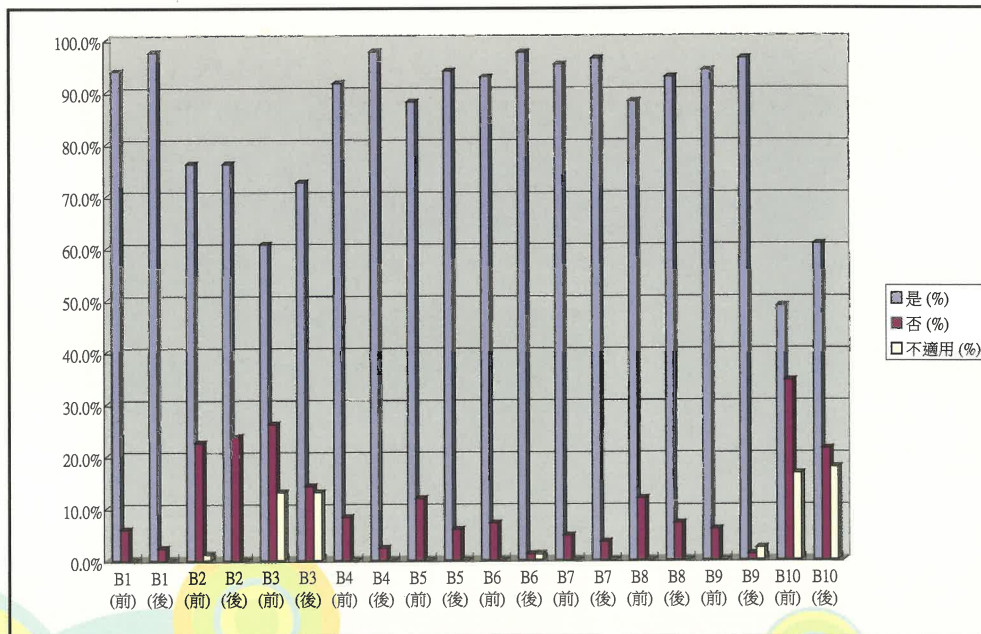
備註

- A1 - 光線充足
- A2 - 地面乾爽
- A3 - 如地面濕滑已放置「小心地滑」警示牌
- A4 - 地面沒有障礙物
- A5 - 地板沒有損壞
- A6 - 傢具穩固 (例如檯、凳、輪椅)
- A7 - 通道暢通無阻

浴室及廁所環境

- 九成以上院舍的浴室及廁所均光線充足，通道暢通無阻，扶手設置充足及穩固，整體表現理想。
- 需加倍留意的包括：地面乾爽情況，濕滑時放置「小心地滑」警示牌，和使用防滑地墊。對比第一次和第二次的巡查，情況有明顯的進步，例如：超過兩成的院舍在第二次的評估中發現已添置了防滑地墊。

浴室及廁所環境評估結果



備註

- B1 - 光線充足
- B2 - 地面乾爽
- B3 - 如地面濕滑已放置「小心地滑」警示牌
- B4 - 地面沒有障礙物
- B5 - 地板沒有損壞
- B6 - 傢具穩固 (例如檯、凳、大便椅)
- B7 - 通道暢通無阻
- B8 - 扶手充足及穩固
- B9 - 沒有使用可移動的地墊或抹布
- B10 - 使用防滑地墊

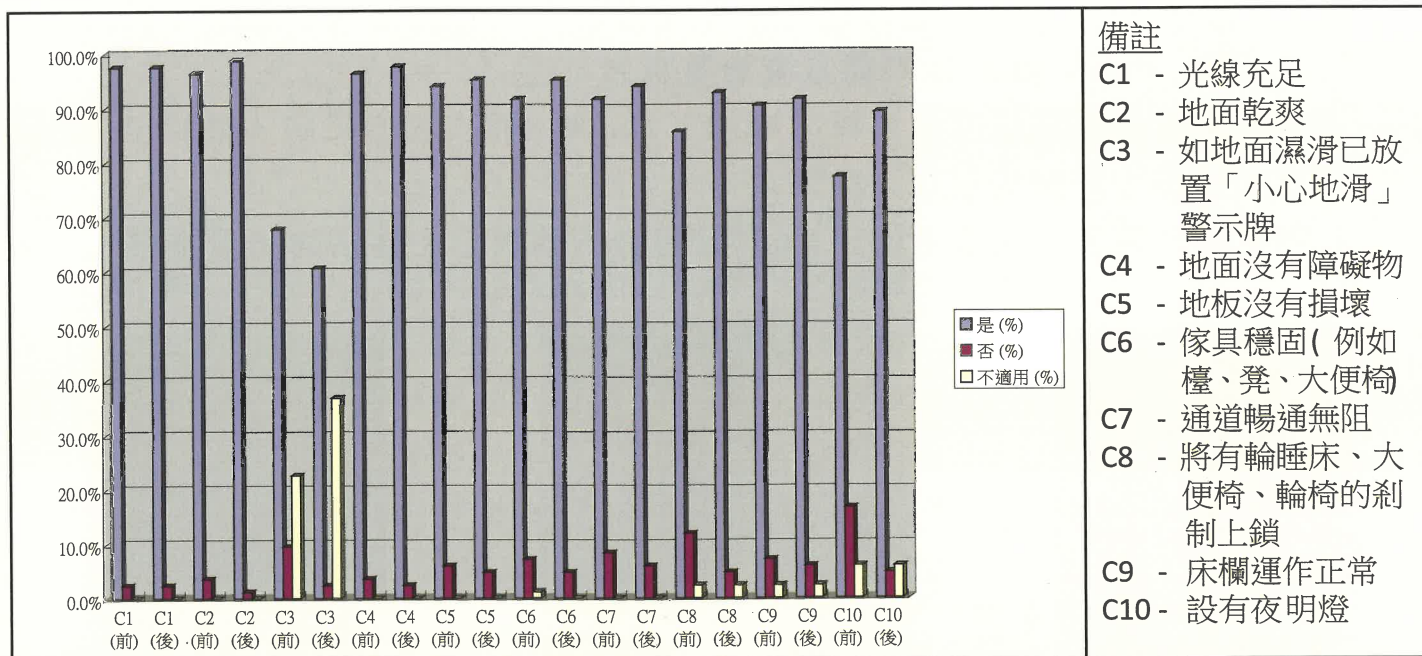


廁所及浴室地板完好無缺

睡房環境

- 一般來說，睡房是院友逗留時間最長的地方，環境安全是十分值得注意的項目。經過安健大使先後兩次的巡查和建議，有八成的項目有明顯的進步。例如：15%院舍於睡房加設了夜明燈，及8%院舍在有輪傢具的剎掣位加上鎖。

睡房環境評估結果



睡房光線充足及傢具穩固

常見問題

- 總括來說，院舍環境在這計劃推出以來，有明顯的改進。但仍有以下各項常見的問題，需要特別留意。
 - 要在適當的時候使用警示牌，以提高院友、訪客或職員對潛在危險的警覺。
 - 院舍的傢具要以穩固為首要選擇條件，並要定期檢查維修。
 - 院友使用的座椅，要背靠穩固的地方如牆或床等。
 - 安置有轆的器材如輪椅或輪床時，必須上鎖。
 - 院舍的傢具、電器要安置在適當的位置，避免阻礙通道，並多留意電線及摺檯的安排。
 - 要多留意夜間或天色陰暗時的照明，如有需要，可安裝夜明燈。

4.3 長者衣履和鞋的評估

- 稱身的衣履和鞋，對長者防跌是重要的一環。
- 評估的範圍包括：鞋底磨蝕程度、鞋和身上衣服尺碼的大小適中。先後兩次巡查發現，院友衣履和鞋的稱身度愈見進步。尤其是鞋底的磨蝕程度，達標率增加了10.2%；而衣服的尺碼，最終全部院舍都合乎標準，成績實在令人鼓舞。
- 計劃最終為需要的長者更換了1,650對適合不同大小和性別的防滑拖鞋。



鞋底出現磨蝕現象



鞋履大小並不適中



院友褲子過長

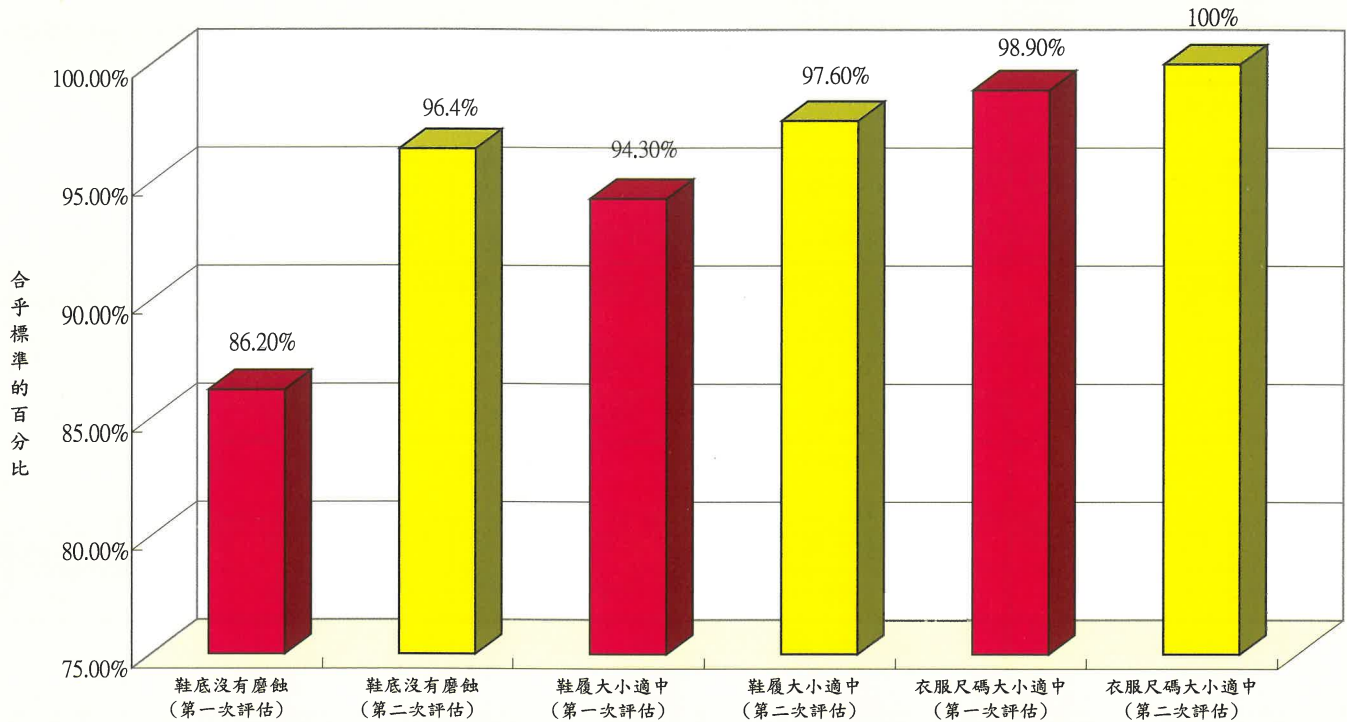


女裝防滑拖鞋



男裝防滑拖鞋

院友衣履的評估概況



4.4 助行器具的評估

- 助行器可提供行走時安全的支撐及足夠的穩定性；用於步態不穩、力量較弱、喪失活動力及平衡力不佳的人士，並幫助重建肌力活動力及平衡力。因此，助行器具的評估絕對是防跌安全措施中不可或缺的項目。
- 助行器具的評估是在第一次巡查中進行。安健大使會檢視院舍內所有助行器具的狀況，包括：有輪助行架、助行架、四腳叉及拐杖。
- 評估內容有：膠塞磨蝕的狀況；調校高度之彈珠操作狀況；手柄位和摺合功能；輪子狀況；及剎制操作的狀況；助行器具的管理等等。



物理治療師替院友更換助行器具



物理治療師教導院友步行

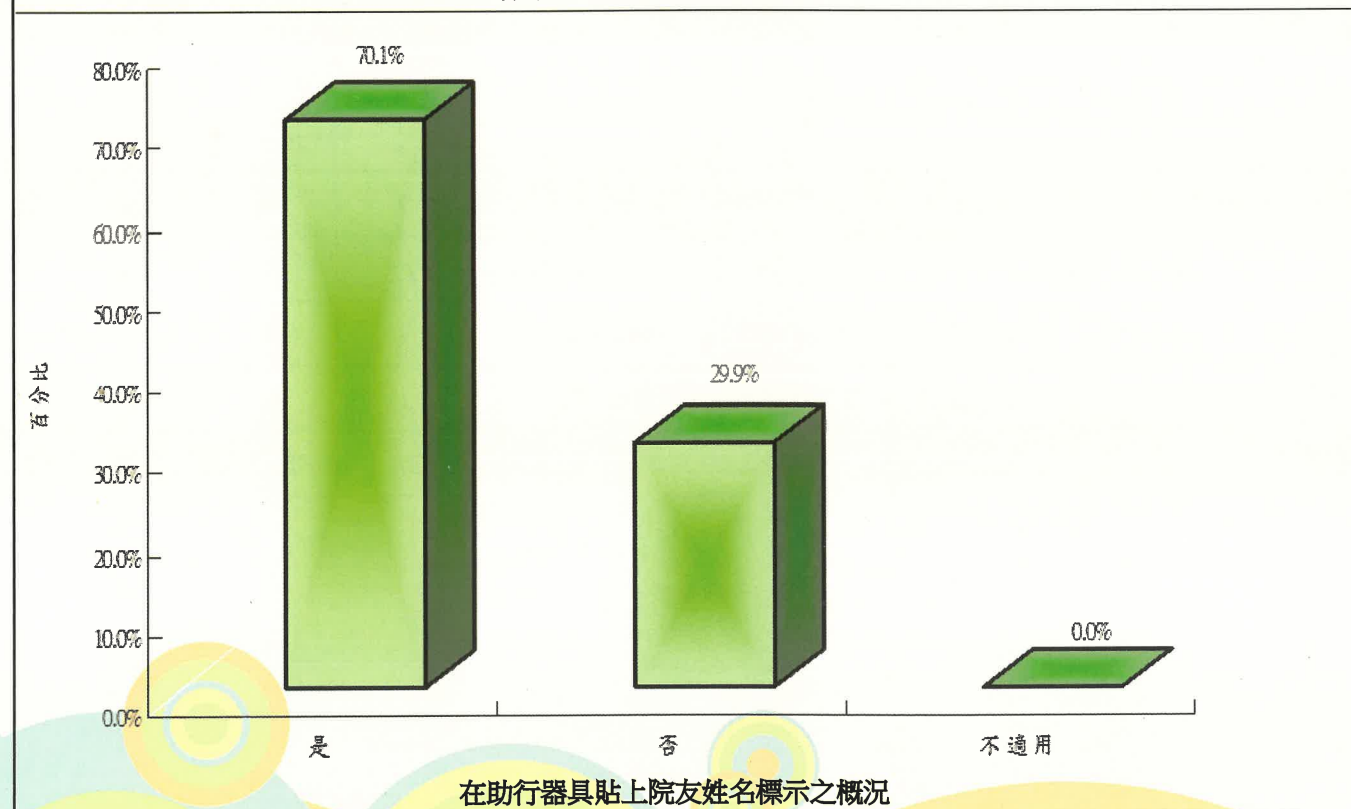
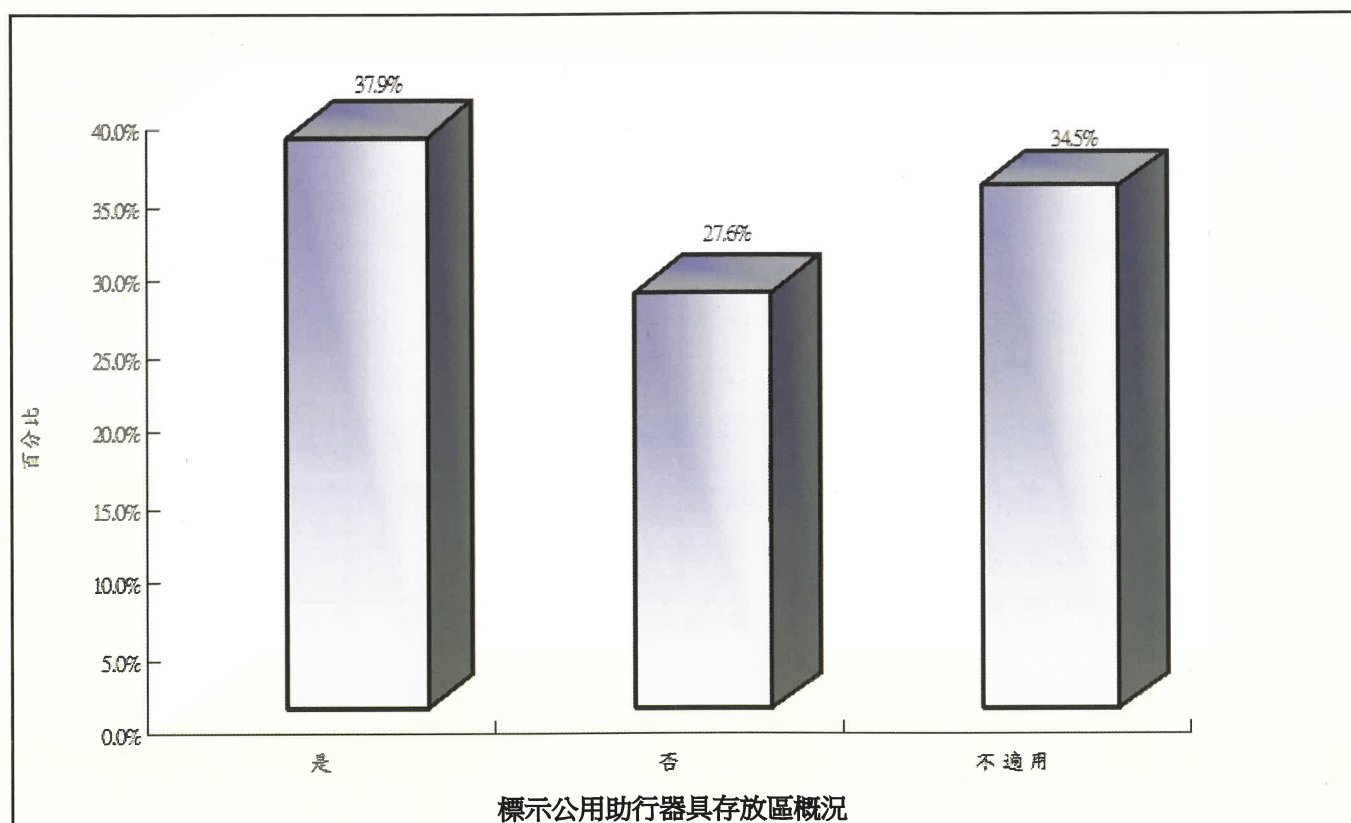
有輪助行架			助行架			四腳叉			拐杖		
膠塞磨蝕狀況			膠塞磨蝕狀況			膠塞磨蝕狀況			膠塞磨蝕狀況		
正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用
59%	41%	0%	62%	38%	0%	33%	67%	0%	31%	69%	0%
調校高度之彈珠操作狀況			調校高度之彈珠操作狀況			調校高度之彈珠操作狀況			調校高度之彈珠操作狀況		
正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用
73%	27%	0%	70%	30%	0%	56%	44%	0%	63%	34%	3%
手柄狀況			手柄狀況			手柄狀況			手柄狀況		
正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用
88%	12%	0%	89%	11%	0%	77%	23%	0%	70%	27%	3%
摺合功能狀況			摺合功能狀況								
正常	不正常	不適用	正常	不正常	不適用						
78%	19%	3%	77%	22%	1%						
輪子狀況(沒有鬆脫)											
正常	不正常	不適用									
100%	0%	0%									
剎制操作狀況											
正常	不正常	不適用									
71%	16%	13%									



- 巡查結果發現共有 970 件助行器具出現不同程度的問題(葵青區 675 件；荃灣區 295 件)，需轉介物理治療師跟進。
- 膠塞磨蝕的情況十分普遍，其中以四腳叉及拐杖較為嚴重，分別有 67% 及 69% 的膠塞出現磨蝕情況。
- 至於調校高度之彈珠，操作不正常亦十分普遍；同樣地，四腳叉及拐杖的情況比較嚴重，當中分別有 44% 及 34% 的高度調校功能並不正常。
- 至於手柄方面，各類助行器的狀況都很理想，七成或以上的助行器手柄屬正常，沒有出現鬆脫現象。
- 在有輪助行架或助行架當中，它們分別有 19% 及 22% 的摺合功能並不正常。
- 單從有輪助行架來分析，輪子狀況相當理想，100% 均屬正常，並沒有出現鬆脫現象。可是，16%有輪助行架的剎制操作卻不正常。
- 計劃最終，533 件助行器具中，共有 1,405 粒膠塞需要更換。此外，共有 437 件助行器具需要整件更換。相關跟進工作已轉介瑪嘉烈醫院及仁濟醫院物理治療師外展到訪院舍為長者處理。
- 助行器具及配件跟進的結果詳列如下：

地區	院舍類型	膠塞更換				助行器具更換			
		(總數：533 件助行器具共 1,405 粒膠塞)				(總數：437 件助行器具)			
		有輪助行架數量 (膠塞數量)	助行架數量 (膠塞數量)	四腳叉數量 (膠塞數量)	拐杖數量 (膠塞數量)	有輪助行架	助行架	四腳叉	拐杖
葵青	私營	3 (6)	43 (172)	77 (309)	90 (90)	7	65	69	66
	津助	16 (32)	22 (88)	27 (108)	76 (76)	21	46	16	31
荃灣	私營	1 (2)	26 (104)	60 (240)	46 (46)	5	36	25	34
	津助	2 (4)	13 (52)	15 (60)	16 (16)	1	6	5	4
總數		22 (44)	104 (416)	179 (717)	228 (228)	34	153	115	135

- 此外，很多院舍均設有公用助行器具存放區，但只有 37.9% 的院舍有清楚標示。
- 基於助行器具是個人化而外觀很相似的物品，故建議為每件助行器具貼上院友的姓名標示，但只有七成的院舍符合要求。



4.5 防跌運動的推廣

- 本計劃在首輪巡查後，特別為院舍職員舉辦兩場防跌運動工作坊，並派發『坐式防跌運動小冊子』，旨在鼓勵和協助院舍籌組運動班。
- 為評估院舍推行運動的普及程度，計劃在第二次巡查中加插上述項目。
- 評估內容包括：院舍安排員工參與防跌運動工作坊的狀況；在院舍內推行運動班的頻率、訓練教材和紀錄的保存等等。
- 結果發現，約七成的院舍有派員參加本計劃的防跌運動工作坊。可喜的是有些院舍學以致用，將防跌坐式運動海報張貼於當眼處，加強推廣。
- 此外，86.9%院舍有定期為院友舉行運動班，平均每週3-4節。最頻密的院舍高達每週舉辦7節運動班。相反，有11間院舍是從來沒有舉辦運動班，實應多加鼓勵。
- 近七成的院舍有保存運動班的訓練教材，例如光碟、小冊子或幻燈片等；然而訓練紀錄則只有半數院舍能提供。
- 各項評估分析詳列如下：



	是	否	不適用
院舍有安排員工參加防跌運動工作坊	66.7%	33.3%	0%
院舍有定期為院友推行運動班	86.9%	11.9%	1.2%
院舍有保存運動班的訓練教材	66.7%	29.8%	3.6%
院舍有保存運動班的訓練紀錄	50.0%	46.4%	3.6%

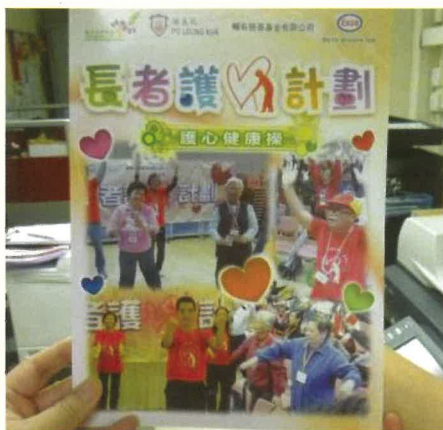
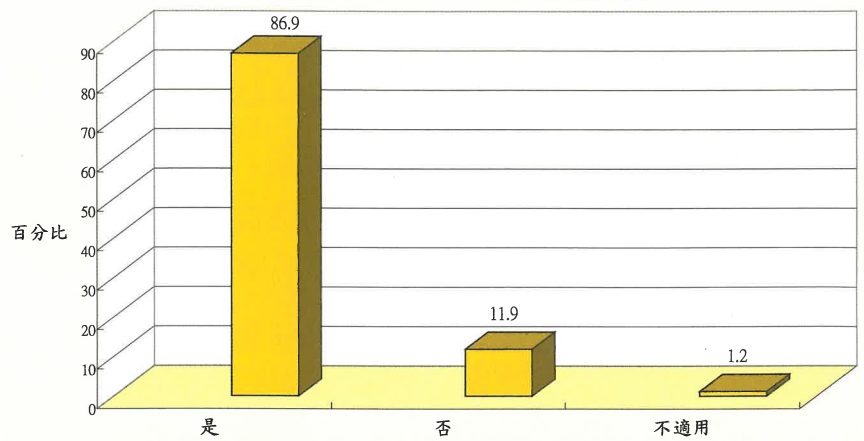


防跌運動工作坊情況



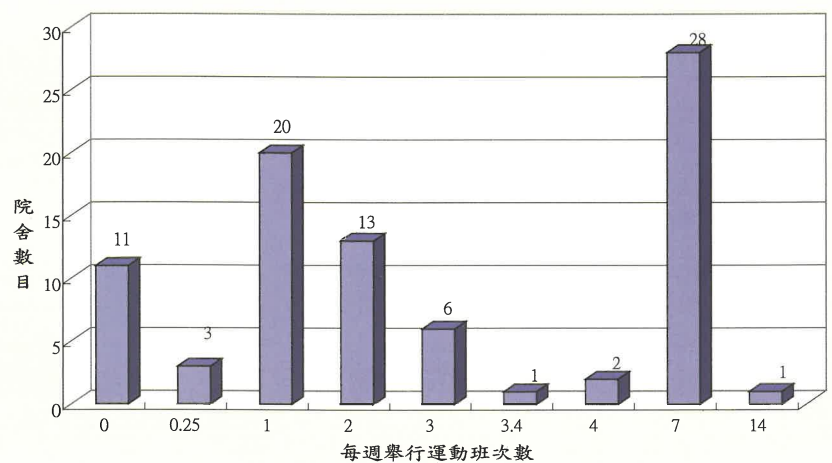
運動班

院舍為院友推行運動班概況



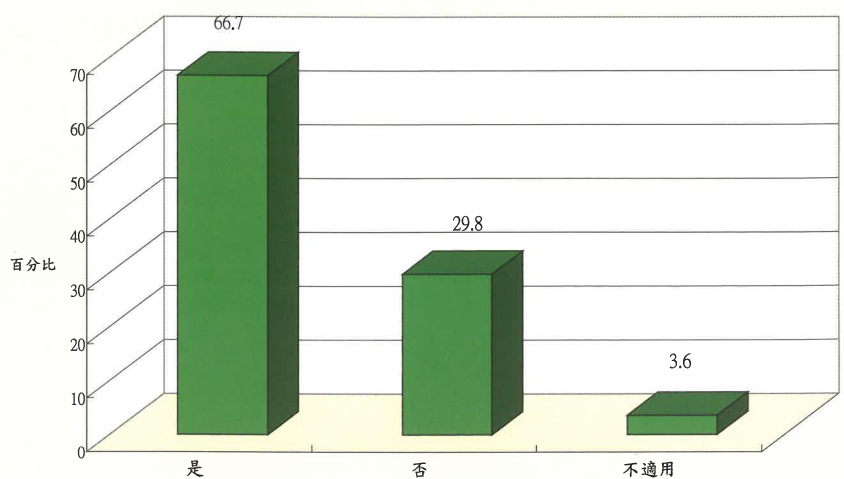
運動班訓練教材樣本

運動班舉辦頻率



學以致用，將防跌坐式運動張貼於當眼處

院舍保存運動班訓練教材概況



4.6 計劃前、後院舍跌倒數字的比較

- 計劃的其中一個目標是預防及減少院舍跌倒的個案。故此，我們收集各院舍在計劃一年前、及一年後自我呈報的跌倒數據，進行分析。結果發現，參與防跌計劃後的院舍，整體因跌倒到急症室的求診率和入院率分別減少 8%和 7.6%，成效令人鼓舞。

4.7 院舍職員對防跌計劃的意見

- 除上述各項觀察所得的巡查結果，反映計劃的成效之外；透過訪問，各院舍職員更提供下列寶貴意見：
 - 職員表示計劃對院舍防跌有正面的幫助，加深了防跌知識 (28 名)
 - 計劃有效地確立了運動班的推行 (7 名)
 - 巡查評估後獲得適切的跟進 (5 名)
 - 計劃加強了員工對助行器具的認識 (5 名)
 - 計劃令院舍獲得物資上的支援和修補，令院友得益 (5 名)
 - 計劃增加了院舍同工和醫院職員間的交流 (3 名)
 - 期望對院舍增加培訓課程 (3 名)
 - 建議運動教材設計增加平衡方面的訓練 (3 名)
 - 建議為高危院友特設運動訓練教材 (3 名)
 - 建議講座有禮物和遊戲，加強趣味性 (1 名)
 - 建議多加介紹防滑地墊 (1 名)
- 總括來說，各院舍職員對計劃均表示支持和歡迎，無論對硬件(如：助行器具)、或軟件（如：防跌知識，運動班等）都有所提升，一致讚好。



4.8 院舍巡查大使的意見

- 安老院舍防跌計劃得以順利完成，70多名巡查大使的積極參與絕對是功不可沒的。我們在第二次院舍巡查後向各巡查大使進行了問卷調查，以瞭解他們對計劃的意見。結果詳列如下：
 - 所有巡查大使均表示計劃有助提升院舍職員的防跌意識。
 - 所有巡查大使均認為計劃有助提升他們個人對防跌的認識。
 - 所有巡查大使都同意計劃為他們提供足夠的培訓和安排，感到滿意。
 - 總括而言，全部巡查大使對安健院舍計劃十分支持。
- 各院舍防跌巡查大使對本計劃給予各方正面的讚同，認為所推行的各個項目有助提昇院舍職員的防跌意識。而且，計劃為大使提供了足夠的培訓，讓他們已身對防跌加深瞭解和認識，助人助己。

5. 總結計劃成功因素

為期兩年之『安老院舍防跌計劃』，已經順利完成計劃內之各項事工。回顧兩年的經驗，我們肯定了多項內在及外在的成功因素，為計劃奠下良好的成果。包括：計劃目的能切合社區的需要，組成跨部門、跨專業防跌工作小組統籌、合辦機構間有良好溝通、著重院舍防跌巡查大使培訓、有效協助院舍籌組運動班、善用地區網絡，建立富有彈性及靈活的協作模式。

5.1 組成跨部門、跨專業防跌工作小組統籌

為有效推行整項計劃而成立了『院舍防跌工作小組』，全權負責整個計劃之籌備、推展及支援工作，並且訂定了計劃的詳細內容和時間表。該工作小組由物理治療師、社康護士、職安健主任及老人外展醫生等專業同工組成。透過跨專業同工的合作，令推展服務時，能廣泛照顧服務使用者及各單位的需要。

5.2 合辦機構間有良好溝通

『院舍防跌工作小組』同工透過定期舉行會議，就計劃的進展、單位及使用者之回應及各項困難進行深入的檢討和研究，並作出相應的行動，令計劃流程更加完善。此外，透過社會福利署的支持和行動，如發信邀請區內各院舍參與訓練、典禮及研討會，理順計劃的推展。此外，社會福利署之安老院牌照事務處更邀請工作小組成員出席該處舉辦的『2011 年安老院員工護理知識工作坊』，向全港各區院舍負責人分享和推廣計劃。

5.3 著重院舍防跌巡查大使培訓

計劃推行成功與否，巡查大使的參與程度是其中一個關鍵。本計劃得到瑪嘉烈醫院職員義工及九龍西聯網醫院職員的支持，成功招募了 70 位職員義工擔任院舍防跌巡查大使。他們分成七組，由資深義工組長帶領。為了令各大使了解防跌計劃的目的和評估內容，特於 2010 年 10 月 15 日舉行一個簡介會，由物理治療師提供評估訓練，讓各大使清楚了解巡查的內容和細則，並教授各類助行器具評估的技巧。

5.4 有效協助院舍籌組運動班

為了讓防跌計劃更落實執行，工作小組設計了一套專為行動不便長者而設的『坐式防跌運動』，並為各區內院舍職員提供培訓工作坊，於 2011 年 6 月 28 日由多名物理治療師聯合教授，並設立考核制度，整個工作坊共有 56 間院舍之 76 位職員參加，各參加者於完成訓練後，更在院舍推行『坐式防跌運動』。小組更製作了『坐式防跌運動』小冊子、海報及教育性光碟分發給區內各院舍廣泛使用。

6. 計劃總結

為期兩年的「安老院舍防跌計劃」得以順利完成，全賴社區各方跨界別、跨專業的積極參與，特別是醫院委任的安健大使，先後兩度走訪葵青及荃灣區 80 多間院舍，進行評估和諮詢，提昇院舍對防跌的意識和安全管理。未來，兩會會繼續努力，令葵青及荃灣兩區成為更安全、更健康的社區。



7. 安健院舍巡查大使名單

第一組	陳群英女士 (2010年隊長) 鄭慧慈女士 (2011年隊長)	陳貴芳女士	何綺霞女士	曾紫琴女士	孫 丹女士	梁梅英女士
		盧玉豐先生	黃義成先生	鍾麗明女士	梅素賢女士	
第二組	盧祖健先生 (2010-2011年隊長)	陳彩娟女士	梁仲彬先生	楊積慶先生	容秀慧女士	蘇子樺先生
		勞國輝先生	莫莎莉女士	彭淑嫻女士	黃 捷女士	
第三組	黃見萍女士 (2010-2011年隊長)	謝道根先生	屈雁玲女士	嚴爵慈先生	葉楚卿女士	楊毓琦女士
		吳惠琮女士	何淑嫻女士	黎郁華先生	楊德恒先生	
第四組	蘇明來先生 (2010-2011年隊長)	孫瑞媚女士	黃潔鳳女士	葉志夫先生	何鳳霞女士	王美嫻女士
		梁瑞珍女士	方嘉燕女士	李慧貞女士	簡偉良先生	
第五組	張兆榮先生 (2010-2011年隊長)	關偉森先生	張志良先生	劉玉堦先生	鍾慧貞女士	陳烈貞女士
		葉玉映女士	黃婉貞女士			
第六組	黃兆麟先生 (2010-2011年隊長)	林志康先生	黃文英女士	曾國強先生	何貝茵女士	羅少萍女士
		劉兆雄先生	黃筱雅女士	徐兆堅先生	簡佩芬女士	
第七組	梁耀國先生 (2010-2011年隊長)	崔寶勳先生	李芊芊女士	袁沛文先生	鄭仲偉先生	殷鳳萍女士
		黃偉龍先生	高碧霞女士	李啟芳女士	余智珊女士	伍芳婷女士

8. 附件

8.1 評估表內容 (第一階段)

防跌改善計劃 - 評估表 (第一階段第一頁)

院舍名稱: _____ 評估員姓名: _____

評估日期/ 時間: _____ 部門/職位: _____

第一部份：環境及一般評估

請在適當空格內填上剔號“√”

		是	否	不適用	備註
A. 大廳或飯廳環境 (□ 如需轉介職業治療師跟進，請在方格內填上“√”)					
A01	光線充足				
A02	地面乾爽				
A03	如地面濕滑，已放置「小心地滑」警示牌				
A04	地面沒有障礙物				
A05	地板平坦沒有損壞				
A06	傢具穩固 (例如檯、凳、輪椅)				
A07	通道暢通無阻				
B. 浴室及廁所環境 (□ 如需轉介職業治療師跟進，請在方格內填上“√”)					
B01	光線充足				
B02	地面乾爽				
B03	如地面濕滑，已放置「小心地滑」警示牌				
B04	地面沒有障礙物				
B05	地板平坦沒有損壞				
B06	傢具穩固 (例如檯、凳、大便椅)				
B07	通道暢通無阻				
B08	扶手充足及穩固				
B09	沒有使用可移動的地墊或抹布				
B10	有使用防滑地墊				
C. 睡房環境 (□ 如需轉介職業治療師跟進，請在方格內填上“√”)					
C01	光線充足				
C02	地面乾爽				
C03	如地面濕滑，已放置「小心地滑」警示牌				
C04	地面沒有障礙物				
C05	地板平坦沒有損壞				
C06	傢具穩固 (例如檯、凳、大便椅)				
C07	通道暢通無阻				
C08	將有輪睡床、大便椅、輪椅的剎制上鎖				
C09	床欄運作正常				
C10	設有夜明燈				
D. 院友的衣履					
D01	每一位院友的鞋底均沒有磨蝕				
D02	每一位院友的鞋履均大小適中				
D03	每一位院友的衣服尺碼均大小適中				

防跌改善計劃- 評估表 (第一階段第二頁)

第二部份：助行器具管理

請在適當空格內填上剔號“✓”

		是	否	不適用	備註
E. 標示制度					
E01	清楚標示公用助行器具存放區				
E02	每一位院友的助行器具均有清晰的姓名標示，以免混淆。				

第三部份：助行器具評估 (此部份將由物理治療師跟進)

院舍將提供一系列正在被使用的助行器具，請逐一檢查，並在下列空格填上適當數量

		正常	不正常	不適用	備註
F. 有輪助行架					
F01	膠塞沒有磨蝕(一套四粒)				如左欄之選擇為「不正常」，則更需換整套膠塞 *
F02	調校高度之彈珠操作正常				如左欄任何一項(F02-F06)之選擇為「不正常」，則需更換整個有輪助行架
F03	手柄沒有鬆脫				
F04	摺合功能操作正常				
F05	輪子沒有鬆脫				
F06	剎制操作正常				
G. 助行架					
G01	膠塞沒有磨蝕(一套四粒)				如左欄之選擇為「不正常」，則更需換整套膠塞 *
G02	調校高度之彈珠操作正常				如左欄任何一項(G02-G04)之選擇為「不正常」，則需更換整個助行架
G03	手柄沒有鬆脫				
G04	摺合功能操作正常				
H. 四腳叉					
H01	膠塞沒有磨蝕(一套四粒)				如左欄之選擇為「不正常」，則更需換整套膠塞 *
H02	調校高度之彈珠操作正常				如左欄任何一項(H02-H03)之選擇為「不正常」，則需更換整支四腳叉
H03	手柄沒有鬆脫				
I. 拐杖					
I01	膠塞沒有磨蝕(一套一粒)				如左欄之選擇為「不正常」，則更需換整套膠塞 *
I02	調校高度之彈珠操作正常				如左欄任何一項(I02-I03)之選擇為「不正常」，則需更換整支拐杖
I03	手柄沒有鬆脫				

* 如個別助行器具需同時更換，則毋須更需換膠塞

防跌改善計劃 - 評估表 (第一階段第三頁)

第四部份：跟進清單

J. 跟進項目		
J.1	院舍環境改善建議	
	需要 <input type="checkbox"/>	由 CNS 轉介 CGAT 職業治療同事跟進。
	不需要 <input type="checkbox"/>	
J.2	助行架	
J201	更換輪子助行架膠塞(一套四粒)	套
J202	更換助行架膠塞(一套四粒)	套
J203	更換四腳叉膠塞(一套四粒)	套
J204	更換拐杖膠塞 (粒)	粒
J205	更換摺合式輪子助行架	個
J206	更換摺合式助行架	個
J207	更換四腳叉	支

其他意見：

8.2 評估表內容 (第二階段)

防跌改善計劃 - 評估表 (第二階段第一頁)

院舍名稱: _____

評估員姓名: _____

評估日期/ 時間: _____

部門/職位: _____

第一部份：環境及一般評估

請在適當空格內填上剔號“✓”

		是	否	不適用	備註
A. 大廳或飯廳環境					
A01	光線充足				
A02	地面乾爽				
A03	如地面濕滑, 已放置「小心地滑」警示牌				
A04	地面沒有障礙物				
A05	地板平坦沒有損壞				
A06	傢具穩固 (例如檯、凳、輪椅)				
A07	通道暢通無阻				
B. 浴室及廁所環境					
B01	光線充足				
B02	地面乾爽				
B03	如地面濕滑, 已放置「小心地滑」警示牌				
B04	地面沒有障礙物				
B05	地板平坦沒有損壞				
B06	傢具穩固 (例如檯、凳、大便椅)				
B07	通道暢通無阻				
B08	扶手充足及穩固				
B09	沒有使用可移動的地墊或抹布				
B10	有使用防滑地墊				
C. 睡房環境					
C01	光線充足				
C02	地面乾爽				
C03	如地面濕滑, 已放置「小心地滑」警示牌				
C04	地面沒有障礙物				
C05	地板平坦沒有損壞				
C06	傢具穩固 (例如檯、凳、大便椅)				
C07	通道暢通無阻				
C08	將有輪睡床、大便椅、輪椅的剎制上鎖				
C09	床欄運作正常				
C10	設有夜明燈				
D. 院友的衣履					
D01	每一位院友的鞋底均沒有磨蝕				
D02	每一位院友的鞋履均大小適中				
D03	每一位院友的衣服尺碼均大小適中				

第二部份：有關運動班的推廣

防跌改善計劃 - 評估表 (第二階段第二頁)

請在適當空格內填上剔號“√”

		是	否	不適用	備註
E. 運動班相關項目					
E01	有員工參加防跌運動工作坊				
	如上述答案是「是」，參加員工姓名為：				
E02	有定期為院友推行運動班				
	如上述答案是「是」，請填寫推行頻率為：每日 / 週 / 月 _____ 次 *				
E03	有保存運動班的訓練教材				
	(例如光碟、小冊子或幻燈片等)				
E04	有保存運動班的訓練紀錄				

* 請刪除不適用項目

其他意見：

請摘錄院舍職員對「安老院舍防跌改善計劃」之整體意見(如適用)：

8.3 院舍巡查大使評估表

「安老院舍防跌計劃 2010-12」

各位同事:

多謝大家參與「安老院舍防跌計劃2010-12」，現誠意邀請閣下填寫下列問卷，藉著閣下的寶貴意見，來提昇及評估計劃的成效。

有勞之處，不勝感激，謝謝！

	1	2	3	4
請在適當方格填上「✓」號	十分不同意	不同意	同意	十分同意
1. 這計劃有助提昇院舍職員的防跌意識。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 這計劃有助提昇本人對防跌的認識。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 主辦單位提供了足夠的培訓。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 主辦單位的工作安排令人滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 整體上，本人對「安老院舍防跌計劃2010-12」感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 其它意見：	<div><div></div><div></div><div></div></div>			

姓名：_____先生/小姐/女士* (選擇性填寫) 職級：_____

部門名稱：_____醫院名稱：_____日期：_____

*請刪除不適用之選項

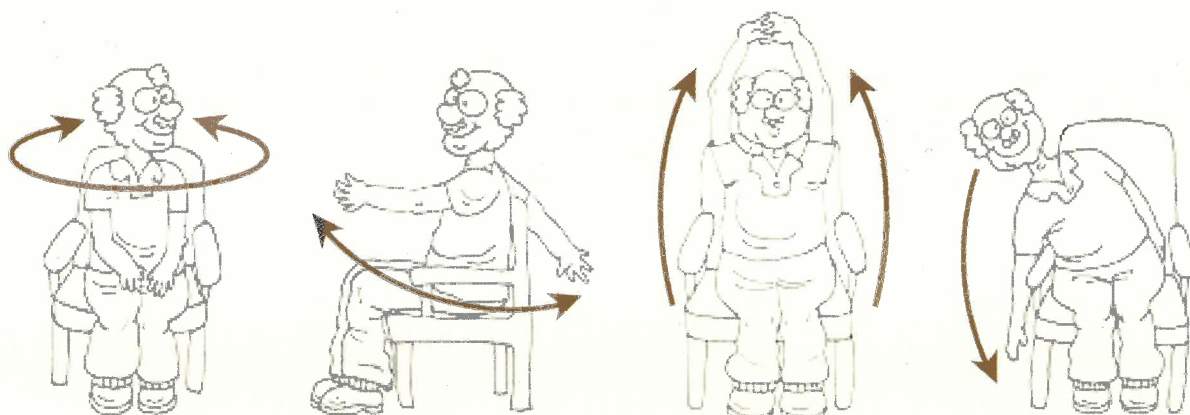
安老院舍防跌計劃 籌備工作小組名單：

黎雪芬女士	荃灣及葵青區 安健院舍工作小組	召集人
羅振邦醫生	瑪嘉烈醫院	顧問醫生(內科及老人科)
陳慧媚女士	瑪嘉烈醫院	部門運作經理(社區護理及社區醫療)
鄭慧慈女士	瑪嘉烈醫院	部門經理/聯網專職醫療統籌(職業治療)
梁耀國先生	瑪嘉烈醫院	社區老人評估小組一級物理治療師
殷鳳萍女士	仁濟醫院	社區老人評估小組一級物理治療師
關偉森先生	瑪嘉烈醫院	社康護理服務病房經理
葉芷馨女士	瑪嘉烈醫院	社康護理服務資深護師
余素瑩女士	社會福利署社會	工作主任(策劃及統籌)(荃灣及葵青區)
梁溢珈女士	瑪嘉烈醫院	社區健康資源中心註冊社工
余美鳳女士	葵青安全社區及 健康城市協會	助理總幹事
鄭素儀女士	葵青安全社區及 健康城市協會	項目幹事
丘詠仙女士	荃灣安全健康社區 督導委員會	項目幹事

葵青安全社區及健康城市計劃

安老院舍防跌計劃

坐式防跌運動十FUN



1. 左右兼顧

2. 大搖大擺

3. 頂天立地

4. 常伴左右



5. 美人照鏡

6. 腳踏實地

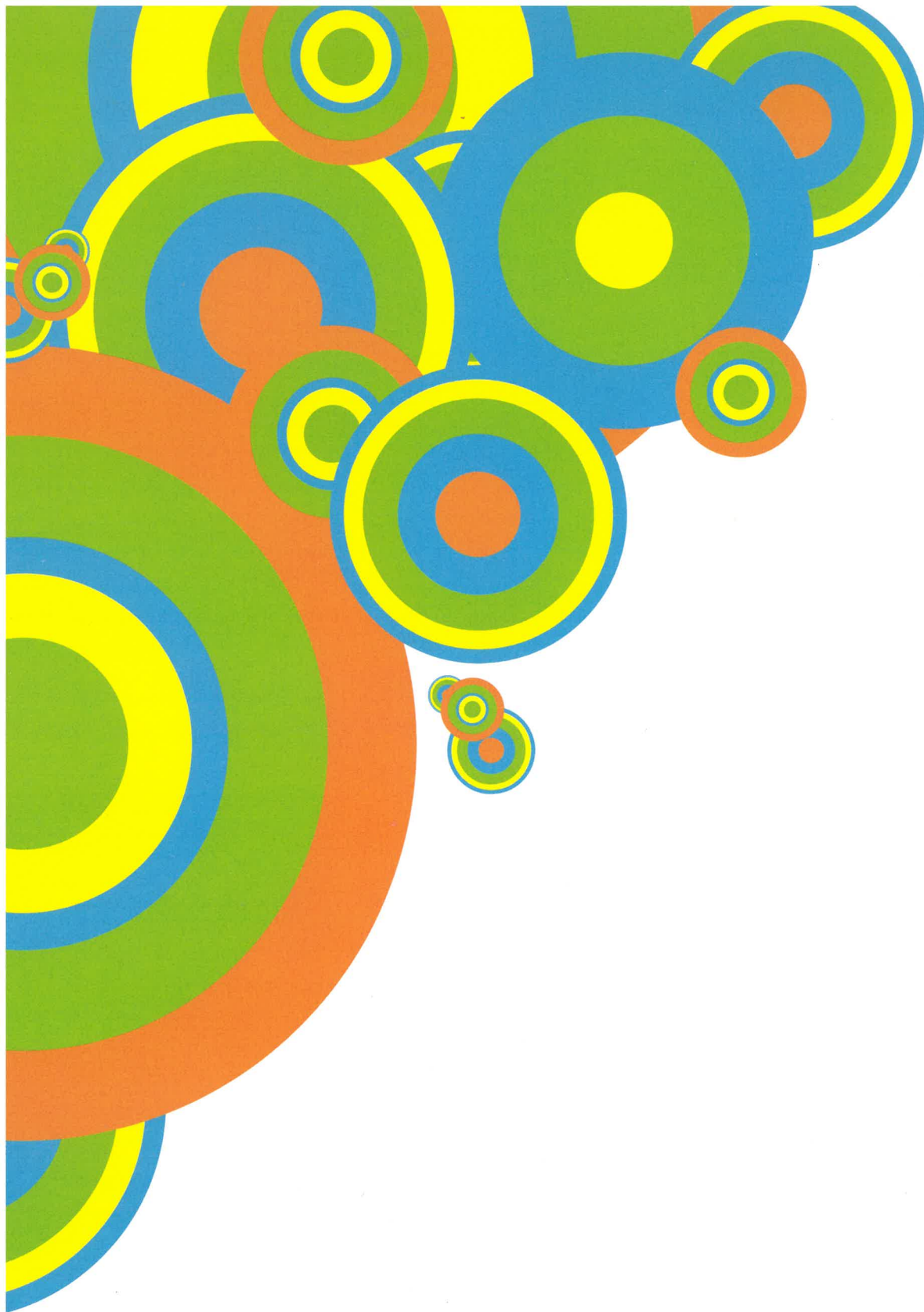
7. 舉足輕重



8. 手足情深

9. 能屈能伸

10. 步步高升



出版 Publication : 葵青安全社區及健康城市協會

Kwai Tsing Safe Community and Healthy City Association

地址 Address : 香港九龍荔枝角瑪嘉烈醫院道 2-10 號瑪嘉烈醫院 M 座地下社區健康資源中心
G/F, Block M, Community Health Resource Centre, Princess Margaret Hospital,
2-10 Princess Margaret Hospital Road, Lai Chi Kok, Kowloon, Hong Kong

電話 Telephone : (852) 2990 3360

傳真 Fax : (852) 2990 3373

電郵 E-mail : office@ktschca.org.hk

網址 Web Site : <http://www.ktschca.org.hk>

所有內容及資料的版權屬於葵青安全社區及健康城市協會擁有，任何人士不得隨意轉載、翻印或重印。

Copyright©2011 by Kwai Tsing Safe Community and Healthy City Association

出版日期 Publication Date : 2012