



向歐日院舍取經 老人住處最尊嚴

活到80歲，勞碌半生養活家庭，捱過戰爭與飢餓，卻敵不過晚年。住進安老院舍，竟落得被剝光豬的下場。這一刻，把人的所有尊嚴也剝奪去。難道失去自理能力的長者，便不應得到尊重？安老院舍的長者們，真的老得只剩下軀殼嗎？如何有尊嚴地老去，是人生最後一課，是所有人也要懂的一課。

網上圖片、mykeyruna @ iStockphoto

人生下半場

活到80歲，勞碌半生養活家庭，捱過戰爭與飢餓，卻敵殺人犯，在監獄裏面也是完全失去自由，連殺人犯也不如。」談起本地院舍情況，致力於香港推動老人認知訓練活動的專賢會，創辦人張瑞霖（圖）不無感慨，他經常到院舍舉辦健腦運動，目睹患腦退化症（認知障礙症）但健康依然良好的長者被牢綁住，整間院舍過百名長者甚至同一時間表來吃喝拉睡，甚感心酸。人人面目模糊，彷彿都是籠裏雞。

「即使你犯了殺人罪，在監獄裏面也是完全失去自由，連殺人犯也不如。」談起本地院舍情況，致力於香港推動老人認知訓練活動的專賢會，創辦人張瑞霖（圖）不無感慨，他經常到院舍舉辦健腦運動，目睹患腦退化症（認知障礙症）但健康依然良好的長者被牢綁住，整間院舍過百名長者甚至同一時間表來吃喝拉睡，甚感心酸。人人面目模糊，彷彿都是籠裏雞。

「日本院舍全單人房」

他多次到海外考察，對日本安老院舍留下深刻印象：長者有正常社交生活，輕鬆交談，對日本安老院舍留下深刻印象：長者有正常社交生活，輕鬆交談，氣氛溫馨。而且房間全為單人房，長者可按自己意願佈置房間，把舊照片、珍藏海報貼在牆上，感覺就像家一樣。叫張瑞霖最深刻的，還有護理員尊重長者的態度，「你不會看見插滿咽喉尿管『天地線』的長者，日本人絕不容許這樣，他們認為能夠以治療幫助長者，而非食方便以插喉餵食長者並沒有任何選擇權。

尊賢會項目發展經理連璋翹（Ivan）去年6月化身「阿伯」，穿上十多磅的重量衣，加上特製索帶以模仿老人彎腰、關節不靈活等身體特徵，住進一間中型私營老人院三日兩夜，從此對本地院舍有更深切的體驗。

「失去自理能力，事無大小也要倚靠別人，吃飯、飲水、大小二便，連睇電視轉台也要找姑娘幫忙。即使我只住了短短72小時，也開始對生活失去希望，人變得愈來愈无助，漸漸失去自信。」

入室才脫衣 享受20分鐘沐浴

他也經歷過剝光豬洗澡。每到洗澡時間，姑娘便會把一組老人巾遞到浴室門外，在屏風背後為他們脫光衣服，等候洗澡，「我剛睡醒不久，朦朧之間已被脫清光，只剩下一條『祝君安好』毛巾，這方面，日本院舍又怎樣處理？」

糊仔製蛋糕 賣相味道討好

其實只要花點心思靈活變通，便可增添生活趣味。Ivan指出，日本護老者運用創意造出綠茶、咖啡或朱古力味道凝固粉水，讓長者自行選擇，體現自主之餘，味道也變得討好。至於糊仔則弄成精美蛋糕或西多士模樣，細緻程度甚至能仿製出西多士的烘焙邊，相比一般爛飯吸引多了。

今年剛滿60歲的張瑞霖難以想像，若他這一代人住進當今的私營老人院，沒有私隱，喪失自尊，情況會是多麼難堪。「我八十歲的父母曾經打鬥與走難，對他們來說最重要是條命，只要有瓦遮頭與牀便已覺得幸福。換着我這一代，我想我一早自焚死了，沒有尊嚴與自由，任何人也不想活在這樣的環境吧。」

事件中的私營安老院每月收費一萬多元，即每年共十多萬元，金額不少，卻原來連最基本的尊嚴也買不到，到底何價？

香裝體驗

在日本，安老院舍市場定位不一，有家庭式佈置的，有以音樂為主題的，也有專門針對中風、認知障礙症長者等；甚至有院舍實行積分制，長者完成復康活動或簡單工作便可擇取積分，可在花在做美容、按摩或興趣班上，以鼓勵長者自主生活。張瑞霖認為日本院舍定位元，事故公報制度亦相當完善，若院舍發生事故必須公開細節，否則屬刑事罪行。在香港，長者又可以如何選擇院舍？Ivan建議實地考察時，可多加留意以下幾點：

- 護理員臉上有否笑容
- 護理員工作是否投入，會否預先向長者交代情況才工作（如推輪椅前向長者交代一聲）
- 長者有否正常社交，氣氛是否輕鬆
- 約束情況（如穿著安全衣）是否普遍，如是或代表護理員貪圖方便管理，懶於照顧

長者宜居國 挪威居首

去年國際助老會發表全球老人福祉報告（Global AgeWatch Index），挪威獲評為全球最適宜長者居住的國家。綜觀名單，頭五位均為歐美發達國家，但社會經濟發達又是否代表長者可以受惠？看看經濟發展迅速而獲喻為金磚五國的中國、巴西、俄羅斯、印度及南非，排名最高的中國在96個國家中只排48，排名最低的南非更排在第80位，可見完善的安老政策並非只靠錢，而是要配合適當的政策，把社會資源有效地再分配。

張瑞霖補充說：「他們當然私密長者並沒有任何選擇權。

尊賢會項目發展經理連璋翹（Ivan）去年6月化身「阿伯」，穿上十多磅的重量衣，加上特製索帶以模仿老人彎腰、關節不靈活等身體特徵，住進一間中型私營老人院三日兩夜，從此對本地院舍有更深切的體驗。

「失去自理能力，事無大小也要倚靠別人，吃飯、飲水、大小二便，連睇電視轉台也要找姑娘幫忙。即使我只住了短短72小時，也開始對生活失去希望，人變得愈來愈无助，漸漸失去自信。」

入室才脫衣 享受20分鐘沐浴

他也經歷過剝光豬洗澡。每到洗澡時間，姑娘便會把一組老人巾遞到浴室門外，在屏風背後為他們脫光衣服，等候洗澡，「我剛睡醒不久，朦朧之間已被脫清光，只剩下一條『祝君安好』毛巾，這方面，日本院舍又怎樣處理？」

糊仔製蛋糕 賣相味道討好

其實只要花點心思靈活變通，便可增添生活趣味。Ivan指出，日本護老者運用創意造出綠茶、咖啡或朱古力味道凝固粉水，讓長者自行選擇，體現自主之餘，味道也變得討好。至於糊仔則弄成精美蛋糕或西多士模樣，細緻程度甚至能仿製出西多士的烘焙邊，相比一般爛飯吸引多了。

今年剛滿60歲的張瑞霖難以想像，若他這一代人住進當今的私營老人院，沒有私隱，喪失自尊，情況會是多麼難堪。「我八十歲的父母曾經打鬥與走難，對他們來說最重要是條命，只要有瓦遮頭與牀便已覺得幸福。換着我這一代，我想我一早自焚死了，沒有尊嚴與自由，任何人也不想活在這樣的環境吧。」

事件中的私營安老院每月收費一萬多元，即每年共十多萬元，金額不少，卻原來連最基本的尊嚴也買不到，到底何價？

香裝體驗

在日本，安老院舍市場定位不一，有家庭式佈置的，有以音樂為主題的，也有專門針對中風、認知障礙症長者等；甚至有院舍實行積分制，長者完成復康活動或簡單工作便可擇取積分，可在花在做美容、按摩或興趣班上，以鼓勵長者自主生活。張瑞霖認為日本院舍定位元，事故公報制度亦相當完善，若院舍發生事故必須公開細節，否則屬刑事罪行。在香港，長者又可以如何選擇院舍？Ivan建議實地考察時，可多加留意以下幾點：

- 護理員臉上有否笑容
- 護理員工作是否投入，會否預先向長者交代情況才工作（如推輪椅前向長者交代一聲）
- 長者有否正常社交，氣氛是否輕鬆
- 約束情況（如穿著安全衣）是否普遍，如是或代表護理員貪圖方便管理，懶於照顧

長者宜居國 挪威居首

去年國際助老會發表全球老人福祉報告（Global AgeWatch Index），挪威獲評為全球最適宜長者居住的國家。綜觀名單，頭五位均為歐美發達國家，但社會經濟發達又是否代表長者可以受惠？看看經濟發展迅速而獲喻為金磚五國的中國、巴西、俄羅斯、印度及南非，排名最高的中國在96個國家中只排48，排名最低的南非更排在第80位，可見完善的安老政策並非只靠錢，而是要配合適當的政策，把社會資源有效地再分配。

張瑞霖補充說：「他們當然私密長者並沒有任何選擇權。

尊賢會項目發展經理連璋翹（Ivan）去年6月化身「阿伯」，穿上十多磅的重量衣，加上特製索帶以模仿老人彎腰、關節不靈活等身體特徵，住進一間中型私營老人院三日兩夜，從此對本地院舍有更深切的體驗。

「失去自理能力，事無大小也要倚靠別人，吃飯、飲水、大小二便，連睇電視轉台也要找姑娘幫忙。即使我只住了短短72小時，也開始對生活失去希望，人變得愈來愈无助，漸漸失去自信。」

入室才脫衣 享受20分鐘沐浴

他也經歷過剝光豬洗澡。每到洗澡時間，姑娘便會把一組老人巾遞到浴室門外，在屏風背後為他們脫光衣服，等候洗澡，「我剛睡醒不久，朦朧之間已被脫清光，只剩下一條『祝君安好』毛巾，這方面，日本院舍又怎樣處理？」

糊仔製蛋糕 賣相味道討好

其實只要花點心思靈活變通，便可增添生活趣味。Ivan指出，日本護老者運用創意造出綠茶、咖啡或朱古力味道凝固粉水，讓長者自行選擇，體現自主之餘，味道也變得討好。至於糊仔則弄成精美蛋糕或西多士模樣，細緻程度甚至能仿製出西多士的烘焙邊，相比一般爛飯吸引多了。

今年剛滿60歲的張瑞霖難以想像，若他這一代人住進當今的私營老人院，沒有私隱，喪失自尊，情況會是多麼難堪。「我八十歲的父母曾經打鬥與走難，對他們來說最重要是條命，只要有瓦遮頭與牀便已覺得幸福。換着我這一代，我想我一早自焚死了，沒有尊嚴與自由，任何人也不想活在這樣的環境吧。」

事件中的私營安老院每月收費一萬多元，即每年共十多萬元，金額不少，卻原來連最基本的尊嚴也買不到，到底何價？

香裝體驗

在日本，安老院舍市場定位不一，有家庭式佈置的，有以音樂為主題的，也有專門針對中風、認知障礙症長者等；甚至有院舍實行積分制，長者完成復康活動或簡單工作便可擇取積分，可在花在做美容、按摩或興趣班上，以鼓勵長者自主生活。張瑞霖認為日本院舍定位元，事故公報制度亦相當完善，若院舍發生事故必須公開細節，否則屬刑事罪行。在香港，長者又可以如何選擇院舍？Ivan建議實地考察時，可多加留意以下幾點：

- 護理員臉上有否笑容
- 護理員工作是否投入，會否預先向長者交代情況才工作（如推輪椅前向長者交代一聲）
- 長者有否正常社交，氣氛是否輕鬆
- 約束情況（如穿著安全衣）是否普遍，如是或代表護理員貪圖方便管理，懶於照顧

長者宜居國 挪威居首

去年國際助老會發表全球老人福祉報告（Global AgeWatch Index），挪威獲評為全球最適宜長者居住的國家。綜觀名單，頭五位均為歐美發達國家，但社會經濟發達又是否代表長者可以受惠？看看經濟發展迅速而獲喻為金磚五國的中國、巴西、俄羅斯、印度及南非，排名最高的中國在96個國家中只排48，排名最低的南非更排在第80位，可見完善的安老政策並非只靠錢，而是要配合適當的政策，把社會資源有效地再分配。

張瑞霖補充說：「他們當然私密長者並沒有任何選擇權。

尊賢會項目發展經理連璋翹（Ivan）去年6月化身「阿伯」，穿上十多磅的重量衣，加上特製索帶以模仿老人彎腰、關節不靈活等身體特徵，住進一間中型私營老人院三日兩夜，從此對本地院舍有更深切的體驗。

「失去自理能力，事無大小也要倚靠別人，吃飯、飲水、大小二便，連睇電視轉台也要找姑娘幫忙。即使我只住了短短72小時，也開始對生活失去希望，人變得愈來愈无助，漸漸失去自信。」

入室才脫衣 享受20分鐘沐浴

他也經歷過剝光豬洗澡。每到洗澡時間，姑娘便會把一組老人巾遞到浴室門外，在屏風背後為他們脫光衣服，等候洗澡，「我剛睡醒不久，朦朧之間已被脫清光，只剩下一條『祝君安好』毛巾，這方面，日本院舍又怎樣處理？」

糊仔製蛋糕 賣相味道討好

其實只要花點心思靈活變通，便可增添生活趣味。Ivan指出，日本護老者運用創意造出綠茶、咖啡或朱古力味道凝固粉水，讓長者自行選擇，體現自主之餘，味道也變得討好。至於糊仔則弄成精美蛋糕或西多士模樣，細緻程度甚至能仿製出西多士的烘焙邊，相比一般爛飯吸引多了。

今年剛滿60歲的張瑞霖難以想像，若他這一代人住進當今的私營老人院，沒有私隱，喪失自尊，情況會是多麼難堪。「我八十歲的父母曾經打鬥與走難，對他們來說最重要是條命，只要有瓦遮頭與牀便已覺得幸福。換着我這一代，我想我一早自焚死了，沒有尊嚴與自由，任何人也不想活在這樣的環境吧。」

事件中的私營安老院每月收費一萬多元，即每年共十多萬元，金額不少，卻原來連最基本的尊嚴也買不到，到底何價？

香裝體驗

在日本，安老院舍市場定位不一，有家庭式佈置的，有以音樂為主題的，也有專門針對中風、認知障礙症長者等；甚至有院舍實行積分制，長者完成復康活動或簡單工作便可擇取積分，可在花在做美容、按摩或興趣班上，以鼓勵長者自主生活。張瑞霖認為日本院舍定位元，事故公報制度亦相當完善，若院舍發生事故必須公開細節，否則屬刑事罪行。在香港，長者又可以如何選擇院舍？Ivan建議實地考察時，可多加留意以下幾點：

- 護理員臉上有否笑容
- 護理員工作是否投入，會否預先向長者交代情況才工作（如推輪椅前向長者交代一聲）
- 長者有否正常社交，氣氛是否輕鬆
- 約束情況（如穿著安全衣）是否普遍，如是或代表護理員貪圖方便管理，懶於照顧

長者宜居國 挪威居首

去年國際助老會發表全球老人福祉報告（Global AgeWatch Index），挪威獲評為全球最適宜長者居住的國家。綜觀名單，頭五位均為歐美發達國家，但社會經濟發達又是否代表長者可以受惠？看看經濟發展迅速而獲喻為金磚五國的中國、巴西、俄羅斯、印度及南非，排名最高的中國在96個國家中只排48，排名最低的南非更排在第80位，可見完善的安老政策並非只靠錢，而是要配合適當的政策，把社會資源有效地再分配。

張瑞霖補充說：「他們當然私密長者並沒有任何選擇權。

尊賢會項目發展經理連璋翹（Ivan）去年6月化身「阿伯」，穿上十多磅的重量衣，加上特製索帶以模仿老人彎腰、關節不靈活等身體特徵，住進一間中型私營老人院三日兩夜，從此對本地院舍有更深切的體驗。

「失去自理能力，事無大小也要倚靠別人，吃飯、飲水、大小二便，連睇電視轉台也要找姑娘幫忙。即使我只住了短短72小時，也開始對生活失去希望，人變得愈來愈无助，漸漸失去自信。」

入室才脫衣 享受20分鐘沐浴

他也經歷過剝光豬洗澡。每到洗澡時間，姑娘便會把一組老人巾遞到浴室門外，在屏風背後為他們脫光衣服，等候洗澡，「我剛睡醒不久，朦朧之間已被脫清光，只剩下一條『祝君安好』毛巾，這方面，日本院舍又怎樣處理？」

糊仔製蛋糕 賣相味道討好

其實只要花點心思靈活變通，便可增添生活趣味。Ivan指出，日本護老者運用創意造出綠茶、咖啡或朱古力味道凝固粉水，讓長者自行選擇，體現自主之餘，味道也變得討好。至於糊仔則弄成精美蛋糕或西多士模樣，細緻程度甚至能仿製出西多士的烘焙邊，相比一般爛飯吸引多了。

今年剛滿60歲的張瑞霖難以想像，若他這一代人住進當今的私營老人院，沒有私隱，喪失自尊，情況會是多麼難堪。「我八十歲的父母曾經打鬥與走難，對他們來說最重要是條命，只要有瓦遮頭與牀便已覺得幸福。換着我這一代，我想我一早自焚死了，沒有尊嚴與自由，任何人也不想活在這樣的環境吧。」

事件中的私營安老院每月收費一萬多元，即每年共十多萬元，金額不少，卻原來連最基本的尊嚴也買不到，到底何價？

香裝體驗

在日本，安老院舍市場定位不一，有家庭式佈置的，有以音樂為主題的，也有專門針對中風、認知障礙症長者等；甚至有院舍實行積分制，長者完成復康活動或簡單工作便可擇取積分，可在花在做美容、按摩或興趣班上，以鼓勵長者自主生活。張瑞霖認為日本院舍定位元，事故公報制度亦相當完善，若院舍發生事故必須公開細節，否則屬刑事罪行。在香港，長者又可以如何選擇院舍？Ivan建議實地考察時，可多加留意以下幾點：

- 護理員臉上有否笑容
- 護理員工作是否投入，會否預先向長者交代情況才工作（如推輪椅前向長者交代一聲）
- 長者有否正常社交，氣氛是否輕鬆
- 約束情況（如穿著安全衣）是否普遍，如是或代表護理員貪圖方便管理，懶於照顧

長者宜居國 挪威居首