



嚴重弱智人士家長協會

The Association of Parents of the Severely Mentally Handicapped

沙田中央郵箱951號 電話：6055 1627 傳真：2645 9292

網址：www.parents-smh.org 電郵：smhparents@yahoo.com.hk



2019年第15屆週年大會

第15屆週年大會暨幹事會選舉於2019年10月16日假九龍柯士甸道8號香港童軍總會會議室1106室舉行，當天共80名會員及33名嘉賓出席。



預設醫療計劃和紓緩治療

儘管我們忌諱死亡，它總是不期而至。在生命倒數時，剩下的日子能否過得安好？面對親人，特別是孩子的離世，我們如何面對傷痛？是否真的可做到？大會冀盼家長以正面心態面對，探討死亡將至的安排。

大會邀請香港中文大學那打素護理學院陳裕麗教授及香港兒童紓緩學會主席李澤荷醫生，舉辦「逝者善終，生者善別」研討會。會上陳裕麗教授講解預設醫療計劃的重要性，讓我們事先計劃往後及晚期醫療照顧方面的過程。李澤荷醫生以屯門醫院的經驗介紹兒童紓緩治療的情況。

預設照顧計劃
事先及通盤表達對醫療及個人照顧意願的溝通過程，以決定往後及晚期的照顧。

預設醫療指示
是一份具法律約束力的文件，讓當事人事先訂明當病情持續惡化及精神上無行為能力時拒絕的治療。

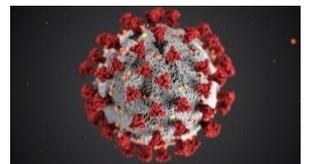


2019冠狀病毒

- ▶ 自2003年SARS後，香港再次受冠狀病毒肆虐。在新型肺炎疫情下，學校停課、社會服務中心暫停運作已接近3個月，相信對我們家長來說，在此疫境期間相比一般家庭更加困難。除了要全天候在家照顧有護理及情緒需要的子女，更擔心外出會感染病毒，一家人留在家中面對四面牆壁，猶如「困獸鬥」，就是家長們深刻的感受。
- ▶ 原訂舉辦一年一度的新春團拜活動，因疫情關係取消，未能為大家提供一個喘息的機會。



- ▶ 自疫情出現，幸得社會善心人士及多個團體襄助，捐贈口罩及搓手液抗疫物資。協會分別以郵寄及相約家長在港島、九龍及新界多區地點交收。在此期間，協會先後三次於分區向會員派發共24,700多個口罩，受惠家長達至630人次，受惠兒童也有150人次之多。
- ▶ 協會也和多間學校協調，讓非會員的家長獲得口罩。
- ▶ 由於疫情持續，病學專家建議市民出外仍須佩戴口罩，協會已申請社署抗疫特別撥款\$6,000購買抗疫物資，準備訂購口罩，繼續向有需要的家長和孩子派發。



病毒資訊*

❖ 什麼是2019冠狀病毒病？

「2019冠狀病毒病」是指2019年12月起在湖北省武漢市出現的病毒性肺炎病例群组個案。根據內地衛生部門的調查，病原體為一種新型冠狀病毒。

❖ 病徵是什麼？

根據內地衛生部門提供的資料，個案的病徵包括發燒、乏力、乾咳及呼吸困難。其中部分患者病情嚴重。年齡較大或有慢性疾病患者，有較大機會出現嚴重情況。近期臨床數據顯示，很多病患也不一定出現病徵。

❖ 如何傳播的？

經呼吸道飛沫傳播是主要的傳播途徑，亦可通過接觸傳播。

❖ 什麼是潛伏期？潛伏期有多久？

「潛伏期」指從感染到出現疾病臨床症狀之間的時間。現時對2019冠狀病毒病潛伏期的估計大多是1到14天，最常見的是5天左右。

❖ 治理方法是什麼？

現時沒有預防這傳染病的疫苗或有效治療，主要以支援性治療為主。但許多症狀是可以處理的，因此需根據患者臨床情況進行治療。

❖ 死亡率極高嗎？

根據最新掌握資料(4月19日)，受影響國家／地區數目：215，累計確診個案總數：至少220萬宗，當中累計死亡個案總數：逾16萬宗。

另一方面，SARS和中東呼吸綜合症都是由冠狀病毒引致的呼吸道疾病。前者的死亡率約9.6%，而後者更超過三分之一。

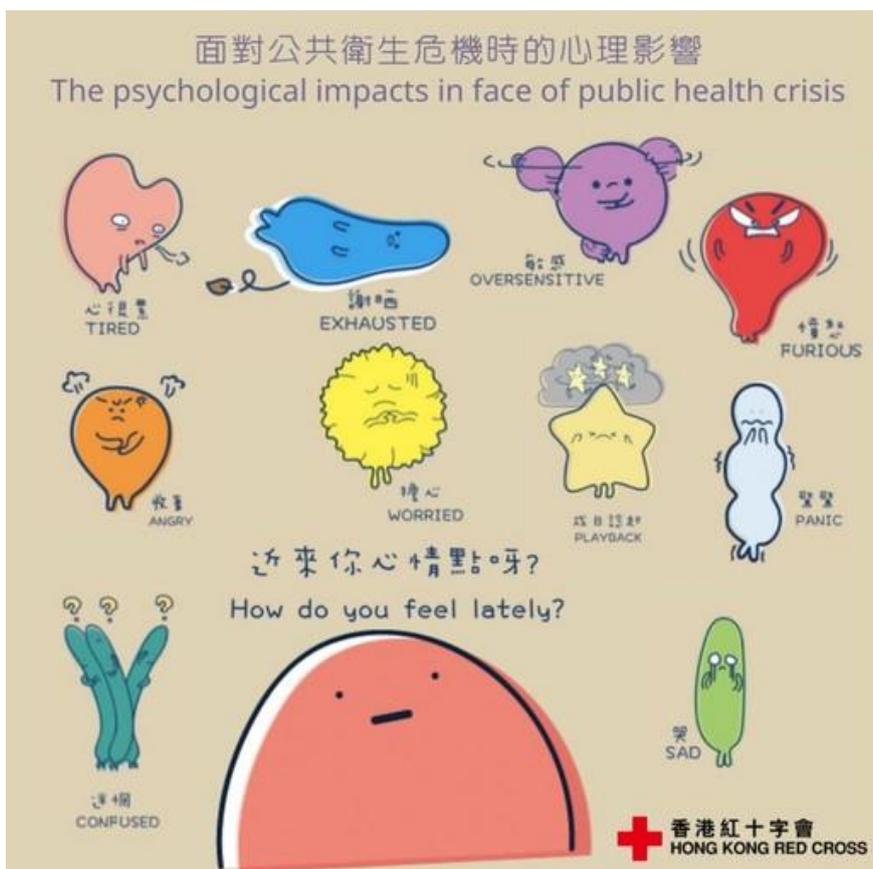
❖ 在天氣回暖後會自然消失嗎？

研究發現，冠狀病毒通常在較低溫度及乾燥的環境中存活更長的時間並保持更長的活躍性。

* 資訊來源衛生署衛生防護中心的網頁

抗疫「心靈健康指南」

疫情持續，人心惶惶，即使並沒有被病毒感染，恐慌或不安的情緒也已經影響到日常生活。在此轉載香港紅十字會網頁的心靈健康指南，讓大家明白一些可能出現的負面情緒，提醒我們應如何面對。



面對疫情時應該做的事情，像是「花時間與自己的情緒相處，接納自己的恐懼與無力感」；「當從不同途徑接收到新的資訊時，嘗試尋求更可靠的來源作查證」等傳達正向面對疫情的態度。

「避免」做的事情，像是「分享未經證實的資訊或新聞，另身邊的人更加恐慌」；「花過多時間尋找疫情相關資訊或新聞，因為接受過多資訊會令人更加不安及擔憂」；「隱藏或壓抑自己的感受，拒絕向身邊的人輕塑內心的想法和感受」等。

應該做的事：

- 當從不同途徑接收到新的資訊時，嘗試尋求更可靠的來源作查證（即fact-check）；
- 多了解和學習正確的防疫資訊（例如正確的洗手步驟、有需要時可求診的地方、可購買清潔用品的渠道等），並與身邊的人分享有關知識；
- 盡量維持日常生活作息；即使留在家中，也可以享受讓人放鬆和有意義的活動，例如與家人聊天、與寵物玩耍、閱讀、煮食、做鬆弛練習等等；
- 花時間與自己的情緒相處，接納自己的恐懼與無力感；
- 打電話給你的家人和朋友，保持聯繫和表達你的關心。

香港紅十字會 HONG KONG RED CROSS

避免做的事：

- 分享未經證實的資訊或新聞，令自己和身邊的人更加恐慌；
- 盲目地跟從未經驗證的建議和行為，因為這會導致更多的非理性行為，例如購買過多醫療用品和食品、歧視生病的人等等；
- 花過多時間尋找有關疫情的資訊或新聞，因為接收過多的資訊會令人更加不安與擔憂；
- 隱藏或壓抑自己的感受，拒絕向身邊的人傾訴內心的想法和感受。

香港紅十字會 HONG KONG RED CROSS

成人服務最新消息 (2019年12月社會福利署資料提供，括弧內乃是2018年的數字)

	嚴重弱智人士宿舍	嚴重殘疾人士護理院舍	展能中心
輪候人數	2425 (2602)	602 (572)	378* (549)

* 數字是指隨時可接受日間服務，並不包括在獲編住宿名額才需要服務的輪候人數891(880)人

各地區最快獲編配服務者的申請日期：

	香港	東九龍	西九龍	荃灣／葵涌及青衣	沙田／大埔／北區	元朗／屯門
嚴重弱智人士宿舍	6.2002	11.2003	1.2002	9.2003	12.2004	12.2001
嚴重殘疾人士護理院	1.2013	12.2014	2.2012	9.2013	4.2013	8.2011

沙田中央郵政
信箱 951號

郵票

地址

如沒法投遞，請寄回本會通訊處

- ❖ 於2020/21至2022/23三個學年每年增加1,000個到校學前康復服務名額，提供共10,000名額，達致零輪候時間；
- ❖ 於2019-20至2021-22年度共新增約1,200多個特殊幼兒中心及早期教育及訓練中心的服務名額；
- ❖ 於2019-20至2021-22年度共新增約3,800多個日間康復服務及住宿康復服務名額。