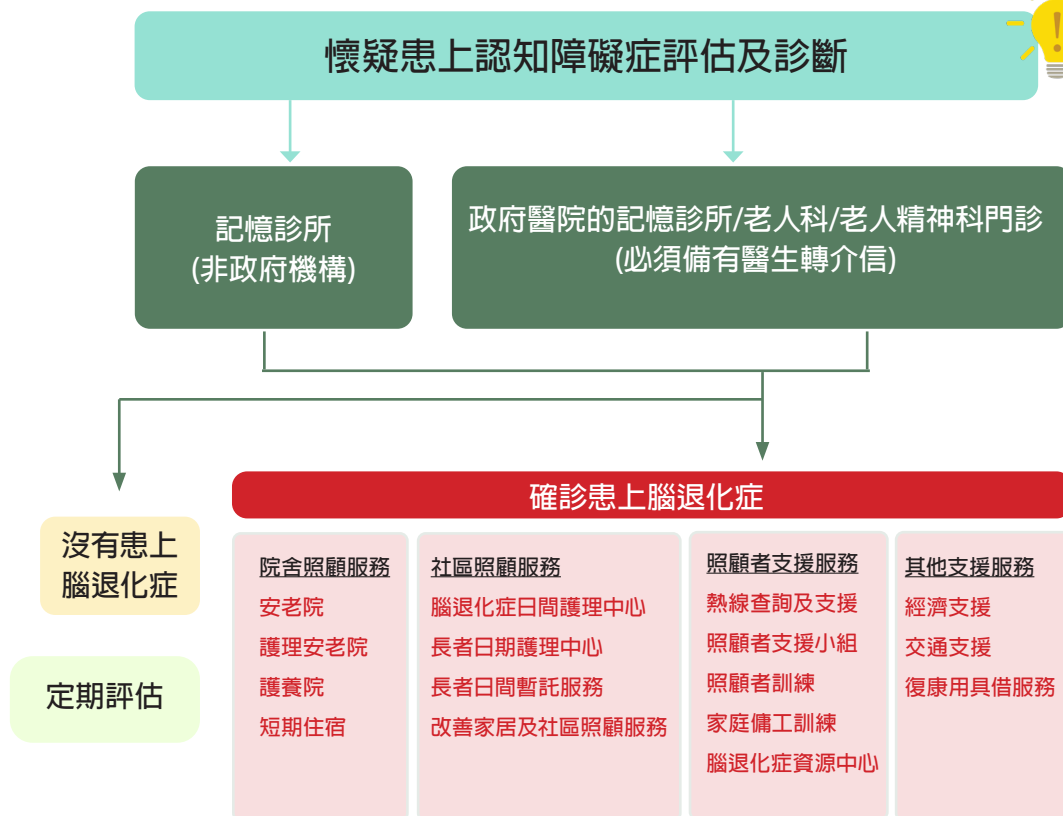


第6節 照顧認知障礙人士常用的服務

如您懷疑家人有認知障礙症，可以怎麼辦？



資料來源：賽馬會耆智園

如果您的家人被診斷出患有認知障礙症，您可以考慮以下幾種求助方式：

1. 尋求專業的醫療和護理支援，包括老年人專科醫生、護理人員、物理治療師和職業治療師等；
2. 聯繫本地的認知障礙症組織，尋求專業的諮詢和支援，包括認知障礙症照護計劃和支援小組等；
3. 到訪本地的長者服務中心或社區組織，尋求他們的支援和建議，包括尋找認知障礙症相關的社交和康復活動等；
4. 與家人和朋友聯繫，尋求他們的支援和幫助，包括陪伴、情感支持和照顧等。



如何選擇合適照顧認知障礙人士的服務？

香港各區有不少服務單位為認知障礙症患者，分別提供患症初期的評估服務、認知訓練（有助延緩病情）以及到戶服務，選擇認知障礙症服務時，您可以考慮以下一些因素：



服務地點

服務種類



服務費用

服務支援

服務質量

服務口碑

綜合考慮以上因素，您可以選擇最適合您家人需求的認知障礙症服務，以提供最好的照顧和支援。

以下將介紹一些地區性支援認知障礙人士的機構/組織，以作參考：

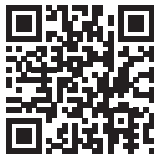
全港性

香港認知障礙症協會


| | |
|------|---|
| 服務 | 全港第一間專門提供認知障礙症服務的非牟利機構。 提供認知評估、認知訓練： <ul style="list-style-type: none">• 早期檢測服務• 日間照顧服務(樂富、灣仔、荃灣、將軍澳)• 流動診療車• 到戶訓練服務• 家居評估服務• 推廣及教育 |
| 參考收費 | 早期認知檢測\$520；日間照顧(包午膳)\$360~450 第一次到戶評估服務費用：\$650(由職業治療師提供) 到戶訓練費用：每節\$330/45分鐘 家居評估及諮詢費用：\$850(約1小時) 請向中心查詢更多項目。 |
| 查詢 | 電話： (樂富)智康中心：2338 2499 (灣仔)芹惠中心：3553 3650 (荃灣)李淇華中心：2439 9095 (將軍澳)將軍澳綜合服務中心：2778 9728 |




基督教家庭服務中心：智活記憶及認知訓練中心

| | |
|------|---|
| 服務 | <p>智活（前稱：智存）記憶及認知訓練中心自2010年開始服務，是基督教家庭服務中心轄下一個非政府資助單位，致力透過專業及有趣的訓練活動，為認知障礙症患者和家人提供優質服務：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 詳細認知評估及快速轉介 • 中心服務 • 到戶服務 • 逸活「認知障礙症行為心理症狀BPSD」支援服務 • 長者社區照顧服務券試驗計劃 • 智活遊戲 • 「智好生活士多」 |
| 參考收費 | <p>中心評估：\$800(九龍灣/香港仔中心) 到戶評估：\$1,000(九龍區) 到戶評估：\$1,200起(新界及港島區) 綜緩或低收入家庭可向中心申請資助。 請向中心查詢更多項目。</p> |
| 查詢 | <p>電話： (香港仔)智活記憶及認知香港區訓練中心： 2130 3390 (九龍灣)智活記憶及認知九龍區訓練中心： 2793 2138</p>  |

香港復康會社區復康網絡


| | |
|------|--|
| 服務 | <p>支持認知障礙症等慢性病患者，提供情緒支援；復康技巧課程；透過小組、講座等服務，協助慢性病患者及照顧者建立健康行為習慣、同路人互助網絡。</p> |
| 參考收費 | <p>請向機構查詢。</p> |
| 查詢 | <p>電話： (東區)康山中心：2549 7744 (黃大仙)橫頭磡中心：2794 3010 (深水埗)李鄭屋中心：2361 2838 (屯門)大興中心：2775 4414 (上水)太平中心：2639 9969 (沙田)禾輦中心：2636 0666</p>  |

賽馬會高錕腦伴同行流動車服務(全港18區遊走)


| | |
|------|---|
| 服務 | <p>給照顧者：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 身心靈體驗主題工作坊 • 故事咖啡茶聚 • 照顧者支援小組 <p>給服務使用者：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 身心靈體驗主題工作坊 • 初步檢測 • 個人訓練及記憶小組 |
| 參考收費 | 請向機構查詢。 |
| 查詢 | <p>電話：6693 0100</p>  |

港島區


香港耆康老人福利會無憂照顧樂社區

| | |
|------|--|
| 地址 | 東區柴灣杏花邨39座地下耆康會方樹泉中心 |
| 服務 | 由職業治療師及註冊社工等專業人員，提供一站式服務，包括免費及早檢測、認知訓練、服務轉介、預防長者走失支援、照顧者支援、社區教育及專業培訓。 |
| 參考收費 | <p>認知評估、義工及轉介服務費用全免。</p> <p>其他項目的收費須視乎個別活動/服務要求釐定。</p> <p>請向機構查詢。</p> |
| 查詢 | <p>電話：2558 7608</p>  |


聖雅各福群會健智支援服務中心

| | | |
|------|--|---|
| 地址 | (灣仔)堅尼地道100號聖雅各福群會賽馬會社會服務大樓2樓 (西環)德輔道西466號3樓 | |
| 服務 | 由專業社工和輔助醫務人員提供整合的服務,包括: <ul style="list-style-type: none"> • 日間中心訓練活動-認知訓練,體能活動,社交活動,戶外節日活動; • 護老者支援服務-家屬支援小組,家屬照顧訓練課程,熱線支援及指導; • 到戶家居訓練服務-個人生活技巧訓練,認知練習/活動; • 主要服務港島區的居民; • 另設有慈惠個案,為有經濟困難的家庭提供援助。 | |
| 參考收費 | 檢查每次\$1200 車費、到戶家居訓練服務:按地區收費。 | |
| 查詢 | 電話: 2596 2506 (灣仔) 2835 4319 (灣仔地區中心) 2816 9009 (西環) |  |


循道衛理盈智中心

| | | |
|------|---|---|
| 地址 | 灣仔軒尼詩道22號4樓402室 | |
| 服務 | <ul style="list-style-type: none"> • 認知障礙症評估 • 日間照顧服務 • 中心訓練 • 基本護理 | |
| 參考收費 | 請向中心查詢。 | |
| 查詢 | 電話: 2527 2133 |  |

香港復康會-賽馬會樂齡互康園


| | | |
|------|---|--|
| 地址 | 南區薄扶林沙灣徑7號地下4樓 | |
| 服務 | <ul style="list-style-type: none"> • 住宿服務 • 日間照顧服務 | |
| 參考收費 | 首次評估\$700 基本復康治療\$300/小時(每次2節起) 中醫診症\$120 中藥處方(三天份)\$280 請向中心查詢更多項目 | |
| 查詢 | 電話:3143 2888 |  |

東華三院西市鮮魚行智晴坊


| | | |
|------|--|--|
| 地址 | 東區北角北角道16號蘇浙大廈地下 | |
| 服務 | 提供認知評估、認知訓練。舉辦多元化活動，注重紓緩家屬的照顧壓力。另有各種針對初、中期患者的認知訓練教材可供選購。 | |
| 參考收費 | 請向中心查詢。 | |
| 查詢 | 電話：2481 1566 |  |

九龍區


仁愛堂歐雪明腦伴同行中心

| | |
|------|--|
| 地址 | 觀塘順安道9號順天邨天瑤樓平台201號鋪 |
| 服務 | <ul style="list-style-type: none">• 日間照顧及訓練• 認知評估• 外展服務• 照顧者支援• 社區教育• 義工發展及培訓 |
| 參考收費 | 請向中心查詢。 |
| 查詢 | 電話：23234448  |

腦友所依支援服務計劃


| | |
|------|---|
| 地址 | 深水埗長沙灣道681號貿易廣場810室 |
| 服務 | 提供認知評估、認知訓練。設手機應用程式，配合24小時線上情緒支援服務。(患者必須已被醫生確診為認知障礙症) |
| 參考收費 | 請向中心查詢。 |
| 查詢 | 電話：3618 7001  |

智圓全長者服務計劃


| | | |
|------|---|--|
| 地址 | 東華三院黃祖棠長者地區中心(副址) 九龍何文田邨景文樓地下C翼 | |
| 服務 | <ul style="list-style-type: none"> 為九龍城及油尖旺區內患有認知障礙症的長者及其照顧者提供支援； 使患者能繼續在熟悉的社區中生活； 提高患者及其照顧者的生活質素；紓緩照顧者因照顧患者而產生的壓力。 提倡及早預防/介入，提升公眾對認知障礙症的認識及關注。 | |
| 參考收費 | 請向中心查詢。 | |
| 查詢 | 電話：2714 9419 |  |

新界區

賽馬會流金匯

| | | |
|------|--|--|
| 地址 | 大埔安埔路12號富善邨善鄰樓地下A及B翼 | |
| 服務 | <p>「賽馬會流金匯」腦退化症日間護理中心專門為患有輕度認知障礙或腦退化症之社區人士及其照顧者服務，提供專業護理照顧和訓練，讓服務使用者能於熟悉的社區中「居家安老」。</p> <p>提供認知評估、認知訓練、日間護理。活動場地參照了家居的舒適環境。服務只限大埔及北區。</p> | |
| 參考收費 | 中心服務收費一天\$430~560不等；膳食、加護、交通等額外收費。 | |
| 查詢 | 電話：3763 1000 |  |

賽馬會耆智園

| | |
|------|---|
| 地址 | 沙田沙田亞公角街27號 |
| 服務 | <p>一站式綜合腦退化症照顧服務，包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 認知評估 • 記憶診所 • 日間中心服務 • 靈活住宿服務 |
| 參考收費 | <p>新症-普通科每次\$765 新症-老人科/精神科/腦神經科醫生每次港幣\$ 1,395-1,505不等 住宿(日費) \$1,165- \$1,805不等 住宿(月費) \$33,785- \$51,295不等</p> |
| 查詢 | <p>電話：2636 6323</p>  |

基督教香港信義會延智會所

| | |
|------|--|
| 地址 | <p>延智會所(認知訓練服務) 地址: 沙田新田圍邨康園樓5樓平台 45及46 舖 延智會所(日間護理服務) 地址: 沙田秦石邨石玉樓3樓341-360號</p> |
| 服務 | <ul style="list-style-type: none"> • 提供認知評估、認知訓練。 • 專車接送(服務沙田及馬鞍山區)。 • 日間活動服務 • 早期檢測服務 • 照顧者支援服務 |
| 參考收費 | <p>早期檢測\$700；個別訓練\$210每小時；半日制活動及車費按情況收費。</p> |
| 查詢 | <p>延智會所(認知訓練服務) 電話：2698 4822 延智會所(日間護理服務) 2698 4881</p>  |

特約來稿：「『腦』伴同行」(REACH-HK) (張筱蘭博士)

特約作者：張筱蘭博士 (香港大學秀圃老年研究中心院士、理工大學護理學院世界衛生組織社區健康服務合作中心實踐客座副教授、嶺南大學亞太老年學研究中心客座教授)



「腦」伴同行是一套專門為認知障礙症照顧者研發的工具，協助服務提供者評估照顧者的風險及提供多元化的非藥物治療，將實證研究及樂齡科技融入社區的安老服務，增加服務提供者的工作效率。預計未來將推廣至不同安老社區照顧服務單位及地區康健中心應用。

「『腦』伴同行」計劃的背景與目的

「『腦』伴同行」(Reaching Out Dementia Caregiver Support Project, REACH-HK) 是香港首個為認知障礙症患者 (People with Dementia, PwD) 家庭照顧者 (Caregivers, CGs) 支援服務和個人輔導，而推行的轉化型研究(或轉譯研究)計劃。目的是為CGs進行健康風險和身心評估，並提供有系統化、多元化、個人化輔導和非藥物治療。計劃是採取自美國已有實證研究的 Resources for Enhancing Alzheimer's Caregiver Health II (REACH-II) (2001) 設立的輔導模式和解決方案。於2011年，香港大學聯同香港社會服務聯會和高錕慈善基金，並獲恆基兆業地產集團和攜手扶弱基金資助，以及美國國家老齡化研究所作為戰略合作夥伴，配合本土實際情況，並將計劃轉譯和引進香港。

「『腦』伴同行」計劃的介入內容與研究設計

「『腦』伴同行」組成部分針對五個主要範疇，包括(1) 風險評估；(2) 照顧者教育；(3) 解決問題；(4) 身心健康；及(5) 社交支援。介入設計包括12節輔導，分別為9節面談式家訪及3節電話輔導，並需在6個月內完成。研究利用介入前後測准設計，

評估本土化後輔導計劃對家庭照顧者(CGs)的有效性，藉此減低CGs的抑鬱症狀和負擔，同時增加他們的正向照顧經驗。整個研究計劃於2011年10月展開，並在2014年8月相繼完成。從11間參與機構的61間長者中心招募參加者(照顧者及其照顧的患者)，並培訓了124名輔導員(個案經理)。

「『腦』伴同行」計劃對家庭照顧者的成效結果

研究計劃一共為500名21歲以上家庭照顧者(CGs)填寫基線問卷及進行健康風險和身心評估，當中359名完成整個輔導和介入，並填寫跟進問卷。在359名完成整個計劃的CGs中，抑鬱情況有明顯改善。有嚴重抑鬱的照顧者，由131人下跌四成至81人；有嚴重承受負擔症狀的照顧者，亦由202人下降三成至136人。研究結果顯示「『腦』伴同行」計劃能有效地改善CGs的身心健康，而照顧中的獲益則有顯著增加，整體健康及睡眠質素都有明顯改善，以及他們獲得更多社交支援和對獲得的支援更感滿意。甚至CGs亦減少對患者作出攻擊性行為，如大聲呼喝或嘗試打患者。在所有範疇的風險程度都有顯著下降。CGs更認為患者的心理行為問題也有明顯改善。研究結果已於2015年3月向各大傳媒公布成效結果，並在四份國際期刊上發表。

「『腦』伴同行」智能應用版的研發與試點成果

而「『腦』伴同行」智能應用版(Smart Version of REACH-HK, eREACH-HK)亦於2018年至2020年研發及完成試點。港大團隊與六個患有認知障礙症的長者及照顧者家庭組合進行了先導計劃，報告亦已於2021年8月完成。「『腦』伴同行」計劃由本地化至實證，到研發eREACH-HK和完成試點，至今經過了12年的時間，是香港首個為認知障礙症照顧者進行風險評估及多元化的非藥物治療。其介入的成熟程度和實證效用，以及研發eREACH-HK至完成先導計劃，提供充分理據和基礎。換言之，認知障礙症家庭照顧者支援服務和個人輔導必須要與實證研究和樂齡科技同步融入社區安老護理服務中，達至「以人為本」服務的根本宗旨。

未來推廣及持續發展的建議和展望

研究團隊建議將eREACH-HK優化和定制，並在社福機構試用。日後更可設置在不同安老社區照顧服務單位及地區康健中心持續和廣泛應用，並考慮將其恆常化，以及建立一個認知障礙症照顧電子數據庫及資料系統，連接不同持份者，如機構、安老服務單位、個案經理、家庭照顧者和同路人，使照顧者建立自我效能，以及透過「認知障礙症網絡」加強社交支援，同時提高他們的數碼健康素養識能。通過信息技術和數碼化或人工智能，簡化和提升前線護理專業人員和個案經理對認知障礙症家庭照顧者的介入過程，將eREACH-HK有效地融入安老服務單位的工作流程中，並提供數碼諮詢服務和信息中心，進行分享最佳實踐，藉此降低人力資源成本，彌補社福界人手短缺的問題和提升服務效率，將香港建設成為一個認知「無」障礙和家庭照顧友善的創新智能社會。

Cheung, SL Karen et al. (2015). Multicomponent intervention on enhancing dementia caregiver well-being and reducing behavioral problems among Hong Kong Chinese: A translational study based on REACH II. *International Journal of Geriatric Psychiatry*. 2015, Vol.30(5), pp.460-469. doi: 10.1002/gps.4160.

Lau, Bobo Hi-Po, Vivian Lou & Cheung, SL Karen. (2018). Exemplary Care among Chinese Dementia Familial Caregivers. *Healthcare*. 6, 141.

Lou, Vivian, Lau HP Bobo & Cheung, SL Karen. (2015). Positive Aspects of Caregiving (PAC): Scale validation among Chinese dementia caregivers. *Achieve of Geriatric and Gerontology*. March-April 2015, Vol.60 (2), pp.299-306.

Tong, Jennifer, et al. and Cheung, SL Karen. (2015). Validating a Cantonese short version of the Zarit Burden Interview (CZBI-Short) for dementia caregivers. *Aging and Mental Health*. 01 May 2015, p.1-6.