



PART IV

改變 就在今天

CASE 平婆婆：丟開助行架

平婆婆跟子女一起住，照顧一家起居飲食，她自豪地說：「以前我一腳踢，甚麼都是我做！」可是在廚房跌倒導致大腿骨折，手術後要坐輪椅，不能再做家務，洗澡也要人幫忙。「子女常常說：『我們不在家，你就不要走進廚房、不要做事』，怕我再跌倒。」

平婆婆以前行動自如，經常旅遊，「兒子每年帶我去外國旅行，台灣、日本、珠海、澳洲，去了好多地方。」她每日亦會到長者中心做運動、跟朋友聊天。可是骨折後，整天在家坐，「我自己不敢出去，家人也不敢，怕再次跌倒，想去公園走走也不行。兒子說去旅遊，我也不想要他推輪椅，不想去。」

家人送她到長者日間訓練中心復康，中心請婆婆加入自立支援先導計劃：每天喝足夠的水，安排物理治療師上門在家運動復康。

半年訓練後，平婆婆開始使用助行架慢慢走路，最開心是可以去中心換禮物！社工不時安排義工上門，帶婆婆到公園走走。平婆婆也可以在家煮飯，很想有日可以恢復自理能力，甚至可以照顧家人。

「大家想不想年老後，長期照顧的模式跟現在一樣？如果不想要的話，今天我們要作一些改變，因為這件事不是今天做，明天就會出現。」基督教家庭服務中心服務總監(長者照顧)唐彩瑩在日間中心和家居照顧服務，推行自立支援先導計劃。