

**賽馬會耆智園推出華語網上生命故事計劃——「生命之旅」
誠邀腦退化症患者及照顧者參與 一同回顧過去 譜寫美好將來**

賽馬會耆智園自 2000 年投入服務伊始，一直致力提高本港腦退化症的服務質素，亦同步推行照顧者及專業醫護人員的培訓及教育活動。事實上，腦退化症除了影響患者的主要照顧者，對整個家庭，包括子女、姻親，也會構成不同程度的影響。過去，醫療及社福界探討過對腦退化症患者的不同介入方案⁽¹⁻⁴⁾，而其中一個被證實有效的方案是「生命回顧」，研究指出，這介入方案能提升對長者的全人照顧⁽⁵⁾。有見及此，賽馬會耆智園特意設計了以華語進行的網上生命故事計劃「生命之旅」，由照顧者與患有腦退化症的親人一同編寫，期望透過這體驗，促進腦退化症患者與親人的了解及溝通。賽馬會耆智園並獲香港中文大學知識轉移基金支持由 2013 年 10 月初至 2014 年 3 月底推行「生命之旅」研究計劃，邀請腦退化症患者及照顧者參與，以了解此計劃的成效，進一步優化此計劃，為社區的患者及照顧者帶來更大的裨益。

生命回顧的定義為「回顧自己的生命並對過往經歷，包括未處理的困難及衝突，進行反思」⁽⁶⁾。是次賽馬會耆智園推出的「生命之旅」主要參考生命回顧的內容及方式，並將其簡化為一個可以由照顧者與長者一同投入其中的網上平台。參加者完成簡單的登記後，便可開展一趟完全個人化的「生命之旅」。網站帶領參加者與長者一同回顧過去各個生命片段，；同時亦讓照顧者及患者更瞭解自己、發掘自己的長處，以促進更緊密的溝通及照顧。是次「生命之旅」計劃中，參加的患者及照顧者於開始計劃前、完成後，及完成後三個月分別填寫問卷，以探討雙方在參與本計劃後，精神健康及交流溝通有否改善。調查收集回來之個人資料及內容將絕對保密，僅用於是次研究之用。

耆智園總監郭志銳教授表示：「生命回顧在外國其實已普及多年，今次耆智園以華語在香港進行此計劃，實在意義重大。一般而言，生命回顧多由專業人士如社工或輔導員與長者個別進行，而這次『生命之旅』破天荒讓照顧者親自進行，原因是我們明白在填寫這故事內容的過程中，着實有助加深患者及照顧者之間的瞭解。這趟『生命之旅』目的並不在於治療，但我們相信良好的溝通是促進人與人之間關係的不二法門。『生命之旅』以網上形式進行，方便大家隨時隨地使用，既可一次性完成，亦可隨心每天填寫一點，希望得到更多腦退化症患者及照顧者踴躍支持和參與！」

有興趣參加「生命之旅」的詳情，歡迎瀏覽網站（<http://lifestory.adcarer.com/>）或聯絡賽馬會耆智園研究部黃佩詩小姐（電話：2946-8180）或葉楠先生（電話：2946-8174）。

有關賽馬會耆智園

賽馬會耆智園是一所專注推動腦退化症綜合服務的本地機構，由 2000 年開始提供日間護理、短期住宿、訓練支援及專業評估等一站式服務，希望可以紓緩腦退化症患者家屬的身心壓力，以及向腦退化症患者提供適當的社交及心理活動，減慢認知能力的衰退速度。詳情請瀏覽 www.jccpa.org.hk。

有關腦退化症

腦退化症是與大腦認知能力衰退有關的病症。患者會逐漸失去記憶力及其他認知功能，如學習、理解、語言運用、方向感及判斷力等。本港目前已至少有七萬多位患者，雖然此症患者多屬老年人，但 65 歲或以下的人士也可能患上腦退化症，而發病率亦會隨年齡而增加。因此隨着香港人口老化，腦退化症患者將越來越多。

參考資料：

1. Au, A., Lai, M.-K., Lau, K.-M., Pan, P.-C., Lam, L., Thompson, L., & Gallagher-Thompson, D. (2009). Social support and well-being in dementia family caregivers: The mediating role of self-efficacy. *Aging & Mental Health, 13*(5), 761-768.
2. Coyne, A. C.; Potenza, M.; Nose, M. A. (1995). Caregiving and dementia: The impact of telephone helpline services. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias, 10*(4), 27-32.
3. Schulz, R., O'Brien, A., Czaja, S., Ory, M., Norris, R., Martire, L. M., . . . Stevens, A. (2002). Dementia caregiver intervention research: in search of clinical significance. *Gerontologist, 42*(5), 589-602.
4. Sörensen, S., Pinquart, M., & Duberstein, P. (2002). How Effective Are Interventions With Caregivers? An Updated Meta-Analysis. *The Gerontologist, 42*(3), 356-372.
5. Clarke, A., Hanson, E. J., & Ross, H. (2003). Seeing the person behind the patient: enhancing the care of older people using a biographical approach. *J Clin Nurs, 12*(5), 697-706.
- Woods, B., Spector Aimee, E., Jones Catherine, A., Orrell, M., & Davies Stephen, P. (2005). Reminiscence therapy for dementia. *Cochrane Database of Systematic Reviews, (2)*.

發稿：賽馬會耆智園

代行：一口田有限公司

傳媒查詢：

一口田有限公司 經理 黃嘉詠女士 Ms Adrienne Wong

電話：3583 3102 電郵：info@seedland.hk

賽馬會耆智園 訓練及推廣經理 許若珊女士 Ms Eunice Hui

電話：2636-6323 電郵：eunice@jccpahk.com