



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong

共展所長 ● 融聚力量

透過障礙體驗課程 建構關愛身體機能有缺損長者的共融社會
Promoting an incLUsive Society towards older adults with physical disabilities through disability simulation education (PLUS)

香港中文大學醫學院那打素護理學院

此計劃產品版權屬優質教育基金擁有，未經許可，不得翻印以作商業用途
本計劃獲得優質教育基金撥款資助



優質教育基金
Quality Education Fund

甚麼是「共融」？

〔 和平共處 〕 〔 互相尊重 〕 〔 互相接納 〕

〔 包容體諒 〕 〔 〕



社會共融

- 不同能力和背景的人聚在一起
- 意識彼此的共通和差異
- 尊重、接納、包容不同背景及有特殊需要的人
- 關愛、公平對待及平等參與
- 在社會發揮所長、承擔責任及作出貢獻



(Education Bureau, 2021; United Nations, 2022a, 2022b)



甚麼是「身體功能有缺損」？

〔肢體缺失〕 〔肢體障礙〕 〔活動受限〕

〔失去參與的能力〕 〔.....〕



世界衛生組織的國際功能、殘疾和健康分類 (International Classification of Functioning, Disability, and Health [ICF])

人的身體功能可分為三個方面：

- 身體功能及結構 (body function and structure)
- 個人的活動 (activity) 能力
- 參與 (participation) 實際生活情境

(World Health Organisation [WHO], 2001)

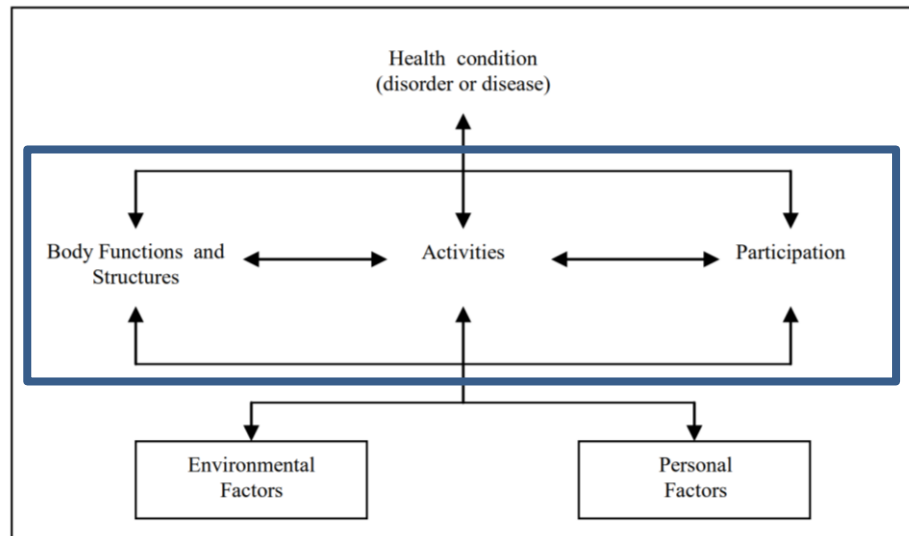
根據 ICF，身體功能有缺損是：

- 身體功能或結構出現問題
- 活動能力受到限制
- 參與遇到障礙

這些功能受以下三方面的影響：

- 健康狀況
- 個人因素
- 環境因素

(WHO, 2001)



(WHO, 2001, p.18)

導致身體功能缺損常見原因

- 自然衰老因素

- 人體各器官、組織或結構因衰老發生病變

- 非自然衰老因素

- 先天缺陷

- 意外

- 慢性疾病，如中風、心臟病、骨關節炎



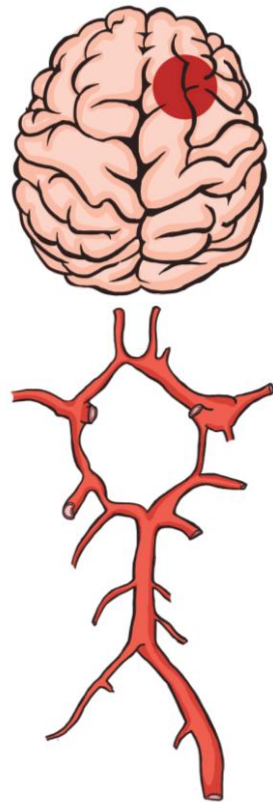
(Manini, 2011)



甚麼是中風？

- 腦部的血液供應受到干擾（減少或阻塞）
- 腦細胞缺乏氧氣和養料而壞死
- 令該部份腦細胞所支配的身體功能出現障礙

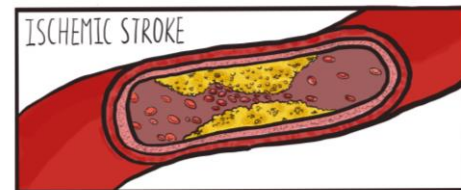
(World Stroke Organisation [WSO], 2022a)



中風類型

中風大致可分為兩類：

- 缺血性，即腦部血管閉塞 (Ischaemic stroke)
- 出血性，即腦部血管爆裂 (Haemorrhagic stroke)



(WSO, 2022b)

導致中風的常見原因

- 不良飲食及作息習慣
- 缺少運動
- 長期受壓
- 吸煙及酗酒等問題

容易引致肥胖和「三高」
(高血壓、高血脂及高血糖)
可誘發中風等嚴重疾病

(WSO, 2022a)



中風後常見的生理和心理社會影響

生理影響

- 肌肉無力
- 肌肉僵硬
- 疼痛
- 痙攣
- 攣縮
- 感覺異常等

心理社會影響

- 疲勞
- 焦慮
- 抑鬱症狀
- 情緒不穩
- 社交減少
- 缺乏信心等

(Hinkle et al., 2017; Stroke Association, 2013)



思考一

假如我現在68歲，我的右手肌肉無力...

- 您如何使用手提電話與人交談呢？
- 您想飲水，您如何扭開水樽蓋？
- 您需要更換上衣，您會怎樣做？
- 當您做這些動作時，您的心情如何？



您覺得一位身體功能有缺損的長者有甚麼健康需要呢？

身體功能有缺損長者的健康需要

需求層次理論：



(Maslow, 1943; McLeod, 2022)



身體功能有缺損長者的健康需要

將五層的需求歸類為**社會參與**

- **日常活動**

營養、個人護理、溝通、住房和流動性



- **社會活動**

人際關係、社區生活、就業、教育和休閒



身體功能有缺損長者的健康需要

• 感知需求

- 身體行動不便
- 不能照顧自己
- 產生焦慮、擔心、害怕

• 表達需求

- 喪失語言能力
- 不想麻煩別人幫忙
- 不敢主動表達自己的需求



關顧身體功能有缺損 / 曾中風長者 技巧

www.strokecare.online



與身體機能有缺損長者交流時應該

遵循社會共融原則：尊重、欣賞、包容、接納及公平

- 使用同樣對待其他人的方式
- 關懷有禮
- 尊重他們的意願
- 適時提供幫助



與身體功能有缺損長者交流時的不當行為

- 標籤他們為殘疾人士
- 話題聚焦於私人或健康問題
- 先入為主視有他們為：
 - 易受傷害或對別人造成負擔的人
 - 行為或性格怪異的人
- 幫助弱者的姿態
- 使用對小孩子說話的語調



包容行為及尊重語言

- 使用適當的第一人稱作稱呼
 - 如直接用「您」而非「有特殊需要的人」
- 直接交談
 - 主動接觸
 - 細心關注，聆聽對方的說話
 - 交談時有適當的眼神交流



包容行為及尊重語言

- 禮貌和尊重
 - 在同一視線水平上與他們交談
 - 未經同意不要接觸他們的輔具
- 留意說話音量、速度、音調及語氣
 - 不用刻意放慢語速或提高說話的音量
- 適當使用身體語言配合手勢動作



不當的交流行為對身體功能有缺損長者的影響

〔 感覺自己
異於常人 〕

〔 自信心
受影響 〕

〔 不敢表
達自己 〕

〔 感覺被歧視 〕

〔 減少社
交參與 〕

〔 〕

總結

- 世上每人都是生而平等
- 身體功能有缺損的長者都享有平等的權利
- 以平等及自然的方式
 - 增加身體功能有缺損長者的自信心
 - 提升社會共融感



資料來源

- Education Bureau, the government of the Hong Kong Special Administrative Region. (2021). *尊重不同背景的人 [Respect people from different backgrounds]*. [https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/curriculum-development/kla/pshe/references-and-resources/life-and-society/Resource%20%20Appreciating%20Diversity%20\(Chi\)%2020210816.pdf](https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/curriculum-development/kla/pshe/references-and-resources/life-and-society/Resource%20%20Appreciating%20Diversity%20(Chi)%2020210816.pdf)
- Hinkle, J. L., Becker, K. J., Kim, J. S., Choi-Kwon, S., Saban, K. L., McNair, N., Mead, G. E., & American Heart Association Council on Cardiovascular and Stroke Nursing and Stroke Council (2017). Poststroke fatigue: Emerging evidence and approaches to management: A scientific statement for healthcare professionals from the American Heart Association. *Stroke*, *48*(7), e159–e170. <https://doi.org/10.1161/STR.0000000000000132>
- Manini, T. (2011). Development of physical disability in older adults. *Current Aging Science*, *4*(3), 184–191. <https://doi.org/10.2174/1874609811104030184>
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, *50*(4), 370–396.
- McLeod, S. A. (2022). *Maslow's hierarchy of needs*. Simply Psychology. www.simplypsychology.org/maslow.html
- Stroke Association. (2013). *Physical effects of stroke*. https://www.stroke.org.uk/sites/default/files/physical_effects_of_stroke.pdf
- United Nations. (2022a). *Social Inclusion*. <https://www.un.org/development/desa/socialperspectiveondevelopment/issues/social-integration.html>
- United Nations. (2022b). *Disability-inclusive communications guidelines*. https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/disability-inclusive_communications_guidelines_-_march_2022.pdf
- World Health Organisation. (2001). *International classification of functioning, disability and health : ICF*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42407>
- World Stroke Organisation. (2022a). *Learn about stroke*. <https://www.world-stroke.org/world-stroke-day-campaign/why-stroke-matters/learn-about-stroke>
- World Stroke Organisation. (2022b). *Types of stroke*. <https://www.world-stroke.org/world-stroke-day-campaign/why-stroke-matters/learn-about-stroke/types-of-stroke>

