

—— 安康晚年 · 趙坤美 ——

## 真正的居家安老

根據日本厚生勞動省最新統計報告，香港男性和女性於2017年的人均壽命，使香港再次成為全球最長壽城市，這本應是一件美事，但長壽而沒有健康體魄的話，生活就過得不快樂。在人口老化的情況下，醫療的需求有增無減，長遠而言，落實「醫社合作」的策略及服務實在刻不容緩。

醫社合作意謂增加醫護和社會服務界別的合作，將醫療與社區資源結合，以一站式的服務模式運作，解決和紓緩長者的醫療需要及因健康而引致的日常生活問題。一位長者因不懂管理好自己的疾病，經常出入醫院，雖然每次離院後都得

到社福單位於生活上的全面支援，但對於長者來說，這只是一個循環，對其健康和生活質素沒有改善，同時，政府醫療和社福的負擔亦會繼續增加。

要減少長者入院的次數，並能於社區中得到以人為本的健康支援，就要推動基層醫療的方向，理想的基層醫療是一種社區模式、跨界別合作而非醫學模式，透過不同的專業人士如醫生、護士、社工、藥劑師、物理治療師等，於社區中擔任促進健康環境、疾病預防、健康風險評估、慢性疾病護理和管理的工作，並協調不同的社區資源如家居照顧、健康篩查及工作坊、運動課程等社區服務，提升社區人士

關注個人健康情況和變化的意識，並能及早介入，如建立健康生活模式以免情況惡化，同時加強病患者學習自我管理疾病的指導，令他們及照顧者承擔部分管理工作及責任，為自身健康扮演更主導的角色，從而改變過度依賴醫院服務的觀念。

現時，不少社區已開始發展這種服務模式，善用現有社區服務設施的優勢，在一些位置便利的社區單位組成跨專業團隊，推動醫社合作的概念和服務，讓同時需要接受醫療服務及社會服務的長者達至真正的「居家安老」。

賽馬會流金匯設有跨界別專業團隊及現時推行之「流動健康生活診所」計劃，均以改善區內長者健康為目標，詳情可致電：3763 1000。

作者為賽馬會  
流金匯基層健康中心主任