

4( ) 姓名：\_\_\_\_\_ ( ) 成績：\_\_\_\_\_

(一) 閱讀以下報章資料。

新聞一

### **衛生署調查：32 萬人一年內最少受傷一次 獨居者家居損傷多非獨居者近兩倍**

衛生署今(18日)發表《二零一八年非故意損傷統計調查報告書》，署方於2018年9月至2019年7月訪問逾1.4萬人，推算出本港約有4.4%人口、即約32萬人，在調查前12個月曾經歷最少一宗損傷事件。各類損傷中，最常見是跌倒，佔39.4%，26.2%為扭傷，13.3%為撞傷。調查發現獨居者曾經歷家居損傷事件的百分比(3.1%)，較非獨居者(1.1%)高近兩倍。

調查顯示，男性和女性損傷比例相若，分別為4.7%和4.2%，男性較容易遇到與職業及運動有關的損傷，女性較容易遇到家居及與跌倒有關的損傷。此外，年紀愈大愈有可能經歷損傷，65歲或以上長者中，有6.6%在調查前12個月內曾經歷損傷事件；75歲或以上的比例增至7.4%。長者經歷的損傷主要是跌倒，佔74.5%，其次是扭傷(9.9%)、撞傷(8.4%)和利器致傷(2.2%)。

資料來源：節錄於《明報新聞網》 18-8-2021



## 長者易生居家意外 組織揪出家中隱藏跌倒黑點 促照顧者留意

明愛賽馬會照顧者資源及支援中心今日發起「如何透過醫社介入提升居家長者的生活質素」研討會，提及不少居家長者需要注意的安全問題。一級職業治療師陳冰玲指出，曾經跌倒的長者中，高達 7 成人身體受傷，包括軟組織損害，甚至骨折，而發生意外的時間以日間為主。研究發現，大多長者跌倒與其居家環境和自身行為有關，故建議在長者跌倒後，照顧者應重新檢視其居所環境，避免意外再次發生。

另一名職業治療師張穎淇則表示，家中隱藏的跌倒黑點不少。以往她家訪長者住所時發現會留意其清潔習慣，「可能長者有自己的清潔方式，我見過有長者會直接倒水清洗地板，地板就變到好濕滑，長者好容易跌倒」。

張穎淇亦提到，長者家中普遍有較多雜物，因為長者不喜歡或無能力清走住所中的雜物，而過多的雜物令通道變得狹窄，增加跌倒的機會。家中不同的門檻、梯級也是黑點之一，她指出，如果門檻顏色和地板顏色相近，長者亦會因看不清而容易被絆倒。而浴缸、企缸也是高危的地方，如果附近沒有任何扶手，行動不便的長者亦容易發生意外。張穎淇又表示，不少長者習慣在日間不開燈，晚上又會摸黑如廁，都會增加跌倒的風險。她建議照顧者或家人盡量移走家中不必要的雜物，並在高危地帶加設扶手、智能感應燈和防滑設備，亦可為長者準備稱身衣服和髖關節的保護褲，減低跌倒時受到的傷害。如長者獨居，亦應安裝平安鐘和平安手機等，一旦不幸發生意外，亦有人能及時知悉。

資料來源: 節錄於《香港 01》 21-1-2021

(二) 思考: 試根據以上兩篇新聞、互聯網資訊及生活經驗中, 回答以下問題。

隨著年紀增長, 長者的身體機能逐漸衰退, 容易導致不同的家居意外發生, 結果可能使他們受傷、住院, 嚴重時會失去自我照顧能力。

1. 家中的長者在家中常遇到甚麼家居意外? 試列舉兩項。

i) \_\_\_\_\_

ii) \_\_\_\_\_

2. 根據題(1), 家居意外對長者有甚麼影響? 試列舉兩項。

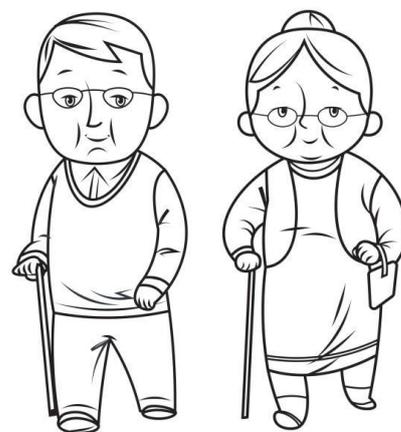
i) \_\_\_\_\_

ii) \_\_\_\_\_

3. 根據題(1), 你覺得我們應怎樣預防這些家居意外? 試列舉兩項。

i) \_\_\_\_\_

ii) \_\_\_\_\_



4. 試從互聯網或從報章中，搜尋「長者家居意外」的新聞或資料，貼在方格內。  
你們亦可把報章的標題及資料寫在方格內。

資料來源( 互聯網 / 報章 ): \_\_\_\_\_

新聞標題: \_\_\_\_\_

(三) 學習影片

<p>賽馬會流金頌護老有 e 道</p> <p>【活動能力及預防跌倒】長者跌倒問題值得我哋去關注嗎？</p>	
<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=e4uJ8tHZ3qQ">https://www.youtube.com/watch?v=e4uJ8tHZ3qQ</a></p>	

<p>賽馬會流金頌護老有 e 道</p> <p>【活動能力及預防跌倒】減少因跌倒而受傷的後果</p>	
<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=IlWEw-KO-S0">https://www.youtube.com/watch?v=IlWEw-KO-S0</a></p>	

<p>賽馬會流金頌護老有 e 道</p> <p>【活動能力及預防跌倒】昇耆逸檔案 - 2. 預防跌到的方法及謬誤解構</p>	
<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=nk9BVZ58Xds">https://www.youtube.com/watch?v=nk9BVZ58Xds</a></p>	

<p>賽馬會流金頌護老有 e 道</p> <p>【活動能力及預防跌倒】昇耆逸檔案 - 3. 預防跌倒的生活貼士</p>	
<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=4UX_83e1cYg">https://www.youtube.com/watch?v=4UX_83e1cYg</a></p>	



(四)問卷調查: 試訪問家中或認識的長者(曾經遇到家居意外而受傷), 探討他們受傷的原因及影響, 並完成下表。

**問卷調查: 長者遇到家居意外而受傷的原因及影響**

受訪者資料:

性別:  男  女

年齡:  61-69 歲  70-79 歲  80-89 歲  90 歲或以上

(a) 你曾經遇到家居意外多少次?

1-2 次  3-4 次  5-6 次  6 次或以上

(b) 你最近一次的家居意外在甚麼地方發生?(可選多於一項)

睡房  客廳  浴室  廚房  其他: \_\_\_\_\_

(c) 為甚麼會引起這次家居意外?(可選多於一項)

光線不足  雜物阻塞  地面濕滑

步履不穩  暈眩  地面凹凸不平

其他: \_\_\_\_\_

(d) 這次受傷對你造成甚麼影響?(可選多於一項)

不良於行  骨折  擦傷和瘀傷

情緒低落  頭痛和暈眩  燙傷  其他: \_\_\_\_\_

(e) 自擬問題:

\_\_\_\_\_?

答: \_\_\_\_\_

備註: 大家可以把訪問的影片、聲音檔或相片上傳到 Google Classroom 各班常識科內。(遞交影片、聲音檔或相片是自由參與, 問卷必須完成)