頁1

香港特別行政區政府消防處

救護知識

護理年長病人的基本法-耐性和尊重

引言

人的生理及心理會隨著年齡的增長而有所改變。在護理年長的傷病者時，我們應適當照料他們的生理及心理需要。本單張目的旨在列舉一些年長傷病者的生理及心理狀況和指出護理他們的基本法，就是「耐性和尊重」。年長病者的生理轉變

眾所週知，人類在邁進年老階段，身體機能開始衰退。而老人家因身體轉變，更需在護理時給予適當的照顧。以下便是一些例子：

1視力：

老人一般視力都較差，部份更患有白內障或青光眼等眼疾。進行任何護理程序或檢查前，應先行告訴病者，使他們有充份的心理準備。

2聽覺：

老人的聽覺多數較弱。在大聲跟他們說話時，語氣及聲調應避免使他們有被呼喝的感覺。

3觸覺：

對於患有糖尿病或營養不足的老人，身體週邊神經的敏銳感覺會大為減低。在照料此類病人時（尤以痛症為甚），切勿輕視他們對痛楚的反應。

4皮膚：

老人的皮下脂肪較薄，皮層會因缺乏水份而失去彈性。在移動老人時，避免弄傷他們的皮膚。而在冬天時，緊記替他們保暖。

5內分泌：

內分泌系統失調，或是機能衰退，新陳代謝率減低，都令老人家容易產生疲倦甚至疾病。在處理這些年老病人時，應給予多一點耐性。

6泌尿：

隨著年齡增長，泌尿系統機能亦減弱，老人家許多時有尿頻、失禁等情況。在護理年老病人時，應留意他是否有需要解手，給予協助；避免要老人家強忍需要。

7骨骼/肌肉：

老人在這方面的退化很明顯。病人需要移動身軀時，應給予適當協助，如病人能自行活動，在安全情況下，應任其自便。當然，他們的動作較慢，請給予耐性。

8其他：

一般老人身體機能會隨著歲月而下降。然而「疾病」與「老人」並不是掛鉤的。大部份上了年紀的人仍可保持身心健康，有些則可能患有心、肺、肝、腸道等疾病。無論如何，在護理年老病人時，應按他們的需要給予適當的治療。

年長病者的心理轉變

除了生理轉變外，人類在邁進年老階段亦在心理方面有所改變。在照顧他們的身體外，亦應顧及他們的內心感受，並給予適當照料：

1精神狀態：

老人易倦，說話表達能力較弱。在溝通的過程，請多加一點耐性，讓他們說完想說的話。

2自我保護：

老人家很容易對陌生人產生抗拒、不信任、甚至變得多疑。在進行治療，又或只是移動他們的傢俱前，先行告訴他們你的行動，以免病人不信任而拒絕合作。

3害怕跌傷：

老人家怕跌傷，故不願意走動，尤其老人家曾經因此而住院接受治療。故在適當時候，請給予協助及言語的鼓勵。

頁2

4尊嚴/歧視：

許多時我們與老人家溝通時只會稱呼他們「阿伯」或「阿婆」，而忽略了其實他們也應該給予尊重。在護理年老病人時，應問他/她怎樣稱呼，例如姓名等。此外，無論年紀多大的病人，不論男女，他們的私隱都應獲得尊重。

5面對死亡：

面臨人生的終點，老人家的情緒都有一些轉變。尤其在配偶去世，或是得知自己患上不治之症後，都有可能進入「哀傷」的歷程，包括：「否認」、「憤怒」、「討價還價」、「抑鬱」及最後「接受」。在護理這些病人時，應加以同情，不應抱著「人老就會死」那樣漠不關心的態度去對待病人及其家人。

總結

人總會衰老，今日的自己就是明日的老人。在護理年老傷病者時，請緊記「耐性和尊重」就是基本法。尊重他們猶如尊重自己。