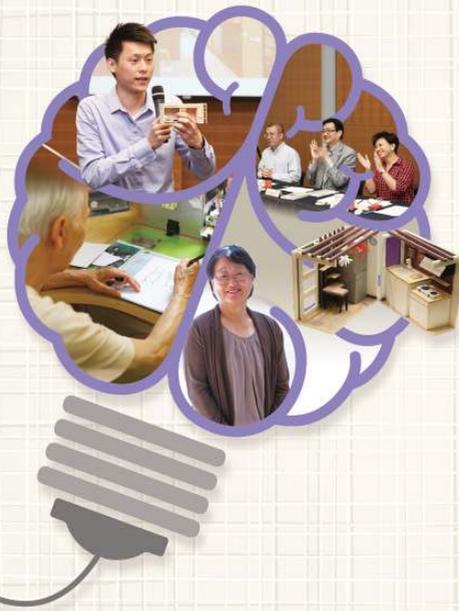


社會創新發明



家屬 助腦退化症長者 設計





目錄

世界綠色組織 X 高錕慈善基金 對談 3-4



真實個案分享 5-7

社工話你知 8

得獎作品 9-14

家居 Smart Solution 15-16

10 招辨認腦退化 17

各區支援熱線 18

前言

從出生一刻開始，人生就是一個不斷收集回憶的過程，點滴累積的經驗和知識就是智慧，可是這些都敵不過「歲月神偷」——腦退化症。根據高錕慈善基金提供的資料顯示，大概有五至七成腦退化症皆由阿茲海默症引發。2006年，本港衛生署與中文大學的調查指出，85歲以上的長者，每3名便有1名患有此症，估計香港現時有超過7萬名患者，隨著人口持續老化，病例將不斷上升。

由於在醫學上尚未有根治良方，腦退化症患者的大腦會逐漸萎縮，身體機能亦逐步退化，尤以記憶能力影響至甚；及後更會出現情緒不穩，喪失語言及身體控制能力等。由於早期症狀與正常老化情況相似，故超過89%的患者沒求醫意識，以致病情耽誤，錯失早期用藥的良機。隨著腦

退化症病情惡化，控制病情的藥物、長期貼身護理和各種支援，均對社會、患者及其家庭構成沉重的經濟和心理壓力，問題值得社會關注。

世界綠色組織今年籌辦了第二屆「社會創新發明——家居改造設計比賽」，一方面激發年輕一代創意，另一方面為環境和面對此疾病的家庭在家居生活上帶來正面的改變。簡而言之，就是推動創意，同時體現關愛精神。去年就為了基層社會住屋問題舉辦了住宅設計大賽，今年的比賽承接第一屆的關愛精神，廣邀本地中學和大專生，為腦退化症長者設計一個締造快樂回憶的生活空間。比賽不是紙上談兵，大會舉辦多個工作坊，讓參賽者深入了解患者的掙扎和需要，從而實現最貼心的設計，以創意體現大愛。

主辦機構

世界綠色組織 WGO

關注社會和環境議題的嶄新環保團體，透過以科學為本的政策研究及深入完善的地區工作項目，改善環境、民生和經濟，幫助各界特別是基層市民應對社會的挑戰，並落實可持續發展的願景。

高錕慈善基金

由諾貝爾物理獎得主高錕教授及其夫人高黃美芸女士所成立的非牟利政府註冊慈善機構，宗旨主要為腦退化症患者、家屬、照顧者提供協助；並與本港各相關組織如大學、非牟利慈善團體和政府機構等攜手合作，冀望能善用資源，提高護理水平。基金會亦教育市民大眾加深認識腦退化症，讓社會關注腦部健康。





高：高黃美芸女士 高錕慈善基金主席

擔任是次比賽的評審，
到底有甚麼重要訊息
想帶給公眾？

並邀得該會主席高黃美芸女士



余：余遠騁博士 世界綠色組織行政總裁

世界綠色組織 (WGO)
今年夥拍高錕慈善基金
主辦第二屆的社會創新發明
「家居改造設計比賽」，

高錕慈善基金 × 世界綠色組織

余：是次合作可以說是本會主席賴錦璋先生促成的，他正好是高錕慈善基金委員之一。

高：沒錯，我也好高興可以跟 WGO 合作！因為 Green Environment 愈來愈重要，關係到生活質素，跟這次關注腦退化症一樣，也是從生活出發，讓下一代從小接觸這個社會議題，十年後他們便是社會的主人翁了。

余：上屆參賽學生都好認真呢！記得去年還親身到深水埗探望劏房住戶，不只是窩在課堂裡學習，而是親身以行動去認識一個社會議題。當然，也多得一班設計師和建築師向參賽同學作出指導，再加上同學的創意，設計的成品全都可以在現實家居用得上。

高：今年的比賽，就有高錕慈善基金、聖雅各福群會等專家和社工的專業講解，將他們在前線照顧腦退化患者的經驗跟學生分享，連家長對這方面的知識，亦有所增長。余

博士可有想過，邀請去年的得獎者，跟今年參賽的學生交流一下設計心得？相信此舉對今屆參賽的同學具鼓勵作用。

余：這是個很好的提議！其實我們 WGO 也透過跟基金會的交流，學到很多關於腦退化症的知識，例如對一個腦退化症人士來說，原來洗手間不能完全髹上白色，不然患者會把馬桶、洗手盤等設施混淆，連馬桶位置也不能辨認得到，上廁所會遇上困難。

高：人腦其實要處理的事情複雜得很，但腦退化症患者卻處理不到，部分患者只能看見一維空間。倘若廁所是全白色，會誤以為眼前是一個平面。好像我丈夫，他會把黑色地毯看成是一個洞，害怕得很，不敢踏前一步。所以，如果你不想腦退化症患者擅自離家亂闖，大可以在門邊放一張黑色地毯。相反假如把地毯放在門外，患者

便不敢進入家門，所以家人真的要夠細心，時刻動腦筋，代入患者的處境，設身處地從他的角度出發，不然會弄巧反拙。

余：這的確是一般人不會留意、甚至不會想到的問題。除了家居設計，相信家人的照顧和陪伴也十分重要，高錕教授得了腦退化症近 14 年，高太平日又會怎樣跟教授相處？

高：他的病其實已進入晚期，不過狀態依然很好，主要靠平日設計一些遊戲來刺激他的腦袋。不過，在遊戲設計方面，學問可不少哩！設計時，要記得高教授是成年人，如果用小孩的方式來待他，會觸怒他的，所以遊戲方面不能太幼稚，最好有些機械或螺絲等設計，作為男士的他會比較高興，較易接受。這些知識其實都靠自行摸索、搜集資料，以及跟其他人交流得來的。

余：腦退化症是一般人不太關心的問題，當自

己或家人需要面對時，才會意識到。有報告指出，香港 2023 年的長者人口將會較現在增加一倍，亦即腦退化症患者數目會上升至 20 萬人，絕對是社會的新挑戰。

高：我希望今次比賽可以讓更多人認識這個病症，不會以為人老就會懵，在街上、交通工具上遇到患者亦不要歧視他們，甚至乎採取主動，幫他們一把，讓香港成為一個「Dementia Friendly City」。

余：去年的得獎作品曾經放在港鐵車站展出一段時間，吸引不少市民駐足細賞，頒獎前也有電視台在新聞時段進行報道，相信今次比賽同樣可以引起不錯的迴響和關注。下一步，希望會獲得資助和能夠跟相關的生產商合作，把是次作品變成實實在在的產品，幫助有需要的家庭！

家裡的提示
都由我自己設
計，生活一樣像
以前輕鬆！

家居小改造



長者大幫忙

關於腦退化症，網上已有好多資訊，要了解病症和患者，似乎是一件容易不過的事。可是對照顧者來說，卻有點紙上談兵，他們面對的除了各種症狀，也是關於一生中最親密的伴侶或家人忽然變得陌生、失去自理能力，一個關於「驟變」和「克服」的故事。

4秒，在一天中渺小得不可計量，然而全球平均每4秒便新增一個腦退化症個案，是個海量的數字。77歲的崔先生，五年前毫無先兆地被捲進這個漩渦，在太太眼中，他變成一個陌生人，「變得不近人情，相處不了，他就像脫胎換骨變了另一個人，是你不認識的人，要如何對他一世？」

崔太當時不知道這是腦退化症的其中一個症狀，只知道一起幾十年的伴侶忽然成了一個脾氣暴躁、難以親近的陌生人，直言「想過去死」。撐了一個月，只能向社工求助，終於找出病情，透過吃藥讓崔生控制情緒，把熟識的丈夫找回來。

眼前的崔先生古靈精怪，健談兼轉數快，原來退休前一直在警署當翻譯員，見過世面，幾乎全港警署都駐守過，人生經驗十分豐富。但患病後記憶變差，忘記關水喉、忘記電燈開

關位置、忘記吃飯時間這些事每天都發生，從醒目翻譯員退化成失憶老人，是他最不能接受的現實。「他一發現自己做錯了，便不高興，會問我『為甚麼我會變成這樣』，我答不上他。」太太學會不去怪責他，發現水龍頭沒有關也會偷偷關上。崔先生則主動在開關掣、房間內大大小小的儲物位置都貼上標示，大至客廳或電視開關，小至硬幣分類，都整理得一清二楚，減少犯錯機會。其他人眼中，這些或許只是小方便，其實透過加強患者的自理能力，可以減少他們因犯錯而自責的心理壓力，是幫助他們重投生活的重要一步。

為了減慢患者記憶力退化，崔先生要使用藥貼，「一開始不肯，貼上去，轉頭便被他撕

小孩可以平復患者情緒，睡房的小書櫃就貼了很多孫女寫給崔生的吃藥提示。



房間內所有小櫃都有清晰標示，連不同面值的硬幣也分得很仔細。

崔先生想不起之前的人體圖放在哪裡，便即席畫了一幅，標示藥貼位置。



腦退化症對立體結構缺乏認知，家裡的儲物裝置盡量不設櫃門，只加一塊透明膠片防護，讓患者知道裡面的事物。



最重要的，還是得到家人諒解，一起面對、適應新生活。

單姑娘跟進崔生的個案已有一段時間，除了家居設計，透過營養和運動課程來控制患者病情一樣重要。

專業社工話你知

單姑娘在聖雅各福群會旗下的服務中心工作，跟進不少腦退化症個案，崔先生是其中一位，「他屬於初期症狀，記性比較差，剛剛在說的事，幾秒後便忘記了，所以家裡有好多輔助提示。」提示亦有助初期患者學習自理，避免出現因患病而導致的情緒或抑鬱等問題。

隨著病情加重，需要注意的事情便更多了，例如屋內的布置要以簡潔為主，避免讓患者對空間產生錯亂感；保持室內光線充足，避免昏暗環境影響患者心情，然而燈光的设计也有學問，「如果光線在室內造成陰影，比較嚴重的患者好可能會以為屋內有其他人。」除了影子，一般人沒有想過放在家中的照片，也會讓患者感覺混亂。「因為晚期患者不能分辨平面與立體圖像，會以為相中人在現場，和他交談。」所以家裡的圖像也要盡量簡化。

由於腦退化症較常出現在65歲以上人士身上，家居設計和改裝，也要考慮長者需要。「好多長者怕凍，不想脫衣服，更會因而逃避洗澡，你可以發現崔生的浴室裝設了暖氣系統。」進一步可能需要在浴室或床邊裝設扶手，讓長者借力；在牆腳加上夜明燈，方便深夜上廁所等等。

崔生算是較早發現的個案，加上到私家醫院求診，沒有延誤病情。「事實上未必人人都能負擔私家醫院費用，要去公立醫院排期，但現在輪候時間接近一年半。」要及早就醫，可向聖雅各福群會等民間護理中心求助，透過心理輔導、情緒支援等服務延緩病情，有助患者維持本身的能力，減少初期患病的憂慮。

掉，要趁他睡著貼，但他起床知道了又會撕掉，弄得我兩天沒有睡。」崔太的努力沒有白費，丈夫慢慢接受了看醫生、吃藥，還自己畫了一幅人體圖，慎防重複貼在同一位置，引發皮膚敏感，「總共十個位置，手臂四個、胸前兩個、兩個在背部，還有兩個……還有兩個在哪裡？」記不起，立刻找太太求助，他也不諱言：「她是我秘書。」家裡貼了不少提示，睡房、客廳，甚至洗手間也放了時鐘，增加患者的時間概念。太太每天出門游水，都會在枱頭寫下飲早茶的地點，當然，有時還是得直接打電話提醒他出門。家人又為他換了一把密碼鎖，免得他忘記帶門匙，萬一忘記密碼，還可以用指模開門，多一手準備。

崔生的家居沒有甚麼大改造，只是從使用者角度出發，由細節入手，解決患者需要。最重要的，還是得到家人諒解，一起面對、適應新生活。



除了崔生設計的開關標示，家人也換了指紋鎖，不怕遺留鑰匙在家。



單淑勤（註冊社工）
聖雅各福群會項目主管





設計比賽」，讓年輕人進入想像
腦退化症患者的世界，發揮創
意替患者解決難題，設計
貼近實質需要、既環保
又安全的安樂窩，藉
此推動年輕世代學
會關心患者需要，
促進長幼共融。

電影《Amour》中，相敬如
賓的老夫老妻人生最後一擊，
正是丈夫面對妻子腦退化症時赤
裸裸的無助與崩潰。無論你
是博士、科學家、紳士名流，
何種身份地位也好，都敵不過
歲月的消磨，就連「光纖之父」
高錕亦不例外。這次「家居改造



腦退化症患者

一個安樂窩



無障礙簡約家居

得獎作品：「典雅家居」

作品根據真實公屋圖則設計，客廳與窗戶之間毫無阻隔，有效使用室外光線。



三位大學生的作品簡潔明亮，驟看之下平平無奇，但原來他們在細節方面花過不少心思，他們表示公屋單位的簡約的布局下，鋪陳出安全舒適的家居至為重要。三人走訪過為長者而設計的屋苑後，發覺原來在傢俱細節處理上，可以幫助行動不便的長者：「首先是傢俱全都固定安裝在地面上，這就不會輕易被碰跌或壓傷長者，造成家居意外。而走廊的寬度，剛好可以讓輪椅通過，縱使在病患的後期，患者需要可使用輪椅，亦可在家中活動自如。」同是碌架床，餐桌等一般傢俱，加上磨滑的圓角，減低危險指數。能夠在面積有限的公屋單位，設計出無障礙通道，足反映他們慎密的心思和精確的考慮。

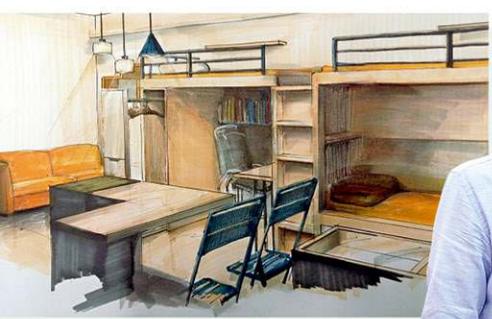


單位內部的模擬圖。

楊威

盧麒安

盧傳芳



連成一體的碌架床設計，發展出更多活動空間。



治癒系安樂窩



得獎者：陳美恩、陳昊旻

「我們想設計出一個真正窩心的居所，所以在公屋單位中加入許多溫暖的元素，像舊照片這種『懷緬治療』與『現實導向』的元素。」正在理工大學讀職業治療的二人，嘗試把醫院治療的概念引入家居設計，實行全天候護理，提昇治療效果。他們認為煮食可為腦退化患者帶來快樂和滿足感，特意設計「大廚閣」，由婆婆挑選食材圖案，貼在廚房門外的魔術貼水松板上，再在廚房「今晚食乜餸」鏢盤上列明烹調程序。「腦退化患者最大困難是無法跟程序下廚，解決了這個問題，他們就可以恆常繼續生活，繼續豐盛人生。」



得獎作品：「窩居」

屋內每一吋都加入了貼心的設計元素。



機靈小家庭



得獎者：ALI Jahan Zaib、Sheffield Ng、Sarah-Arifah-Imran

他們一人讀建築，一人讀設計，一人讀機械工程，各自發揮所長，家居設計特別多花樣。先是加入桌上遊戲元素的餐桌，家人可隨時陪同患者在桌上玩遊戲，訓練長者腦筋靈活度。「遊戲是家中最正面的力量。」就讀機械工程的成員則貢獻了 NFC 發光閘門的設計：「腦退化症患者有時會忘記自己的家在哪裡，裝上 NFC 的閘門，長者走近時它便會亮燈，自然識別到家門。」NFC 的好處是毋需另外攜帶裝置，安裝在八達通或身份證上均可，十分方便。

飯桌也可以是遊戲桌，成為家人關感情感的中心。



得獎作品：「小勝利、大快樂」

特別設計碗碟架，可將盆栽置於其下，循環用水。



中學組面對的廚房設計挑戰也不小：讓患者在危機四伏的空間中投入生活，又要確保安全。三位同學先以鮮綠色標示出患者在廚房中可使用的部分，細心設計的腳踏式水龍頭也用上綠色腳踏：「患者會忘記關水，但腳踏式水龍頭踩下去時才會出水，離開時便自動關上，這樣就不會浪費食水。」他們又發現，一般中期腦退化患者已不能入廚，在考慮三個年齡層家庭成員的需要下，設計出各人適用的廚房「work triangle」，讓患者負責簡單工作，同時促進彼此交流。「我們參考過荷蘭老人村，整條村就是老人院舍，長者便沒有入住老人院的感覺。護士等扮成鄰居，長者可以自由出入購物，這樣他們就沒有被遺棄的感覺。」小至用按鈕倒出調味料，大至運輸餐車，都靈活地應用於小小廚房內。

得獎作品：「彈性家居設計」

毛振穰

陳彥文

關頌羲



餐車可隨時分離出來，幫忙搬運飯菜，綠色標示則讓長者清楚自己的使用範圍。

亞軍

時光倒流三十年



得獎者：

黃曉南、陳永康、張鑑權

如果記憶是一條鎖鑰，長者透過昔日的場景，回到記憶所在，或許就是他們最大的安慰。以「回憶」為名的廚房設計，裝置了用來照雞蛋的街市紅色吊燈罩、寫上大大隻「米」字的米缸，襯托出八十年代的氣氛。「我們也在瓷磚印上香港老照片，容易清理又不似一般白瓷磚單調。」當然，除了情感需要，安全方便更加重要，因而設計了自動關水的節水閥，當浮球超過設計水位，就會自動關水，讓水位保持在安全水平。至於爐火電器，都以一個總開關控制，方便一次過切斷電源，減少不必要的浪費，也防止水電池漏而引致的危險。

得獎作品：「回憶」



瓷磚上的老照片，勾起長者的回憶。



季軍

發明家的廚房



得獎者：

吳漳灝、謝浚榮、陳弘揚

設計命名直接，沒有花巧模型，但不少細節令人驚喜。三位同學參考了外國設計的可拉下層板和軸承滑板，製作簡單，卻能幫到不少忙。長者可以一手拉上層置物櫃中的物品，整格像樓梯降落，放手即慢慢收回；軸承滑板則連結鋅盤和煮食爐，洗洗切切後，食材就可直接滑過去，不用搬搬抬抬。還有發聲電磁爐和休息用小椅子，煮食途中可安坐廚房稍作休息。「我們設計時，也講求以市面已有的物品放進設計之中，設計前參考了市面各種適用的產品。」他們本來就喜歡科學發明，過程中種種創新念頭不時冒出，這次實例設計案中，更兼顧到實用和可行性。

得獎作品：「腦退化患者家居設計」



廚房內充滿輔助器物，讓患者可以正常入廚。

門口警報器

除了防盜功能，也可以防止患者擅自離家，獨自流連街上的危險。

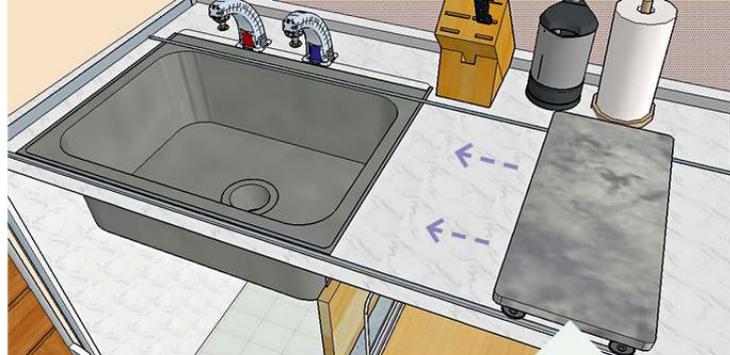
出入



感應式水龍頭

以自動感應開關水源，患者不夠力也可輕易使用，加上能自動關水，可避免因健忘而浪費水資源。

用水



手推車

方便長者在家中搬運重物或飯菜，也可支撐身體，為行動不便的長者節省體力。

省力裝置



指紋門鎖

指紋辨識技術愈來愈普及，以「隨身」的指紋開啟門鎖，即使患者忘記帶門匙，也可以順利返回家中。

出入

一人一個 家居Smart Solution

除了頭三名得獎隊伍，不少入圍作品都甚具心思，更參考了不少現存的設計個案，原來平日稍加留神，不用複雜或昂貴的裝置，只要家人以了解和關心作為創意的燃料，人人都能讓家居配置變得更貼心，讓腦退化症患者享受更方便、更安全的綠色生活。

省力裝置

平面推板

裝設在洗滌盤上，可以左右移動，方便患者把切好的食材移送至另一邊下鑊，也可輕易移動像湯煲或水煲一類重物。



腳踏式水龍頭

以腳踏啟動水源，方便雙手工作，離開腳踏即停止出水，自然不會忘記關水龍頭。

用水

借力幫手

掛牆椅

安裝在廚房，當患者下廚感到疲勞時，可從牆邊拉下，坐下稍息，使用後拉回原位，省卻空間。



斷熱電磁爐

過熱或啟動太久時便會自動斷電，以免浪費電力，或因過熱引發家居意外。

煮食



燈光

人體感應燈

以紅外線感應人體來啟動照明，方便患者晚間上廁所之餘，也可以防止患者忘記關燈、浪費能源。

扶手

可安裝在家居不同位置，如洗手間、床邊，讓患者攙扶借力，以防跌倒。

借力幫手



* 以上圖片及資料僅供參考，各位應根據個人需要，選擇適合患者使用的家居設備，詳情可參考房協長者通網站：www.hkhselderly.com/afh/introduction



腦退化症十大預警

1. 短期記憶衰退，影響工作能力：忘記怎樣煮食和提款等
2. 執行熟悉的工作感困難：不能自理刷牙、洗澡等
3. 把東西放在不適當的地方：如將衣服放在鞋櫃內、將食物放在衣櫃內
4. 判斷力減退：不懂因天氣轉變而穿上合適衣服，天冷時仍穿單薄衣服
5. 對視覺影像和空間感產生混亂
6. 對時間及方向感到混亂：在熟悉的街道上迷路，不懂乘車回家
7. 語言表達或理解有困難：說話沒有組織，反覆問同一個問題，令人無法理解
8. 思考或計算方面有困難：不能明白過往常用的辭彙，簡單的加減運算有困難
9. 性格轉變：變得迷惑、多疑或害怕
10. 失去做事主動性：患者變得被動，需要提示和鼓勵才會參與社交活動



腦退化症資訊服務專線

高鉅慈善基金「腦退化症資訊服務專線」於2014年8月設立，免費為懷疑或確診為腦退化症的患者、家人及照顧者提供協助，提供本港最新的腦退化症資訊，如各區的腦退化症日間護理中心、支援或輔導服務等。熱線亦為有需要的人士作出相關的聯繫，幫助大眾更快了解不同的狀況及得到最適切的服務，減少壓力形成。

服務時間：星期一至星期五（公眾假期除外）

上午9時至下午1時；下午2時至下午5時半

熱線電話：2876 2422

各區服務機構熱線

中西區

聖雅各福群會健智支援服務中心
電話：2816 9009
香港認知障礙症協會通善中心
電話：2815 8400

東區

東華三院渣打香港150週年慈善基金
長者智晴坊
電話：2481 1566

灣仔

聖雅各福群會灣仔健智支援服務中心
電話：2596 2500
香港認知障礙症協會芹慧中心
電話：3533 3650

觀塘

仁愛堂歐雲明夥伴同行中心
電話：2323 4448

基督教家庭服務中心
智存記憶及認知訓練中心
電話：2793 2138

香港中國婦女會李樹培夫人啓知中心
電話：2775 6226

黃大仙

香港認知障礙症協會智康中心
電話：2338 1120

西貢

香港認知障礙症協會
將軍澳綜合服務中心
電話：2778 9728

九龍城

東華三院「智圓全」腦退化症患者
社區支援計劃
電話：2714 9419

深水埗

香港聖公會福利協會基愛
長者鄰舍中心 - 長者益智發展中心
電話：2779 9517

荃灣

仁濟醫院嚴徐玉珊卓智中心
電話：2614 8967

香港認知障礙症協會李淇華中心
電話：2439 9095

沙田

賽馬會耆智園日間護理服務
電話：2636 6323

東華三院耆智中心
電話：2695 0363

基督教香港信義會
沙田多元化老人金齡服務中心
電話：2691 7163

大埔

賽馬會流金匯腦退化症日間護理中心
電話：3763 1000

元朗

博愛醫院長者日間活動中心
電話：2470 2266

屯門

東華三院智趣軒腦退化症長者
及社區支援服務中心
電話：2450 8601
仁愛堂（屯門區）長者社區
照顧服務券日間護理單位
電話：2655 7660

其他諮詢專線

賽馬會耆智園「記憶在線」熱線服務
電話：2636 6323

香港認知障礙症協會照顧者熱線
電話：2338 2277 / 3553 3656

比賽贊助機構

「港鐵公司很高興能贊助世界綠色組織舉辦是次比賽，每隊參賽隊伍都花了不少心思於設計上，而我最欣賞他們做足預備工夫，事先就腦退化症病人面對的挑戰進行調查，因應他們獨特的需要，構思出透過家人的相片勾起患者的快樂回憶，防止病情繼續惡化。整個設計充分流露出創意和愛心，值得欣賞。」

港鐵公司總經理——公司事務王美琪小姐

衷心感謝高鉅慈善基金贊助此小冊子之印刷

高鉅慈善基金
恆寶企業有限公司
香港機場管理局
佳能香港有限公司
中華電力有限公司
呂元祥建築師事務所（香港）有限公司

壹壹科技有限公司
Bose Limited
嘉靈控股集團有限公司
利安顧問有限公司
科文實業有限公司

*以上按英文字母排序