

呂綺穎議員

以照顧者支援中心為起點 構建預防性照護安全網

隨着本澳人口老齡化持續加劇，雙老家庭及長期病患照顧者的壓力問題日益凸顯。據政府數據顯示，本澳約有一點八萬名長期臥床長者，以每名需一點五名照顧者推算，至少二點七萬人正承受全天候照顧壓力。這些照顧者全年無休地肩負起居護理、用藥管理等繁重職責，在缺乏休息、專業指導及情緒支援下，身心負荷瀕臨極限，亟需社會正視。

事實上，社會普遍將照顧家人視為家庭責任，卻忽視了照顧者同樣是需要被關懷的個體。長時間的壓力累積，不僅損害照顧者的身心健康，更可能導致家庭關係緊張，甚至釀成難以挽回的悲劇。而建設完善的照顧者支援體系，既能為家庭減壓，更能為社會築起一道具預防性的安全屏障，讓每一位默默付出的照顧者都能被看見、被理解、被支援。令人欣喜的是，特區政府已宣布籌設照顧者支援中心，體現了政府回應訴求的積極態度。然而，照顧者的需求遍及全澳，單一試點難以全面覆蓋，服務體系仍有待完善。為此，本人提出以下三點建議：

一、逐步擴展服務網絡，實現就近支援

首階段中心以北區為試點，惟照顧者需求並不受區域局限。不少照顧者需兼顧工作與家庭，往返遙遠服務點是額外的時間與體力負擔。建議當局總結北區試點經驗後，逐步將服務網絡擴大至全澳其他區分，透過與社團合作設立更多服務點，讓有需要的家庭就近獲得適切支援。同時，對於需要長期專業照護的長者，院舍始終是核心需求所在。政府雖已計劃在新城 A 區增設約一千個長者院舍宿

位，惟人口老化持續加劇，當局宜按本澳長者人口與院舍宿位的合理比例，積極規劃後續院舍發展用地，確保宿位供應能切實回應未來需求，從根本緩解照顧者的核心壓力。

二、建立主動外展與銜接機制，打破「被動等待」模式

傳統服務模式往往被動等待求助者上門，然而照顧者長期處於高壓狀態，普遍無暇主動求助，甚至不了解可獲得哪些支援。建議中心加強與醫院、專科及社區診所的「醫社合作」，在病患出院或確診慢性病、失能初期，醫療系統即時轉介個案至中心，由專業人員主動介入。同時，可運用智慧科技建立社區資源整合平台，讓家庭便捷獲取照顧服務資訊，實現精準對接。

三、擴大喘息服務與彈性暫托，切實減輕照顧者負擔

對不少照顧者而言，最迫切的需求並非長期的服務安排，而是突發狀況下能即時獲得數小時的短暫支援，例如突然身體不適、需要外出辦事，或無法承受當下的壓力，需要片刻的獨處空間。因此，當局有必要擴大現有的喘息服務、緊急暫托及上門支援的彈性與覆蓋面。建議當局可研究推動更具彈性的「臨時短暫喘息服務」，容許照顧者因突發事情或身心疲憊時，獲得數小時至半天的緊急暫托。同時，積極發展「家居照顧」或夜間緊急照顧服務，為行動不便者提供到戶看護，讓照顧者獲得真正的休息空間。