

何潤生議員

### 強化照顧者支援體系

近日，一宗涉及長者企圖自殺的家庭事件引起社會廣泛關注，凸顯照顧者長期承受的沉重身心壓力。在人口急速老化的澳門，家庭照顧者肩負重要責任，卻往往缺乏足夠支援。近年特區政府積極回應社會需求，於 2026 年 1 月起，將照顧者津貼金額調升至每月 2,400 澳門元，同時擴大受惠範圍至重度或極重度精神殘疾人士，並提高家團收入上限，開放居住於橫琴的澳門居民申請。此外，政府亦計劃加快籌設照顧者支援中心，提供照顧技巧培訓、情緒支援及個案跟進服務，並增加服務獨居長者的社區服務隊，力求在年內投入運作。然而，要真正緩解照顧者的困境，必須從政策研究、情緒支持、早期介入、喘息服務、照顧培訓、經濟補助及社區網絡等多方面深化改革，建立更全面、具前瞻性的照顧者支援體系，讓照顧者既能持續提供優質照顧，同時獲得必要的喘息與支援。

為此，本人提出以下幾點意見：

一、隨著照顧者支援中心即將成立，特區政府未來應深化照顧者的專項研究，準確辨識新時代照顧者的多元需求，以確保各項服務與時俱進。現時不少照顧者需兼顧工作與家庭，面對經濟負擔、時間衝突及長期情緒勞動等多重壓力。建議未來推出更具針對性的友善措施，例如：為全職照顧者增設有薪照顧者假期；以及針對在職照顧者提供星期日及休息日的中心或家居暫托服務等，這不僅能讓照顧者獲得定期休息、處理個人事務或接受醫療檢查，更有效抒緩職業倦怠，有助維持照顧質素。

二、照顧者長期面對高強度照顧工作，極易出現抑鬱、焦慮及情緒耗竭等問題。目前壓力識別多依賴主動求助，容易錯過早期介入時機。建議在衛生中心、長者日間中心及康復設施等，將照顧者壓力快速評估納入常規流程，並建立分級的制度，以制定個人化支援

計劃，包括情緒輔導、心理治療轉介、互助小組及危機介入服務等，透過主動篩查與及早介入，切實保護照顧者及其家庭的整體福祉。

三、特區政府可研究參考香港“與照顧者同行”計劃，與民間社團合作，透過津助長者中心及康復服務單位，為前線物業管理人員、保安等提供培訓，讓他們掌握辨識有需要長者、殘疾人士及照顧者的技巧，並熟悉區內福利資訊，成為“社區照顧守門人”。同時，建立快速轉介機制，讓前線人員能及時聯繫相關部門或服務單位，將支援網絡延伸至社區最前端，做到早發現、早介入，有效提升預防效能。