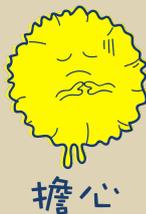




「疫」境中的情緒處理 - 長者和長期病患者

面對公共衛生危機時的心理影響



你最近感覺如何？

感到不真實



震驚



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

中國紅十字會分會 Branch of the Red Cross Society of China

長者和長期病患者所面對的困難
(包括身體上和精神狀態上)



長者（尤其是獨居或患有慢性疾病）與其他人接觸的機會可能會大大減少，因而感到孤單和寂寞

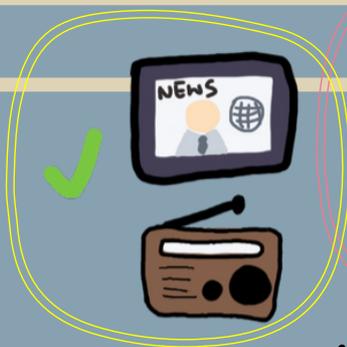


香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

中國紅十字會分會 Branch of the Red Cross Society of China

長者和長期病患者所面對的困難 (包括身體上和精神狀態上)

部分長者主要依靠傳統的媒介
(例如電視和收音機)以獲得資訊，
因而有機會錯過了一些有助他們
應對疫情的資訊，
並可能因此感到更加焦慮



長者和長期病患者所面對的困難
(包括身體上和精神狀態上)

現有醫療系統
為應付緊急的疫情，
可能會不勝負荷，
從而減少了
對長期病患者
原有的照顧

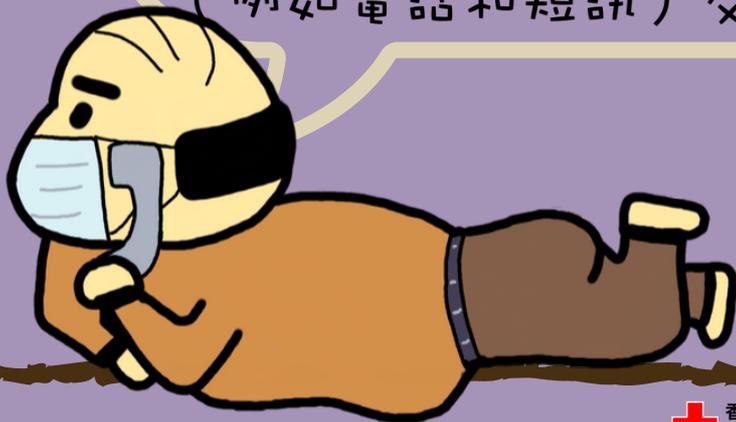


醫院



對長者和長期病患者的小貼士:

與宗人和朋友保持聯繫，
即使不能見面，
亦可嘗試以其他途徑
(例如電話和短訊) 交流；

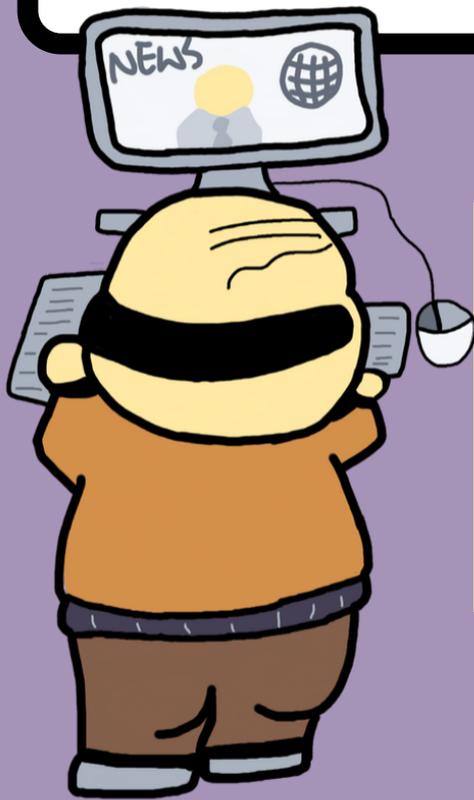


香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

中國紅十字會分會 Branch of the Red Cross Society of China



對長者和長期病患者的小貼士:



嘗試從
不同途徑獲得
最新和已經核實的
資訊;



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

中國紅十字會分會 Branch of the Red Cross Society of China



對長者和長期病患者的小貼士：



不要盲目地
跟從世人的意見和行為，
先嘗試詢問
身邊不同人的看法



對照顧者的小貼士:

協助他們取得最新和已經核實的資訊，例如分享已知的資訊或教導他們可取得較準確的資訊的途徑；



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

中國紅十字會分會 Branch of the Red Cross Society of China



對照顧者的小貼士：

協助和確保他們有足夠的醫療照護，例如確保家中有充足的藥物、教導他們在需要時可以如何尋求協助等等；



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

中國紅十字會分會 Branch of the Red Cross Society of China



對照顧者的小貼士:

留意他們的轉變和需要，情緒可以透過不同方式來呈現，例如有些人會身體不適，有些人會變得暴躁等。嘗試了解他們背後的需要和困擾，並給予關懷和愛護。

