

致編輯／採訪主任：

【新聞稿】(即時發佈)

2018年5月9日

**Best 60s 關注「腦」朋友計劃  
「無獨耆年」－長者孤獨情緒與精神健康研究結果發佈會**

東華三院 Best 60s 關注「腦」朋友計劃聯同香港大學秀圃老年研究中心，於2018年5月9日在添馬公園添馬茶座 iBakery 愛烘焙餐廳，舉行「無獨耆年」－長者孤獨情緒與精神健康研究結果發佈會，邀得香港大學秀圃老年研究中心總監樓瑋群博士主講研究結果及提供建議。

Best 60s 關注「腦」朋友計劃致力推動公眾關注長者精神健康，我們認為關注長者精神健康，除了抑鬱、焦慮、腦退化症等議題外，鑒於社區獨居長者近年持續增加的趨勢，長者孤獨情緒是另一個值得公眾、家庭和醫護服務加強關注的精神健康議題。國際研究顯示孤獨情緒較多與慢性疾病相伴，亦會增加死亡率，對個人、家庭、社區、和社會都帶來負面影響。Best 60s 關注「腦」朋友計劃特此展開了香港首個長者孤獨情緒的研究，藉以瞭解長者孤獨感的情況及相關因素，並特別就如何從代際關懷的視角減輕長者孤獨感提出建議。

研究首先透過2個焦點小組，與長者一起探討孤獨的經驗和感受，並先後2次透過問卷形式，成功訪問385名60歲或以上長者。問卷內容包括個人及家庭情況，孤獨感受，以及長者希望後輩能夠陪伴的事項。受訪者中60-74歲佔53.1%，75歲或者以上佔46.9%，男性19.0%，女性81.0%，有23.0%受訪長者沒有接受過正規教育，8.9%受過中學以上教育。有10.1%的受訪者報告經驗較嚴重的孤獨感。獨居、沒有兒子在香港居住、沒有孫子女在香港居住、自我報告身體較差、溝通時感到緊張、及從未使用電腦、智能電話或者平板電腦的長者更多報告較嚴重的孤獨感。首五件受訪長者希望後輩陪並感到受到重視的事為：1) 過生日；2) 過節；3) 掃墓、祭祖；4) 住院；及5) 做手術。

在焦點小組討論中，我們觀察到有些長者合理化孤獨感，有些甚至表示無奈接受。本研究的發現為我們及早識別長者孤獨提供了實踐基礎，俗話說得好「預防勝於治療」，在母親節到來之際，Best 60s 關注「腦」朋友計劃特此呼籲後輩及長者所及，用心聆聽，用心溝通，向「孤獨」說不！

長者咩時候最想你人到心在?



過生日



過節



住醫院



掃墓/祭祖



做手術



覆診



一日遊



看電影



找尋社區資源



看大戲

每日暫停幾分鐘，聽聽老人心底夢

☎ 2859 7899 ✉ ecs@tungwah.org.hk 🌐 ecs.tungwahcsd.org 📱 Best60s 關注腦朋友

Best60s Sticker  
size: 210mm(H) x 297mm(W)

## 讓我們一起關注長者孤獨，共同創建「無獨耆年」!

獨居長者朱女士分享道：「當感到孤獨時，會到長者中心參加活動，例如東華三院的生前規劃服務，每逢傳統節日都有活動，可以和義工朋友一起享受節日氣氛。」擁有豐富探訪獨居長者經驗的義工柯小姐分享說：「對獨居長者來說，有人關心、有人聆聽他們說話，他們就會感到開心和滿足。付出少少時間，就可以為長者帶來快樂。」

東華三院圓滿人生服務經理周淑娟女士表示，關注「腦」朋友計劃正籌備以「長者精神健康」為題的攝影比賽和電影節，希望透過活動加強社區人士對長者精神健康的認知，於日常生活中多關心周邊的長者親友，及早識別長者精神健康問題。

## 關於香港大學秀圃老年研究中心

香港大學秀圃老年研究中心是中國及亞太地區內具領導地位的老年學研究中心。研究中心致力拓展前瞻性的老年學研究範疇，包括長期護理政策、長者友善城市、居家安老、生命意義、積極老齡化，及社會性因素對身心健康的影響等，引領華人社區社會老年學研究。研究團隊透過以賦權為本、家庭為基礎，及具有文化敏感度的手法，進行循證介入及政策分析研究，並將研究成果貢獻於知識承傳，提高社會效應及影響力。多年來，研究中心與長者及社區持份者建立策略性的夥伴關係，攜手貢獻華人社區積極應對老齡化；並與世界各地的老年學學者緊密合作和交流，推動亞洲在國際老年學的學術地位。

## 關於東華三院

東華三院自 1870 年成立以來，一直秉承「救病拯危、安老復康、興學育才、扶幼導青」的使命和承諾，時至今日，已發展成為全港歷史最悠久及規模最大的慈善服務機構。在過去百多年，東華三院的醫療、教育及社會服務均有長足發展，迎合社會需求，為市民提供收費低廉或免費的優質服務。現時東華三院共有 321 個服務單位，包括 5 間醫院、30 個中西醫療衛生服務單位、55 個教育服務單位、229 個安老、兒童及青少年、復康及公共服務的社會服務單位，以及 2 個肩負守護和保育本地歷史文化重任的服務單位，分別為東華三院文物館和東華三院何超蓮檔案及文物中心，負責宣揚東華三院歷史、修復和保存機構檔案等工作，藉此推動保護文化遺產。

## 關於 Best 60s「腦」朋友計劃簡介

Best 60s 關注「腦」朋友計劃是一個為期兩年的推廣計劃(4/2017 至 3/2019)，透過社區教育短片、長者精神健康調查、攝影比賽和電影節，向公眾人士、長者、照顧者，以及後輩傳遞關注長者精神健康的訊息。

Facebook 專頁：[Best60s 關注腦朋友](#)

電話：2657 7899

電郵：[karyn.lam@tungwah.org.hk](mailto:karyn.lam@tungwah.org.hk)



- 完 -

### 研究結果查詢

香港大學秀圃老年研究中心總  
監  
樓瑋群博士  
電話：2831 5334 / 3917 4835  
電郵：wlou@hku.hk

### 傳媒查詢

東華三院圓滿人生服務計劃經理(推廣)  
林嘉誼小姐  
電話：2657 7899  
電郵：karyn.lam@tungwah.org.hk

研究結果發佈會的照片可於以下連結下載：

[https://drive.google.com/open?id=1ABRmgUNf2uhl3\\_wu6Uj2LvfuWz9DH9zz](https://drive.google.com/open?id=1ABRmgUNf2uhl3_wu6Uj2LvfuWz9DH9zz)

圖 1：周淑娟女士介紹關注「腦」朋友計劃

圖 2：樓瑋群博士發表調查結果

圖 3：長者/義工分享

圖 4：參加者大合照