

疫情再襲 照顧者壓力爆煲
疫情下照顧者的困難調查
2020年8月16日發布會

新型肺炎（武漢肺炎）疫情於七月急速惡化，高峰時期連續數天確診數字過百，政府頒佈更嚴謹的「限聚令」和「口罩令」。學校提早放暑假，日間支援及部分家居支援服務再次被迫暫緩。有關安排對殘疾人士、體弱長者、長期病患者、特殊教育需要(SEN)學童造成嚴重影響，持續近七個月的照顧對他們的家人和照顧者構成嚴重壓力。張超雄立法會議員辦事處繼二月後，再次進行同類調查，旨在反映照顧者在疫情持續下的困難，以及「口罩令」對他們的影響，期望社會盡快向照顧者提供支援。

問卷以不記名方式在8月3日晚開始放在網上搜集意見，至8月11日晚截止。共有797人有效回應。以下是調查結果：

誰是照顧者？

受訪的照顧者（受訪者）中超過87%為女性，逾67%受訪者為全職照顧者。雖然受訪者中多於六成(63%)來自三人及四人家庭，但當中卻有逾31%受訪者沒有他人分擔照顧的責任。來自二人家庭的受訪者中更有64%沒有其他人分擔照顧責任。受訪者大多來自基層家庭，有超過六成(61%)受訪者的家庭月入為\$25,000或以下，有約三分一受訪者(33%)的家庭月入只有\$15,000或以下。

調查中，近三分二(66%)受訪者是照顧子女，也有近35%是照顧父母和伴侶的。而照顧對象大多為自閉 / 專注力不足及過度活躍症(ADHD)人士和智障人士，分別佔38%和28%，也有部分照顧對象為體弱長者、認知障礙症患者或及長期病患者，分別佔14%、13%和21%。¹

疫情惡化、駐足在家

相比疫情爆發初期，現時的口罩、酒精搓手液等防疫物資供應和價格已經變得穩定，街上時常出現車水馬龍的情況。可是，對受訪者而言，他們在停課、服務暫停等支援缺乏下，既要面對持久照顧家人帶來身心耗損，更要保障他們免受感染，結果仍然令雙方皆被困在家中。數據顯示，仍然有近36%受訪者每個星期只能與照顧對象外出一至兩次，更甚者有五成四(54%)受訪者只能困在家中，完全沒有外出，後者的數字比二月同類調查所得的40%高。當中主因包括害怕照顧對象不懂得自我保護(72%)，容易受到感染、「限聚令」的實施(46%)，以及自己體力應付不來(30%)，而缺乏口罩和其他防疫物資的因素則由

¹ 由於不少照顧者的照顧對象有多重殘疾或為患有殘疾的體弱長者，故此有關答案的回應選項的合計總數並不等於100%。

二月的 56%大幅回落至今次調查的 21%。

服務停擺、問題惡化

疫情持續近七個月，學校和所有殘疾人士日間訓練和支援服務，包括庇護工場、日間展能中心等，在疫情期間短暫恢復一個多月，其餘時間則大部分服務暫停。照顧對象長期得不到正常支援和訓練，身心健康惡化，能力出現倒退的情況比二月更甚。在使用中心支援服務的照顧對象(440名)當中，有超過六成(61%)指服務已經完全停頓，近 28%則指大部分服務已經暫停。而在使用家居支援服務的照顧對象(243名)當中，則有超過 58%指服務已經完全停頓，近 27%則指大部分服務已經暫停。²

近 80%受訪者反映照顧對象出現情緒及行為問題，其中的 18%更為較嚴重的情緒及行為問題，情況比二月所得出的 73%和 16%嚴重。另外，有近 49%受訪者認為照顧對象在疫情下有更多攻擊自己或他人的行為，比二月的 30%明顯惡化。結果反映照顧對象因為長期缺乏訓練和治療使能力下降，行為和情緒管理能力出現進一步倒退的現象。

照顧壓力爆煲、感到孤獨抑鬱

長期照顧照顧對象的情況下，照顧者身心出現嚴重影響，部分情況比二月更差。調查結果發現照顧壓力令受訪者出現孤立無援的感覺。當中，有超過一半人(51%)感到孤獨，26%表示感到非常孤獨，比起二月分別為 54%和 22%，感到非常孤獨的受訪者比例明顯上升，相對地二月和八月的數字則同樣有九成(90%)受訪者對於在疫情下要照顧家人而感到無助，但感到非常無助的比例由二月的 37%下降至 34%。對比二月同樣約有超過一半(52%)和三分之一(31%)的受訪者分別感到較易動怒和非常容易動怒，情況沒有明顯轉變；近 75%受訪者表示睡眠受到影響，當中有 25%受訪者更表示睡得很差，比起二月分別 74%和 23%的略為嚴重；逾半受訪者 (50%)感到有時出現痛楚，更有超過三成(30%)受訪者表示經常頭痛或身體出現痛楚，情況同樣與二月相若；有超過一半照顧者 54%感到有點抑鬱，超過 17%照顧者更感到非常抑鬱，與二月的 56%和 15%相比，感到非常抑鬱比例稍為增加。另外，我們今次亦問及受訪者出現身心俱疲徵狀的情況，47%認為有時出現疲勞或體力下降，經常出現此感覺則有 46%。

疫情持續、情緒失控

疫情未見緩和，困獸鬥的照顧困局令照顧者、照顧對象和家庭成員面對更嚴峻的生活困難。數據顯示有逾 55%受訪者及近 42%照顧對象有出現情緒失控，比起二月有 39%照顧對象有出現情緒失控的情況略為嚴重，但照顧者情緒失控的情況則與過去相若；而表示已經出現家庭衝突和經濟困難的分別有近 47%和

² 可能有部分受訪者的照顧對象同時使用中心及家居支援服務

36%受訪者，發生家庭衝突的情況比二月的42%明顯上升，而經濟困難的情況則稍為下降了1%。同時，分別有近20%和14%受訪者表示自己和照顧對象出現受傷的情況，情況比二月的14%和7%明顯嚴重。假若疫情再持續兩個月的話，數據顯示上述問題將會惡化，63%受訪者及近五成(48%)照顧對象都會情緒失控，而認為會導致家庭衝突和經濟困難的比率更會有51%和37%，數字反映照顧者和照顧對象的「困獸鬥」處境會令雙方衝突進一步加劇，受傷機會亦會增加。

無人分擔照顧責任的苦況

如上述數字所顯示，近34%需要獨力肩負照顧的責任。調查結果發現當受訪者沒有其他人分擔照顧責任，其身心壓力的徵狀會比其他受訪者明顯嚴重。獨自肩負照顧責任的受訪者中，有接近八成(78%)表示有抑鬱，而有人分擔照顧責任的受訪者當中則有64%表示有抑鬱。就睡眠情況而言，獨自肩負照顧責任受訪者的睡眠質素亦明顯較差，當中有82%受訪者表示睡得不好或很差，相比之下，當受訪者有人分擔照顧責任的話，只有64%受訪者表示睡得不好或很差。

口罩令對受訪者的困擾

第三波疫情爆發後，政府即時頒佈「口罩令」規定所有人在室內和室外公眾場所和公共交通工具內均必須正確配戴口罩。由於不少特殊需要的照顧對象因健康、認知等問題未必能經常配戴口罩，問卷問及受訪者的照顧對象於配合「口罩令」的情況，超過42%受訪者表示其照顧對象只會有時有能力配戴口罩，另外亦有超過14%表示其照顧對象完全無能力配戴口罩。但受訪者當中只有36%表示「口罩令」對其生活沒有影響，分別有26%、24%受訪者表示因照顧對象未能配合「口罩令」，而令他們未能外出購物、未能陪同照顧對象複診，更有18%受訪者表示因此自己未能外出看醫生或接受治療。

超過24%受訪者表示照顧對象曾經因為在公眾地方不願意配戴口罩而指罵、拒絕提供服務或進入等，而有照顧對象不願意配戴口罩的受訪者當中，有76%受訪者因而感到困擾。對於法例有條文列明殘疾、長期病患者等有特殊需要者可以豁免於「口罩令」，則只有一半人(50%)知道有關條文。

結論

疫情至今超過七個月，不少有特殊需要的人士和長者需要長期留在家中由照顧者照顧，失去支援和訓練的機會。第三波爆發後，雖然防疫物資供應穩定，但支援服務再次大規模暫停，為照顧對象的情緒和生活模式再次帶來重大衝擊。由於照顧對象再次需要長時間留家避疫，「困獸鬥」的照顧模式令家庭衝突再度升溫，雙方受傷的機會大增，同時令照顧者的壓力進一步加重。由於疫情未有消退跡象，照顧者容易感到無助，精神狀態變差，甚至抑鬱的情況，單獨照顧

者的狀況更為嚴峻。同時，因為「口罩令」和「限聚令」等措施，直接影響照顧者和照顧對象複診和接受治療等機會，使他們的身心健康狀況有機會進一步惡化。加上公眾和照顧者均對於「口罩令」的豁免條文並不了解，使照顧者對於帶同照顧對象外出的安排存在一定困擾，更嚴重打擊他們的求醫意欲和日常生活的正常安排。對此，無論針對照顧者和照顧對象支援服務的提供，抑或加深公眾和前線服務提供者對「口罩令」豁免條文的認知，均非常重要。我們必須盡快加強支援，並掃除公眾誤解，方可以有效支援照顧者和他們的家庭繼續抗疫。

個案分享

李女士育有兩名兒子，其中九歲的小兒子有專注力不足及過度活躍症。李女士的丈夫自今年一月到外地出差，及後因為身處的國家以疫情爆發為由作出封鎖，因而至今未能回港。李女士於過去七個月獨力照顧兩名兒子，她指每天只能睡 5-6 小時，既要照顧家庭，又要督促兩名兒子學習，自己更要在家的壓力非常大。最近，兩名兒子曾經因事打架，她要同時撫兩名兒子的情緒，對於無限期獨力照顧的處境感到非常無助。

建議

短期

- 服務單位善用網上或視像支援，持續關注照顧者和照顧對象需要
- 暫顧和暫宿服務不能暫停
- 在社署提供足夠防護裝備下，加強家居支援服務，減輕照顧者照顧壓力
- 局部開放中心支援服務，讓服務對象能夠自行選擇分散地接受有限度服務
- 特別為單獨照顧者提供額外和專門支援
- 透過宣傳和培訓加強公眾（包括服務提供者）和執法人員對「口罩令」豁免條文的認知，鼓勵對特殊需要人士採取包融的態度

中期

- 向所有特殊需要人士照顧者發放額外的照顧者津貼
- 提供額外資助，讓特殊需要人士在家接受治療及訓練服務，以加快重整生活規律和提升能力

長期

- 容許有特殊需要而受服務暫停影響的學童延長使用學前康復服務
- 將照顧者津貼常規化
- 全面加强家居及社區照顧服務
- 訂立全面照顧者政策

完