

身心俱疲 瀕臨崩潰
疫情下照顧者的困難調查
2020年3月7日發布會

武漢肺炎疫情持續下，學校停課，日間照顧服務全面停頓，甚至連部分家居照顧服務都被迫暫緩。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，對在家照顧他們的家人和照顧者構成更大壓力。本調查由張超雄立法會議員辦事處負責，旨在反映照顧者在疫情下的困難，期望引起社會對照顧者的關注。明天是婦女節，調查發現九成照顧者為女性，證明照顧老弱殘障的責任仍然主要落在婦女身上。

問卷以不記名方式在2月27日晚開始放在網上搜集意見，至3月4日晚截止。共有1393人有效回應。以下是調查結果：

誰是照顧者？

受訪的照顧者中有九成(90%)為女性，而七成(72%)受訪者為全職照顧者。雖然受訪者中有三分之二(66%)來自三人及四人家庭，但當中卻有近四成(39%)需要獨力肩負照顧的責任。來自二人家庭的受訪者更有七成(70%)沒有其他人分擔照顧責任。受訪照顧者大多來自基層家庭，有超過六成半(66%)照顧者的家庭月入為\$25,000或以下，有接近四成(40%)的家庭月入只有\$15,000或以下。

調查中，有73%照顧者是照顧子女，也有超過20%是照顧父母和配偶的。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45%和27%，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，同樣各佔11%。¹

支援不足、坐困愁城

在疫情下，不少市民在非必要的情况下都會盡量減少外出，以降低受感染風險，然而，對受訪的照顧者而言，他們在停課、服務暫停等支援缺乏下，既要面對獨自照顧家人帶來的體力消耗，又要保障他們免受感染，結果令照顧者及被照顧者皆被困在家中，壓力更大。數據顯示，有超過四成(42%)受訪者每個星期只能與被照顧者外出一至兩次，更甚者有四成(40%)人只能困在家中，完全沒有外出，當中主因包括害怕照顧對象不懂得自我保護(81%)，容易受到感染、缺乏口罩(56%)、以及自己體力應付不來(32%)。

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%。

停課停服務、問題叢生

學校停課至今超過一個月，所有殘疾人士日間訓練和照顧服務包括庇護工場、日間中心等服務暫停，令受訪者自閉、ADHD、智障的子女的訓練和照顧安排中斷，改變原有的生活規律，導致他們出現各種行為和情緒問題。整體而言，有超過 73%受訪者反映照顧對象出現情緒及行為問題，當中的 16%更為較嚴重的情緒及行為問題，另外，有三成人認為照顧對象在疫情下有更多攻擊自己或他人的行為。結果反映受訪者的照顧對象明顯因為缺乏訓練和治療而出現能力倒退，影響他們的行為和情緒管理能力。

孤立無援、身心俱疲

在缺乏支援下，照顧對象能力出現嚴重倒退，照顧者首當其衝受到影響，調查結果發現照顧壓力令受訪照顧者出現孤立無援的感覺。受訪者當中，有超過一半人(54%)感到孤獨，22%表示感到非常孤獨，更有超過九成受訪者對於在疫情下照顧家人而感到無助。另外，照顧者既要應對疫情，又要面對沉重的照顧壓力，不少受訪者出現身心俱疲的徵狀，包括有超過一半和三分之一的受訪者分別感到較易動怒和非常容易動怒；74%受訪者表示睡眠受到影響，當中有 23%受訪者更表示睡得很差；逾半受訪者 (51%)感到有時出現痛楚，更有超過三成受訪者表示經常頭痛或身體出現痛楚；有超過一半照顧者 (56%)感到有點抑鬱，15%照顧者更感到非常抑鬱。

疫情持續、無法支撐

疫情持續個多月仍未有緩和趨勢，持續照顧的困局令照顧者不少實際問題和生活困難浮現。數據顯示有超過一半 (55%)受訪者及近四成照顧對象 (39%) 已經出現情緒失控，分別有超過四成(42%)和接近四成(37%)受訪者表示出現家庭衝突和經濟困難，亦分別有 14%和 7%受訪者表示自己 and 照顧對象有出現受傷的情況。假若疫情再持續兩個月的話，數據顯示上述問題將會惡化，大部份(64%)受訪者及近五成 (49%)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分別上升至 47%和 42%，而照顧者和照顧對象的受傷情況亦會加劇，當中更有受訪者於其他意見中表示「已面臨冇法生活下去」，反映疫情持續的話將會令照顧者面對的生活處境更為嚴峻。

無人分擔照顧責任的苦況

如上述數字所顯示，近四成(39%)需要獨力肩負照顧的責任。調查結果發現當照顧者其他人分擔照顧責任，其身心壓力的徵狀會比其他照顧者明顯嚴重。獨自肩負照顧責任的照顧者中，有接近八成表示有抑鬱，而有人分擔照顧責任的照

顧者當中則只有不足六成人(59%)表不有抑鬱。就睡眠情況而言，獨自肩負照顧責任的照顧者的睡眠質素亦明顯較差，當有有 83%受訪者表示睡得不好或很差，相比下，當照顧者有人分擔照顧責任的話，只有 59%受方者表示睡得不好或很差。

結論

無論停課，抑或訓練和照顧服務停頓，持續缺乏支援的情況對特殊需要人士帶來極大的負面影響，不但影響他們的生活規律，更使他們的能力出現倒退，負面情緒和行為問題加劇。面對物資不足、支援不足、經濟困難等問題，照顧者和照顧對象在疫情下難以外出，雙方都被迫困在家中。持續的疫情已經令照顧者及其家庭身心俱疲，帶來家庭衝突等實際生活影響。假若疫情未能緩和，不難想像將會有照顧者於身心和生活上面臨崩潰，故此社會各界有必要即時關注照顧者的種種困難和需要，於短期內提供適切支援。

建議

短期

- 由社署及教育局向特殊需要人士發放口罩及防疫物資，加強他們自我保護能力，減輕照顧者經濟和抗疫的壓力
- 透過學校和服務單位開設網上支援，持續關注照顧者和照顧對象需要
- 透過學校和服務單位加強視像溝通、訓練和支援
- 在社署提供足夠防護裝備下，加強家居照顧服務，減輕照顧者照顧壓力
- 加強暫顧服務，為個別有需要的特殊需要人士提供個人的暫顧服務，讓照顧者有需要時得到喘息空間

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，讓特殊需要人士接受治療及訓練服務，以加快重整生活規律和提升能力
- 在社署提供足夠防護裝備下，分階段恢復日間服務，讓有需要的照顧者安排照顧對象使用服務

長期

- 容許有特殊需要而受服飾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
- 全面加強家居及社區照顧服務
- 訂立全面照顧者政策

完

聯絡人：葉先生 (電話：9553-0809)