

虐待與忽視長者：給家庭照顧人士的資訊

Abuse and neglect of older adults: Information for family caregivers

八成照顧長者的工作由長者的家人承擔，照顧者通常是其配偶、伴侶或成年子女。

家人可以協助年邁的父母或配偶進行日常活動、理財（例如辦理銀行業務或繳付賬單）或個人護理（例如洗澡和穿衣）。家人承擔起這些職責可能是出於關愛或者個人或對家庭的責任感。每個家庭各有不同。有些家庭即使深愛其長輩，仍無法承擔這些責任。有些家庭關係非常正面積極、互愛互助；有些家庭則關係複雜，家人之間存在著緊張和衝突。

長者可能遭受哪些形式的虐待和忽視？

晚年遭受虐待和忽視可以影響一個人的健康、幸福感、人身安全以及財務安全。長者依賴和信任的人可以對他們造成多種傷害。虐待的形式有很多種，包括身體、情感、經濟、性、精神或系統性，也可能包括拒絕向長者提供藥物或生活必需品。

為甚麼會發生虐待與忽視？

大多數人並非故意想要虐待或忽視長者。他們可能無法適應家中角色的轉變，尤其是當長者現在需要依靠他們時。一些家庭成員可能不知道該如何提供長者所需的照顧和幫助。他們也可能不瞭解健康問題的本質，以及它們會怎樣影響老年人的能力和行為。

在某些虐待案例中，施虐者可能利用暴力或情感控制的手段持續虐待關係中的另一方。

晚年的伴侶，無論是負責照顧的還是被照顧的一方，都可能出現健康、記憶力或決策能力方面的問題。這些都會影響他們之間的關係和互動。

家庭照顧者往往在家中或工作中還有其他職責，例如照料自己的家庭。他們可能會發現提供照顧十分困難，尤其當長者的需要有所轉變。嘗試處理這些需要可能會導致家中出現矛盾和衝突。有時，家庭照顧者自身可能存在經濟、精神健康或成癮物質濫用等方面的問題，這使他們難以安全地照顧老人。

甚麼是針對長者的經濟虐待？

有些家庭成員在協助老人處理理財方面的事情時並沒意識到他們肩負的法律責任，尤其是當他們身為委託代理人時。他們可能會直接全盤接管老人的個人財

務，因為這樣做似乎更簡單。有些人覺得自己已經擁有了這些財產，或者假設自己早晚會得到它們，所以現在就有權直接使用。這些情況都會導致經濟虐待。如需瞭解詳情，請參考：[HealthLinkBC File #93d 經濟虐待長者](#)。

可能導致照顧者虐待長者的精神壓力跡象

大多數照料他人的人士有時均會感受到壓力。幸而，壓力的跡象是可以被發現的。為了舒緩壓力並減少發生虐待和忽視他人的可能性，請密切留意自己的身心健康。

以下是一些壓力的跡象：

- 感受出現變化，例如變得焦慮或沮喪，或對照顧的對象感到憤怒和怨恨
- 總是覺得精疲力竭
- 需要藥物來幫助入睡或應對事務
- 生活方式改變，包括食量或者茶、咖啡或酒精的飲用量的變化
- 因出現的健康問題比過去更常求醫

每個人都有自己的局限，且每個人的局限都不相同。一個人的需求和能力會隨著時間而改變。請積極求助並接受幫助。

如何防範虐待與忽視？

家庭成員可以採取多種方式預防虐待和忽視發生在晚年的自己或別人身上。

良好的溝通

家人之間以及伴侶雙方的良好溝通和支持非常重要。討論當下的情況並為未來的需求制定計劃。家長或家庭成員自己可以做哪些事？他們在哪些方面需要幫助？這可以協助家人作好現實的心理準備。

家庭成員間的定期接觸十分有幫助且具支持作用。這有助所有家人都瞭解到家長、配偶或伴侶健康狀況的變化。有些健康問題是可以避免的，或者可以延緩其惡化的速度。

隨著年歲的增長，伴侶可以經常在家裡和支持服務方面作一些小變動。

通力合作

良好的照料意味著擁有充足的時間、合適的想法和資源來承擔這份責任。如果條件允許，可以試著與他人分擔這份責任。家庭成員往往有不同的技能，可以通過多種方式提供幫助。不妨花點時間瞭解一下社區可以提供哪些有用的資源，並考慮建立一個「照顧支援圈子」。

增進關係

儘管當長者的健康狀況或能力發生了變化，但是家人與他們之間的關係，在許多方面還是繼續有益於彼此的。有些家庭會通過時常保持聯繫、延續舊慣例並創造新的慣例來增進彼此關係。關注並培養對家庭來說重要的活動，並讓他們按其能力參與其中。

照顧自己

照顧好自己，確保為自己預留一定時間，對您照料家人或其他人十分重要。哪怕是照顧期間的短暫休息，包括短途散步或做自己喜歡的事情，都可以使您的身心恢復活力。每日留出一些時間做這些事。試試讓別人分擔您通常承擔的某些責任。充分利用當地的照顧者支持組織，可以幫助您發現新的資源或學到有用的技巧。

如果我目睹長者受到虐待，該怎麼辦

如果您看到對長者造成犯罪或傷害的情況，請立即報警或致電 **9-1-1**。向警察說明您想要舉報疑似虐待、忽視長者或自我疏忽的情況。

請致電長者虐待與諮詢熱線（Seniors Abuse and Information Line，簡稱 SAIL），低陸平原地區：604-437-1940，其他地區可致電免費電話：1-866-437-1940。

更多資訊

如需瞭解更多有關虐待與忽視長者的資訊或求助，請致電或使用以下服務：

- 由卑詩省長者維權和支援中心（Seniors First BC）主辦的長者虐待與諮詢熱線（SAIL），低陸平原地區：604-437-1940，或免費電話：1-866-437-1940，或前往網站：<https://seniorsfirstbc.ca/>
- 卑詩省政府 — [保護長者免受虐待或忽視](#)
- 卑詩省家庭照護組織（Family Caregivers of British Columbia）也可以為照護人士提供支援。致電免費電話：1-877-520-3267，或前往網站：www.familycaregiversbc.ca/，瞭解怎樣處理照顧過程中產生的疲勞與壓力
- 公共監護人和受託人（Public Guardian and Trustee）電話：604-660-4444，或前往網站：www.trustee.bc.ca
- 卑詩省法律援助署，電話：604-408-2172，或免費電話：1-866-577-2525，或前往網頁：<https://legalaid.bc.ca>
- 卑詩省受害者援助熱線（Victim Link）電話：1-800-563-0808（卑詩省內免費），或前往網站：[VictimLinkBC](#)，來瞭解更多有關家庭和性暴力或犯罪受害者的資訊

如需瞭解有關虐待和長者的更多資訊，請參考以下 HealthLinkBC Files：

- [HealthLinkBC File #93a 預防虐待與忽視長者](#)
- [HealthLinkBC File #93c 虐待與忽視長者：瞭解不同的經歷](#)
- [HealthLinkBC File #93d 經濟虐待長者](#)

seniors first BC

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請前往 www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files，或造訪您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內索取非緊急健康資訊和建議，請前往網站：www.HealthLinkBC.ca，或致電 **8-1-1**（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 **7-1-1**。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。