



## 虐待與忽視長者：給家庭照護者的資訊

### 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，照護者通常是其配偶、伴侶或成年子女。

家人可以幫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款付費）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。每個家庭都有所不同。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、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、精神或社交，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。他們也可能不了解健康問題的本質，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。

家庭照護者往往在家中或工作中還有其它職責，例如照料自己的家庭。他們可能會發現提供照顧非常困難，尤其當長者的需要有所轉變。嘗試處理這些問題可能會導致家中出現矛盾或衝突。

有時，家庭照護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有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。如需了解詳情，請參閱：[HealthLink BC File #93d 經濟虐待長者](#)。

#### 可能導致照護者虐待長者的精神壓力跡象

大多數照料他人的個人有時會感受到壓力。幸運的是，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，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，包括食量或者茶水、咖啡或酒精的飲用量的變化
- 比過去更常求醫或產生健康問題

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

## 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。父母或家庭成員自己可以做哪些事？他們在哪些方面需要幫助？這可以協助家人做好現實的心理準備。

家庭成員間的定期接觸十分有幫助且具支持作用。這可以讓每個人都了解到父母、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。

### 協力合作

良好的照料意味著擁有充足的時間、合適的性格和能力來承擔這份責任。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。不妨花點時間了解一下社區可以提供哪些有用的資源，並考慮建立一個「照護支援圈子」。

### 增進關係

儘管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、分享傳統並創造新的連結來增進彼此的關係。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，確保為自己留有一定的時間，這樣做對您照料家人或其他人十分重要。哪怕是短暫的休息，包括短途散步或做自己喜歡的事都可以使您的身心恢復活力。每日留出一些時間做這些事。讓別人分擔您通常承擔的某些責任。充分利用當地的照護者支持組織，可以幫助您發現新的資源或學到有用的技巧。

## 如果我發現犯罪行為或傷害行為時該怎麼辦？

致電長者虐待與諮詢熱線 (SAIL) 604 437-1940 (低陸平原地區) 或免費電話 1 866 437-1940。

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。

## 更多資訊

如需了解更多有關虐待與忽視長者的資訊或求助，請致電或取得以下服務：

- 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，或瀏覽網站：<https://seniorsfirstbc.ca/>
- 卑詩省政府 — 防止虐待或忽視長者 (Government of B.C. – Protection from Elder Abuse or Neglect) · 瀏覽網站：  
[www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/health-safety/protection-from-elder-abuse-and-neglect](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/health-safety/protection-from-elder-abuse-and-neglect)
- 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。請致電免費電話：1-877-520-3267 或瀏覽  
[www.familycaregiversbc.ca/](http://www.familycaregiversbc.ca/)，來了解怎樣處置照護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 · 或瀏覽網站：  
[www.trustee.bc.ca/Pages/default.aspx](http://www.trustee.bc.ca/Pages/default.aspx)
- 卑詩法律援助會 (Legal Aid BC) 電話：604 408-2172 或免費電話 1 866 577-2525 · 或瀏覽網頁：  
<https://legalaid.bc.ca/>
- 受害者連線 (Victim Link) 1 800 563-0808 (卑詩省內免費) · 如需了解更多有關家庭和性暴力或犯罪受害者的資訊，請瀏覽網站：  
[www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/victims-of-crime/victimlinkbc](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/victims-of-crime/victimlinkbc)

若要瞭解有關虐待和忽視長者方面的更多資訊，可參閱以下 HealthLinkBC 文檔：

- [HealthLink BC File #93a 預防虐待與忽視長者](#)
- [HealthLink BC File #93c 虐待與忽視長者：瞭解性別差異](#)
- [HealthLink BC 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，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 網頁，或造訪您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請瀏覽 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)，或致電 **8-1-1** (免費電話)。失聰和聽障人士，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。