

关爱之声

圣公会社区服务简讯

为客工提供全面医疗保健



圣安德烈客工医疗中心正式开幕。

从左至右：圣安德烈教会医院与新加坡圣公会社区服务主席、圣公会新加坡教区主教章剑文主教，人力部长兼贸工部第二部长陈诗龙医生，西海岸集选区议员王心妍女士以及圣安德烈教会医院副主席吴嘉德先生。

冠病的大流行病让圣安德烈教会医院获得更多机会为我国客工提供医疗服务。

圣安德烈教会医院一向都有照顾和治疗客工。从2012年至冠病疫情开始蔓延之前，圣安德烈社区医院（也就是圣安德烈教会医院的服务机构之一）的医疗团队与圣安德烈座堂医疗团契等义工们齐心协力，定期为客工宿舍里的居民免费看诊。

为了提供更好的医疗保健，圣安德烈教会医院与邱德拔家族、黄廷方家族，以及新加坡工商联合总会基金会合作，成立了一个客工医疗中心，具有了为未来传染病疫情而

备的设施，也同时为客工提供全面的基本医疗服务。人力部为客工预备的综合初级医疗保健计划将在六个医疗中心推出，而当中首个完全建立的乃是圣安德烈客工医疗中心。

从2021年8月21日至2022年2月28日，圣安德烈客工医疗中心为客工提供了医疗和牙科服务，分别如下：

为 4,188 名客工
提供了医疗服务

为 124 名客工
提供了牙科服务



圣安德烈客工医疗中心于2022年2月19日主持开幕典礼，当日很荣幸地邀请到人力部长兼贸工部第二部长陈诗龙医生为嘉宾。陈部长在致辞中说：

“圣安德烈客工医疗中心的成立，体现了人民、公共、私人和慈善紧密的合作网络。这是我们为客工建立更坚韧的医疗保健系统的重要一步。令人振奋的是，靠着全体社会的努力，将‘硬件’和‘心件’齐放，确保客工获得廉价的医疗保健服务。”



圣安德烈中学铜管乐队演奏马特康纳威 (Matt Conaway) 的乐曲《无名英雄》(Fanfare for the Unsung Hero)。他们生动地演奏，用音乐这共同语言为我国发展做出贡献的客工致敬，此举意义深重。

无名英雄



圣安德烈教会医院与新加坡圣公会社区服务集团总裁郑思聪医生分享道：

“圣安德烈教会医院于1913年开始为有需要的人提供护理服务，在明古连街开设了第一间诊所。多年来，我们一直致力于为受苦受难者提供护理，以确保他们的福祉。圣安德烈客工医疗中心将继续这护理服务，为客工提供初级医疗，牙科，物理治疗，心理辅导，疫苗接种，X光和实验室服务。重要的是，医疗中心能应付各种空中传染病疫情，为感冒患者准备的分隔区内具有正压和负压的房室，经过HEPA过滤器的气流也不会循环回室。”

圣安德烈中学铜管乐队充满激情的演奏，也给人力部长兼贸工部第二部长陈诗龙医生留下深刻的印象。



从左至右：圣安德烈教会医院与新加坡圣公会社区服务集团总裁郑思聪医生，吴嘉德先生，陈诗龙部长，章剑文主教，新加坡圣公会社区服务副主席蔡长春先生摄于开幕礼上。



从左到右：吴嘉德先生，章剑文主教，新加坡工商联合总会基金会副主席洪月霞女士，MigrantWell Singapore 董事会成员林丽燕医生，卫生部医药服务总监麦锡威副教授，圣安德烈社区医院行政总裁罗溢欣医生，MigrantWell Singapore主席何鸣杰先生，郑思聪医生，蔡长春先生摄于开幕礼上。

圣安德烈社区医院客工医疗服务主任彭宁一医生带领陈诗龙部长参观医疗中心的设施。



看诊室



牙科室



物理治疗室



紫罗兰计划

满足器官衰竭和失智症患者 日益增加的临终需求

文：圣安德烈社区医院高级住院医师廖凯伦、住院医师Shaun Nathan



2021年农历新年除夕，紫罗兰 (Violet Programme) 团队的一名组员接到圣安德烈疗养院 (亨德申) 的一通电话告知“患有痛风和肾功能衰竭的住户**陈先生***的血压下降。他的干儿子坚持要我们把他送回医院，但陈先生不愿意。”

为此，团队为陈先生和他的干儿子安排了一次视频通话。我们承诺会将医院的医疗服务带给陈先生，让他能在疗养院也能感到舒适后，他的干儿子终于同意了。团队为陈先生进行皮下滴注，并在他同意的情况下调整用药。隔天，陈先生的干儿子前来探望他时，他正在床上阅读报纸。在忙碌的除夕夜之后，他的干儿子再也没有进一步要求将陈先生转到医院。

一周后，陈先生的病情再次恶化。由于有药物控制他的症状，他举止显得很平静。

疗养院结案报告指出：“陈先生得到医生和慈怀疗护护士的照顾。牧师下午1点左右与陈先生见面，向他保证，他将要去美丽宁静的天堂，与上帝同在一起，再也没有恐惧和痛苦。陈先生感到放心并微笑着，在一天之内过世了。”



紫罗兰计划团队 (图片：新加坡保健服务集团提供)

另一位紫罗兰计划病患**沈女士***，她的右脚发黑冰冷。当护士为她打开伤口敷药时，她展现疼痛的表情。

由于她多次试图拔除鼻胃管而受到约束，她的激动和喊叫声给家人带来极大的痛苦和争执。就在家访之前，她又把管子拔除。到来的护士温柔地哄她服用“浓稠水”，她似乎很喜欢。她的止痛药也进行了调整。

沈女士非常独立，年轻时极为注重她的仪表容颜，多次的中风使她失去往日的模样。由于了解母亲，她的孩子们都很清楚，为应对腿部血液

循环恶化而截肢并不符合她的意愿。他们对使用喂食管很犹豫因为那似乎她的生命线。

她的四个孩子在第二天进行了一次家庭会议。

沈女士在两天正常饮食中不再那么激动，这使孩子们和临床小组在确定护理目标以及如何处理预期恶化的方案取得共识。

大约一周后，她平静安详的离世了，家人也感到安心。

*不是真实姓名



圣安德烈社区医院高级实践护士张佩佩与圣安德烈疗养院住户。

紫罗兰计划于2016年成立,旨在满足家中器官衰竭和失智症患者不断增加的临终需求,并于2019年扩展延伸到疗养院的住户,紫罗兰计划于2020年冠病大流行期间,在与樟宜综合医院,圣安德烈疗养院和圣安德烈社区医院的合作下,开始腾飞。

这项服务采用“专家对全科”的方法,针对非癌症患者和疗养院的住户,因为他们的预后往往不确定。这计划旨在确保在需求波动的情况下护理的连续性,并由专业慈怀疗护或全科团队酌情做出回应。

病患可由居家护理计划,疗养院或樟宜综合医院转介至紫罗兰计划。

根据此计划,居家护理,居家医疗团队或疗养院护理团队将为患者提供一般慈怀疗护,而紫罗兰计划团队则在病患症状变得复杂时介入。在这种新的护理模式下,病情稳定的患者将继续接受居家护理和疗养院护理团队的照顾;一旦病情恶化,则将其转回给慈怀疗护团队。



从左到右:圣安德烈社区医院高级实践护士Kahvidah Mayganathan;高级住院医生廖凯伦为居家紫罗兰计划病患Sumiah女士居家护理。

此外,24小时快速响应系统满足了患者更复杂的需求,也给予全科团队提供一个层次的支持。至关重要的是,居家医疗,居家护理和疗养院团队(“全科团队”)慈怀疗护治疗能力,确定慈怀疗护的需求。管理常见症状,促进护理目标的讨论,在患者在最后的几小时内,引导家人和护理人员至关重要。紫罗兰计划团队与其他团队合作无间是关键。



从左到右:圣安德烈社区医院高级实践护士Kahvidah Mayganathan;高级住院医生廖凯伦与居家紫罗兰计划病患Sumiah女士的家人。

紫罗兰计划病患的女婿Khairudin先生表示:

“紫罗兰计划,圣安德烈社区医院的居家慈怀护理计划,使我和我的妻子对岳母的医疗状况和生活有更好的认识和理解。我们获得医生和护士的引导,密切观察她的病情。这使我们能够及早察觉并识别她的症状,以便我们可以为她寻求治疗。在紫罗兰计划的支持下,我的岳母能够在我们舒适的家庭环境中接受治疗。我们很高兴能参与这个计划,因为我们在照顾年长者方面获得了更多的知识,也在照顾岳母的同时节省时间和费用。”

从2020年底成立至2021年12月期间,团队已支持了181名居家非癌症患者,帮助他们在自己选择的地方离世。团队也为149位疗养院住户提供支持,其中91%的病患在疗养院中去世。

通过提高慈怀疗护的认识,紫罗兰计划有助于减少住院人数,由不同的护理团队进行适宜的复杂性管理,将慈怀护疗扩大至更多人,缓解正在经历情感挑战期的患者家属的情绪。

更重要的是,该计划也帮助居家护理和疗养院团队,让他们在与病患同行的旅途上找着终结。



圣安德烈疗养院紫罗兰计划团队。

从左到右:圣安德烈社区医院助理临床护士莫凤瑜;高级实践护士张佩佩和住院医生Shaun Nathan摄于圣安德烈疗养院(女皇镇)。

全心全意 照顾乐龄人士 的需要

圣安德烈乐龄服务(勿洛北)和圣安德烈乐龄服务(勿洛南)以及旗下的活跃乐龄中心将在2023年的第一季度开始营业,为年长者及失智症患者提供日间护理,社区康复以及居家护理服务。活跃乐龄中心也为年长者提供活跃乐龄活动。这两项计划是圣安德烈乐龄服务逐步扩大提供多元化护理范围的计划之一。

圣安德烈乐龄服务(勿洛北)的活跃乐龄中心位于勿洛北通道(Bedok North Drive)的勿洛灯塔组屋区(Bedok Beacon)。该中心位于大牌222C的第1层楼及大牌223的第4层楼,每天将为多达60位乐龄人士提供服务。

圣安德烈乐龄服务(勿洛南)的活跃乐龄中心位于勿洛南路(Bedok South Road)大牌152A第2层楼的勿洛南地平线(Bedok South Horizon Estate)组屋区内,每天将为多达100位乐龄人士提供服务。



图片由建屋发展局提供



图片由建屋发展局提供

追求卓越 - CARF 认证

新加坡圣公会社区服务致力于改善精神康复者的状况,不断拓展知识和提升服务,以满足社区的需求。



2009年,新加坡圣公会社区服务首次尝试通过康复设施认证委员会(CARF)严格的整体组织评估。CARF®是以全球认可的基准和经认证的服务机构紧密合作,以提高其服务质量,使之达致国际认可的组织和计划标准。新加坡圣公会社区服务创造了历史,成为亚洲首家获得康复设施认证委员会(CARF)颁发认证的精神康复组织。此后,新加坡圣公会社区服务先后于2012年、2015年和

2018年获得了3年认证,这显示新加坡圣公会社区服务精神康复服务团队的委身与奉献身精神,确保所有计划都以精神康复者为重。

冠病的大流行,为新加坡圣公会社区服务提供迈向数码化的良机。随着科技方面的提升,无法亲临新加坡的CARF调查员为对2021年的重新认证过程,进行一次虚拟重新认证调查,其中包括采访并与新加坡圣公会社区服务的董事会成员、转介机构、员工和精神康复者在内的30多人对话。

2022年2月3日,新加坡圣公会社区服务精神康复服务收到官方调查认可信和报告,证明新加坡圣公会社区服务精神康复服务在病例管理/服务协调、社区整合、日间护理、住宿服务和适用的治理标准等领域,再次获得CARF认证。

在应对冠病大流行时,新加坡圣公会社区服务精神康复服务为精神康复者提供的护理方式深受赞赏。为保护精神康复者和员工免受潜在的病毒感染,部署了机器人为精神康复者检查,采用虚拟进行咨询会议并和精神康复者的家人接触。**CARF调查员肯定了团队在提供良好护理方面所做的努力,**

“尽管冠病大流行带来许多障碍,但新加坡圣公会社区服务还是在冠病大流行中寻找突破,采用数码科技继续提供服务。这凸显了在冠病大流行期间提升服务的真正意义,对于处在受损,悲伤,孤独和绝望普遍存在的领域来说,更值得深思。”

爱的 涟漪效应

17岁的心林,是圣公会家庭中心的前住户。2021年12月,她加入圣公会家庭中心成为义工,协助住户制作手工艺品出售,这是圣公会家庭中心“硕果累累的圣诞”筹款活动项目之一。

她的到来,给圣公会家庭中心的住户带来许多欢乐。她还帮助中心进行圣诞装饰。心林的爱心和耐心,可从她与住户之间的互动看得出来。我们感谢上帝带领心林回到圣公会家庭中心当义工!



心林协助住户们制作圣诞贺卡出售,这是圣公会家庭中心“硕果累累的圣诞”筹款活动项目之一。

曾是住户者的心林,今天成为义工回馈社会



从2015年至2017年,我和家人,包括母亲,和姐姐与出生一个月大的弟弟到圣公会家庭中心寻求庇护。我的父母因为欠下巨额债务,影响了他们为我们提供安全和稳定家园的能力。中心成为我们的安全家园。

作为在圣公会家庭中心住宿的孩子,我总是很高兴有青少年义工与我聊天玩耍和教导我做功课。

我希望我也能成为义工,为圣公会家庭中心的孩子们带来爱与欢乐。

我觉得在圣公会家庭中心最难忘、有趣和欢愉的时光是圣诞庆祝活动。我们有幸获得许多食品,义工们会教导我们制作手工艺品及主办团队建立活动。

面对生活种种的挑战外,前往滨海湾花园、雪城和农场等郊游活动使我们在圣公会家庭中心住宿愉快。这些令人难忘的郊游让我们摆脱了烦恼。郊游活动也为收容所的母亲们提供了“休假”时段,让她们从忙碌照顾孩子中,心情可以松懈。

在我寄宿期间,我了解到无论我们面对什么样的生活挑战,都可以用积极的心态正面回应。我意识到我所遭遇过的挑战使我变得更独立。这也助于减轻母亲的负担。

我想鼓励圣公会家庭中心的孩子们保持坚强,自信,努力学习。像我一样,他们可以决定想要有的未来!对我来说,我期待着完成学业并获得学位!

“崭新的我”：

职业康复计划之旅



“崭新的我”职业康复计划由圣安德烈疗养院(万国)的护士、心理学家和辅导员以及圣安德烈社区医院的职业治疗师及其团队组成的“追梦者”团队领导,通过提供工作机会和治疗,帮助住户重新融入社区中。

具有在疗养院或社区就业潜能的住户有机会借着四个层次的职业培训计划(第一层 - 培训团队,第二层 - 工作团队,第三层 - 支持性就业,第四层 - 外间就业)发展他们的技能,旨在根据个人的社会心理水平分配工作。

在2014年3月和2014年5月,当何先生和叶先生首次分别入住圣安德烈疗养院(万国)时,他们两人显得很孤僻,缺乏动力并突显深具挑战性的行为。

随着2020年圣安德烈疗养院(万国)推动“崭新的我”职业康复计划后,他们的情况有所改善。

“崭新的我”职业康复计划为鼓励参与者工作,也给予奖励。在一个月内至少完成7.5小时工作的住户将获得现金津贴,随着住户工作时间的延长,现金津贴便会累积增加。只能短时间工作的住户将获得可兑换零食的优惠券。

叶先生



叶先生,圣安德烈疗养院(万国)的住户,在“崭新的我”职业康复计划艺术治疗课程中画作他的童年记忆。

叶先生患有偏执妄想症,入住圣安德烈疗养院(万国)时具有攻击性行为。作为康复之旅的一部分,叶先生参加了“崭新的我”职业康复计划。他每周接受艺术治疗。这是一种心理治疗形式,旨在通过视觉艺术创作改善一个人的身体、情感和社会福祉,为期一年。

随着叶先生在艺术疗程中学会了更好地理解 and 表达自己的情绪,攻击性行为因而减少。这给了他更大的工作动力。目前,他每个月工作超过100小时,负责病房的杂务,如拖地和折叠衣服。

圣安德烈疗养院(万国)执行董事**黄韻沁女士**分享道：

“我们从住户巨大的转变看到了神如何通过这个项目而显示出小奇迹,感到欣慰。同时,令我们感到鼓舞的是,我们的“追梦者”计划荣获了2022年新加坡保健服务集团服务质量改进团队优异奖(特别提名)。”



何先生



何先生，圣安德烈疗养院（万国）的住户，接受“崭新的我”职业康复计划之一的感官艺术治疗。

何先生被诊断出患有精神分裂症，经常自言自语。入住圣安德烈疗养院（万国）时性格孤僻并拒绝参加任何活动。

2018年他开始参加团体心理治疗，学习社交技能，参加职业治疗课程，当临时包装员。

2020年，何先生加入“崭新的我”职业康复计划后，担任接送住户往返物理治疗的职务。他在工作中取得信心，变得更加积极，并主动协助病房杂务，如折叠被单和分发膳食。他目前每个月工作长达80个小时，尽管身体状况不佳，他还是在工作中得到满足感。



我的人生目标

圣公会关怀中心（后港）成员陈先生，在辅导员和培训课程的支持下，使他在康复过程中掌握了独立的生活技能。他离开圣公会关怀中心（后港）后，目前过着有目标的生活。

“

我的康复之旅虽充满挑战，但收获良多。12年前，当我第一次在圣公会关怀中心（后港）寻求辅助住宿服务时，我很焦虑，在适应新的生活环境时深感压力。然而，我相信这是我在融入社区时需要学习和处理的事情。更何况在日常的生活和工作中，我需要独立和适应不同的境况。

在圣公会关怀中心（后港）团队的辅导和康复支持下，我开始更好地了解自己和自己的个性以及推动我努力奋斗的动力。

我渴望找到工作，有能力赡养我的父母。这个念头成为我努力的动力，也促使我勤奋工作。我非常感谢圣

公会关怀中心（后港）的团队为我提供辅导和就业培训课程。我还要感谢圣公会关怀中心（后港）的就业专家，他们还帮我获得及维持我的工作。

我在职场中找到了目标以及稳定的收入，使我的生活能继续前进。我学会自我鉴赏和感激家人，并购买食物与家人共享，这都是我以前无法做到的。

我想鼓励那些仍在康复之旅中的其他成员，积极主动地参加培训，康复后也能过着有目标的生活！

— 陈先生

圣公会关怀中心（后港）前成员



”

陈先生离开圣公会关怀中心（后港）后，继续接受圣公会关怀中心（武吉巴督）社区支援服务康复辅导员蔡佳纯女士的扶持。

健康思维，快乐生活

I & Mental Health

心理健康从我开始！

你今天感觉如何？这里有**5个简要提示**，帮助你密切关注你的心理健康！

01



我们是独一无二的，就象我们的指纹一样，每个人都有独特的身份。

在我们度过每一天，担负不同的角色或过渡到人生不同阶段时，我们根据自己的经验和知识来跨过每个阶段。

你是否在寻找新的、合宜的应对策略？请切记，在这心理健康之旅中，你并不孤单。

抵御心理健康状况的第一道防线是我们自己。

学习如何察觉症状，提早预防不使它恶化。你可以与支持你的人或心理健康专家沟通。

照顾我们的心理健康有如健身运动，是持续性的过程。长期操练自我保健，可达到长远的效果。

02



要找到并使用积极正面的应对策略，需要时间与耐心。

用积极的心态取代消极的想法。当我们重新构建我们的思维时，即使面对艰难的境况，我们学会以新的视角，积极看待“低谷”，勇往直前。

03



04

我必须克服
负面情绪，
这对我
的心理健康
有益。



负面情绪导致我们负面反思自己的生活处境。但是，如果负面情绪长期失控，会对我们的生活产生不利的影响。

接受你的负面情绪，识别它传递给你的信息并作出有益于健康的回应。专注于应对艰难处境可控制的事情，解除痛苦。

社区不仅仅是一个实体或一群人，而是一种感觉。

它是感觉与他人有联系，感觉自己被接受，和感觉得到支持。与社区建立联系有助于我们感受到被爱。

来自社区的支持，可建立康复的信心与希望。

05

我要成为
社区的
活跃成员，

在心理
健康上
相互支持。



**Healthy Minds
Happy Lives**
健康思维，快乐生活



sacs
Singapore Anglican
Community Services
新加坡圣公会社区服务

新加坡圣公会社区服务精神康复服务通过有趣且信息丰富的帖子“健康思维，快乐生活”心理健康运动系列，解开迷思，让你了解更多有关心理健康的信息。

欲知更多我们的服务信息，
请浏览 www.bit.ly/sacs-hmhl



爱是永不止息

爱是恒久忍耐，又有恩慈...爱是凡事包容，
凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。

哥林多前书 13:4-8



圣安德烈教会医院和新加坡圣公会社区服务以神永不止息的爱为基础，通过五大服务支柱：
医疗服务、乐龄服务、精神康复服务、自闭症服务以及家庭和儿童服务，提供支持、护理和治疗。



请支持我们

您的捐献将深化我们的护理质量，扩大我们向更多的
弱势群体伸出援手，赋予他们动力。

所有捐赠可享有 **2.5** 倍的税务回扣。



圣安德烈教会医院与 新加坡圣公会社区服务总部

☎ +65 6586 1064
✉ samh@samh.org.sg / admin@sacs.org.sg
📍 10 Simei Street 3, Singapore 529897
🌐 samh.org.sg / sacs.org.sg
📺 likeSACH / supportSACS
📍 [standrewscommunityhospital](http://standrewscommunityhospital.com) / supportSACS

医疗服务

圣安德烈社区医院 | 圣安德烈教会医院诊所 | 圣安德烈客工医疗中心

乐龄服务

圣安德烈疗养院 (万国, 亨德申, 女皇镇, 达曼裕廊) | 圣约翰玛格烈疗养院 | 圣安德烈乐龄服务 (杜弗, 亨德申, 喜乐中心, 女皇镇, 淡滨尼中) | 圣公会乐龄中心 (合乐, 山景, 裕廊西, 淡滨尼, 兀兰, 义顺) | 圣公会社区乐龄支援业者 (裕廊东) | 平安乐龄服务群区

精神康复服务

圣公会关怀中心 (武吉巴督, 花拉公园, 后港, 巴西立, 四美, 义顺) | 综合就业服务

自闭症服务

圣安德烈自闭症中心 | 圣安德烈成人之家 (盛港) | 圣安德烈博育学校

家庭和儿童服务

圣公会家庭中心 | CITY 社区服务

关爱之声是圣安德烈教会医院与新加坡圣公会社区服务所出版的内容刊物。已获得通讯中各方的同意。在未获得圣安德烈教会医院与新加坡圣公会社区服务公关部批准之前，任何人士均不能以任何方式复制其内容。