

3成獨居老人營養不良

社企促設長者飯堂

【本報訊】長者營養不良問題令人關注。香港中文大學醫學院與鄰舍輔導會合作研究發現，三成受訪獨居長者有營養不良問題，當中長者胃口不佳、視力受損及不定時進餐三大因素，會分別增加四點五倍、二點七倍及兩倍營養不良的風險，故建議設立獨立長者飯堂或提供送餐服務，讓長者可以有均衡飲食。

倡組社區義工為鄰舍送餐

相關研究成功與六百一十三位長者面談及身體檢查，評估長者身體狀況、精神心理，飲食習慣及自我評估等，再計出總評分。中大醫學院那打素護理學院副教授蘇軾慧表示，結果發現兩成八受訪者面臨營養不良的風險，一成更出現營養不良狀況。

有患柏金遜病的獨居長者表示，過往一人煮食買餸有困難，其後申請到社企飯堂用餐後體重增加了十磅，除了因為膳食較好外，與其他人一起吃飯心境亦較開朗。

鄰舍輔導會總幹事馮綉文表示，希望推動更多社區支援獨居或二人長者，例如食物生產商研究長

者餐單、餐館推出樂齡長者餐，或由政府提供資源設立獨立長者飯堂，或由坊間提供「急凍」營養餐，讓有經濟能力的長者購買再加熱食用，並鼓勵睦鄰支援，在社區內組織義工，提供誘因，例如小額補貼或互助服務，鼓勵鄰舍間預備額外餸菜提供予鄰舍中有需要的長者。

另外，針對新冠肺炎疫情，鄰舍輔導會將在短期內於轄下長者服務單位分階段推行試驗計劃，每星期三次為區內有困難的長者購買有營養的糧食，為一百位長者提供服務，一個月後再檢討。



■有研究發現近三成獨居長者有營養不良問題，建議設立長者飯堂。