



# 媒體報導 NEWS CLIPS

傳媒 MEDIA： 星島日報

標題 TITTLE： 調查八成退休照顧者以老護老 視困難為理所當然家庭責任不願求助

日期 DATE： 2025 年 07 月 23 日 (星期三)

## 調查：八成退休照顧者「以老護老」 視困難為理所當然家庭責任不願求助

社會 更新時間：17:23 2025-07-22 HKT



照顧者悲歌近年時有發生，引發社會對支援家庭照顧者的關注。有組織今日（22日）發布「照顧者壓力調查」結果，顯示香港兩大核心照顧者群體「在職照顧者」與「退休照顧者」，正分別陷入不同困境。在職照顧者因工作及照顧雙重夾擊，精神壓力達到中高水平；退休照顧者則普遍陷入「以老護老」及「以老護殘」的困境。組織倡議，政府、商界及社區服務機構正視不同照顧者群體的獨特需要，提供更具彈性及針對性的支援政策。

### 女性主導照顧責任 佔比八成

浸信會愛羣社會服務處調查訪問了291名在職照顧者及264名退休照顧者，發現照顧責任高度集中於女性身上，佔比高達八成。在職照顧者普遍陷入工作與家庭的「夾心」困境，其核心壓力源於工作及照顧的雙重角色及責任衝突。有近兩成在職照顧者在從事全職工作的同時，還需承擔每周21至40小時的照顧任務，更有一成全職工作者的照顧時數高達41至60小時。調查顯示，在職照顧者承受的精神壓力達中高水平，壓力總分平均值為19.50分（滿分32分）。



最Hit





# 媒體報導 NEWS CLIPS

傳媒 MEDIA : 星島日報  
標題 TITTLE : 調查八成退休照顧者以老護老 視困難為理所當然家庭責任不願求助  
日期 DATE : 2025 年 07 月 23 日 (星期三)



## 退休照顧者幾乎全天候待命

調查顯示，高達8成退休照顧者的照顧對象為長者，超過5成的照顧對象為殘疾人士。另外，逾2成照顧長者的退休照顧者每周投入超過81小時的照顧工作，照顧殘疾人士每周投入超過81小時照顧工作的比例更達31%，反映他們幾乎處於全天候待命狀態。他們傾向把困難視為「理所當然」的家庭責任，寧願「獨力承擔」，也不願向外求援。數據指出，陪診、暫託服務等「實質支持」是減輕他們沉重負擔最直接、最有效的方案。

退休照顧者阿英的丈夫患有地中海貧血及認知障礙症，並於3年前跌倒後，需獨自承擔起照顧丈夫的責任。起初她低估了照顧的挑戰，認為努力便能應付。然而，隨丈夫病情惡化及情緒暴躁，阿英的身心壓力日益加劇。在輔導員和社工的幫助下，她成功申請日間服務，壓力得以舒緩。阿英表示，適時求助並非失敗，反而是照顧自己和丈夫更好的方式，能夠重拾面對挑戰的力量。

## 學者促加快建「照顧者資料庫」

聖方濟各大學湯羅鳳賢社會科學院研究教授暨照顧者研究及發展中心總監莊明蓮建議，政府應提升社會大眾對照顧者的關注、認識和肯定，包括政府主導的公眾教育活動，鼓勵社會多點關心、問候、了解照顧者感受，並在必要時主動協助照顧者尋求專業支援。她亦建議政府加快建立跨政策局、跨專業、跨機構的「照顧者資料庫」，以便及早識別高危照顧者家庭並提供介入。她又提出積極推廣家居暫託服務等建議。