

憂！照顧三化時代來臨！

2012 家庭照顧者十大新聞票選結果記者會

新聞稿

週三（14日）新聞再度紕漏孝子弑母的遺憾悲劇，家總沉痛的表示：「社會應注意家庭照顧者的三化現象」，別讓悲劇成為常態，並對政府提出慎重呼籲：應增加服務預算及宣導，讓家庭照顧者周休喘息一日！主動造冊關懷！

長照壓力大 悲苦痛

據中華民國家庭照顧者關懷總會（簡稱家總）研究推估：全國家庭照顧者已達 90 萬，相較去年的 72 萬，已大幅提升，且成長速度超過我們所想像！由於傳統觀念使得大多數的人認為照顧是家庭的義務與責任，而選擇默默在家照顧家人，但今少子化、高齡化趨勢下，家庭已無力獨自承擔照顧責任，在缺乏公共化服務進入協助的情況下，使得家庭照顧者無法獲得片刻的放鬆與休息，甚至無法獲得正面的肯定與支持，造成壓力過大而導致憾事發生。據家總研究顯示，有八成的照顧者曾有自殺的念頭！

家庭照顧者在家默默付出自己的心力、勞力、時間與費用，據家總研究：家庭照顧者每天平均照顧 14 小時，為了照顧生病或失能的家人，放棄工作或正常的生活，須隨時注意被照顧者的需要，吃藥、翻身、拍背……，還需籌措龐大的醫藥、照顧耗材等費用，忍受生病的家人情緒起伏無常，這樣的生活平均持續 10 年，一位每月平均花費約 2-3 萬，（含醫療與生活花費），相當於一個人一個月的薪水。

長期的照顧工作讓家庭照顧者陷入身心負荷、經濟不安全、家庭及社會關係疏離或衝突等困境，因為從事家務無酬的照顧工作，影響社會安全給付的權利，致使老年生活缺乏保障。英國研究顯示，百分之七十四的家庭照顧者覺得他們已經被照顧工作壓的喘不過氣來，感受到的壓力與抑鬱情緒已快達到臨界點；在這樣的狀況之下，如果不及早介入支持與關懷，恐怕家庭照顧者自殺或殺害被照顧者的事件，將會不斷出現，分析這些自殺的個案，比例最高是受照顧者健康狀況不佳佔 56%，其次是「心理精神健康」（憂鬱症或心神耗弱）而自殺者，比例高達 47%，顯示家庭照顧者常有被綁住的感覺，缺乏社會參與，甚至有被隔離的感受，希望透過喘息服務，讓照顧者得到支持。

照顧三化趨勢

近年來，照顧者自殺弑親新聞時有所聞，據統計，每月平均發生 1-2 起照顧者悲劇新聞，實為驚人，撐不下去是所有照顧者的共同心聲，照顧議題的重要性已不容忽視。

本次十大照顧者新聞邀請北中南三區多年來投入家庭照顧者權益運動的專家做最後的把關，針對四大報中照顧者負面新聞進行票選。專家包括：（北區）中國文化大學社福系陳正芬副教授、（中區）台中中臺科技大學老人照顧系郭慈安系主任、（南區）高雄醫學大學護理系邱啟潤副教授，三位專家同時具備照顧者身分，分析發現近年照顧新聞事件有新趨勢：照顧者「高齡化」、「男性化」、「激烈化」，在在挑戰目前的福利政策規劃，若不顛覆傳統觀念，現有的福利服務將變得更無法滿足民眾的需求，照顧者也將用更激烈化的手段來面對照顧工作中的苦境！

第一、**高齡化**：目前台灣 10 個人中就有 1 個人是老人，在邁入高齡化社會過程中，出現了一種特殊的現象-老人照顧老人。過去，養兒防老，老了還可以依賴子女，但現在照顧已不再只是兒女的事！受到全球化及工商社會發展，地球村已是現在的生活形態，兒女常不在身邊，越來越多老

人必須彼此照顧，而年長者擔負照顧工作，容易出現幾個問題：體力不足、學習力較差、挫折感較大、資源獲取較不易等等，使得老人更容易出現負向情緒，在無適當的服務介入時，就容易造成憾事，就如：王老先生釘妻案、癌夫癡妻攜手燒炭亡。

第二、男性化：男性照顧者逐漸顯露其需求。過去我們都認為家庭照顧是女性的責任，因此照顧女性化議題也不斷浮現，雖然男性比例少，但同樣承擔著相同的責任與付出，但男性照顧者卻漸漸因照顧壓力太大撐不下去，而成為悲劇新聞中的主角，凸顯男性照顧者所處困境，搭配照顧者專線服務統計發現，求助者多為女性約占 85%，且較勇於說出問題或宣洩出積壓過多的情緒，而僅有 15% 男性照顧者曾來電求助過，深入分析發現，男性照顧者對照顧問題之闡述較輕描淡寫，情緒也較壓抑，顯示男性照顧者較不願或不敢求助，而求助過後的照顧者，也多半會再來電尋求情緒抒發。

第三、激烈化：從新聞事件中不難看出，當照顧壓力超出負荷時，照顧者會選擇極端的方式來應對困境，往往都是雙雙身亡的局面，令人不慎唏噓！

家總呼籲

善用全國家庭照顧者諮詢暨關懷專線 0800-580097（我幫您，您休息）

家庭照顧者關懷總會自 97 年開始，開辦家庭照顧者免付費諮詢服務，四年多來，服務超過四千通。根據照顧者來電求助項目及談話內容進行分析，發現有 76% 的照顧者認為自己有認識社會資源的需求，當有問題時，有 88% 的照顧者會選擇電話諮詢的方式來獲取資訊。其中，家庭照顧者來電的首要需求以「尋求社會資源協助」為主，包括居家照顧服務、喘息服務、機構照顧、本外籍看護工等等，但往往在尋求協助的過程中，卻遇到許多困境，不知道資源在哪裡、資源有哪些、誰能告訴我等等，照顧者只能在過程中不斷嘗試，增加照顧壓力與挫折。而透過專線尋求協助者，女性約佔 85%，卻僅有 15% 之男性照顧者求助過；再深入分析，照顧者認為透過專線確實能夠獲得專業協助，包括獲得適切的社會資源、心理支持等，解決問題，降低照顧負荷，因此鼓勵有照顧資源或照顧問題需要求助者，可以撥打全國家庭照顧者諮詢暨關懷專線 0800-580-097，將有專人為您服務，傾聽心聲。

另為便利民眾申請長期照顧服務，衛生署也提供一支 4128080 長照服務代表號，民眾只要在所在縣市撥打該專線，電話就會自動轉接至各縣市政府長期照顧管理中心。

增加服務預算及宣導，讓家庭照顧者周休喘息一日！

長照服務推動已十年，使用率僅有兩成，顯示宣傳不足，並非人人皆知此項服務，從新聞事件來看，多數照顧家庭是沒有使用長照服務，或是覺得服務不符合需要。

一直以來，政府對於家庭照顧者的服務多採被動式，長期服務建置緩慢，照顧的責任與壓力全由家人扛下，替手在哪裡？什麼時候可以休息？照顧者的幸福感不斷被剝奪，遺憾就在眼前！

家總呼籲政府應增加服務預算，加強福利服務宣導；同時，也應看見家庭照顧者的需要，讓家庭照顧者周休喘息一日，並能夠主動造冊關懷，避免負荷過大，同時也可以增加照顧者的社會參與，使援手隨時可以伸出，降低悲劇發生機率。

1. 十指扣、雙人綁、不想拖累兒子，癌夫病痛，妻燒炭攜手亡(101.03.10)
2. 「若有安樂死，何致如死？」釘妻案老翁，羈押中病逝(100.12.26)
3. 兄肝癌惡化，槍殺殘疾弟後再自盡(101.09.03)
4. 守護 40 年，弟病逝，兄上吊跟他去(101.05.16)
5. 將斷炊、走投無路，殘兒酒後企圖殺病父，重判 12 年(100.11.10)
6. 八竊金屑為癌媽，厝邊說太傻(101.04.10)
7. 派遣工照顧癌妻、腦麻兒，殺妻兒三人再自戕，牆上血書「我會報仇」 (101.04.13)
8. 單親窮爸殺 9 歲病女，再跳橋自殺亡(100.12.23)
9. 癌男為女兒咬牙撐，不支吐血亡，妻陪酒葬夫(101.03.11)
10. 女子照顧母卻被嫌，尋短(101.09.17)

附件二、家庭照顧者十大需求

- NO.1 沒有照顧替手
- NO.2 辛苦不被肯定
- NO.3 溝通不良
- NO.4 經濟壓力
- NO.5 如何選擇照顧機構
- NO.6 對資源的陌生
- NO.7 照顧負荷
- NO.8 不知道自己的照顧是否正確
- NO.9 不知如何處理被照顧者的情緒或疾病問題
- NO.10 情緒困擾調適不良