

卫生部邀公众提创新方案 助降低长者跌倒风险

黎远漪 报道

yuanyi@sph.com.sg

卫生部展开国家创新挑战计划下的第六轮征集活动，征集与预防年长者跌倒的相关项目，希望通过创新方案，有效识别易跌倒的年长者，降低他们再跌倒的风险，从而让年长者安心在家原地养老。

环境及水源部兼卫生部高级政务部长许连碯博士，昨早出席由杜克——新加坡国立大学医学院老龄化研究与教育中心主持的环太平洋地区大学联盟人口老龄化大会时，分享国家创新挑战计划下的项目征集活动进展。

许连碯也透露：“我们也在上个月就如何预防年长者跌倒展

开项目征集活动……预防年长者跌倒异常重要，因为一旦跌倒，有可能导致（年长者）骨折、残疾甚至死亡。因此我们希望通过征集活动吸引各方推出具持续性与扩展性的可实际推行方案，让年长者从中受惠。”

这个项目征集活动由卫生部、新加坡国立研究基金会与保健促进局联合推出。当局要求提呈的计划将年长者跌倒的风险降低四成，减少年长者进出医院的必要，从而让他们能在社区内安心养老。提交计划摘要的截止日期为本月底。

当局至今已为国家创新挑战计划下的三轮征集活动拨款约2100万元，支持本地打造无年龄

化工作场所、提升居家护理效率及为失智症患者提供更好的社区照料等。

老龄化研究与教育中心执行总监陈慧明副教授受询时指出，中心之前曾就年长者跌倒这个课题展开调查，并得出一些结论，因此中心已根据结论，再加上提升易跌倒年长者行动能力的复健方案，拟定计划摘要提交国家创新挑战计划参与这轮征集活动。

陈慧明透露，这项于去年完成，针对2435名65岁及以上年长者展开的问卷调查显示，年龄超过85岁的年长者较易跌倒，而女性比男性更易跌倒。种族方面，印族同胞较易跌倒，紧接着是马来族同胞，最后才是华族。

调查也发现，面对一些行动障碍、视觉与听觉障碍的年长者更易跌倒，这主要是因为这三方面的障碍有可能影响年长者的平衡与行动能力。

此外，患有多种慢性疾病的年长者也比只患有一种或没患任何慢性疾病的年长者更易跌倒。

值得一提的是，调查发现年长者的居住安排以及居住房屋类型，均与年长者是否更易跌倒无关联。

陈慧明解释：“独居老人可能更独立自主，比较会照顾自己，所以生活上可能会时时留心不易跌倒；与家人住在一起的年长者因为有家人时时留神照料，所以也不易跌倒。”