

杜克—国大医学院 探讨老年人看护者心理健康

陈美谕 报道
tanmeiyu@sph.com.sg

随着人口老龄化，照顾年长人士的需求将不断增加，有越来越多研究开始关注养老对看护者的影响，包括他们的状态和需要。

为深入了解照顾年长者对看护者的影响，杜克—新加坡国立大学医学院（Duke-NUS）助理教授马合达（Rahul Malhotra）正在领导一项名为“新加坡老年人家庭看护者的护理过渡”（Caregiving Transitions among Family Caregivers of Elderly Singaporeans）的调查。

调查将针对75岁以上的本地年长人士，以及日常负责照顾他们的亲人，一共600组看护者和被看护者进行观察研究。这项研究从今年4月开始至今已录取了250组研究对象的数据和信息。

马合达的六人团队将每半年重访之前已经接触过的调查对象，总共进行四次访问，并从中观察年长的被看护者与看护之间的关系，同时评估看护者本身的状态，例如压力指数和生活素质等。该调查预计在2021年完成。

马合达解释：“谈及这个议题，多数人的关注点往往在须要被照顾的老人，但提供照料的家人，如配偶、儿女或其他亲戚的身心健康也应该得到关注。因为在提供照料的过程中，他们其实也承受着巨大的压力和困难。”

马合达也是杜克—新加坡国

立大学医学院老年学研究及教育中心（Centre for Ageing Research and Education，简称CARE）的首席研究员，专门研究老龄化对个人、家庭和社会的冲击。

办研讨会研究老龄化课题

他今天将在该中心首次举办的区域研讨会上分享本地年长群体近年来的改变，例如他们的家庭、住房和收入情况。

为期三天的区域研讨会在昨日召开。主办方邀请了海内外学者和政策制定者深入探讨如何共同应对人口老龄化趋势。

CARE执行总监陈慧明副教授受访时说，老龄化是许多国家面临的挑战之一。政府和领导层在拟定政策时不可闭门造车，必须与业内专家和学者等紧密合作，掌握实质的证据以对症下药。

“我们希望所有参与者能善用这个机会来交流和互相学习，并同时建立关系，为日后合作打下基础。”

研讨会吸引了来自中国、印度、日本和印尼等16个国家共21名学者和11名政策制定者参与。他们将分享各自的研究成果，或各个国家面对老龄化的独特现状。

陈慧明表示此次的研讨会反响不俗，并透露有计划接下来每三年举行一次，让各方能持续跟进互相的最新动态。