

## 2. 每週照顧計劃表

我們建議照顧中風康復者的責任，應盡量由不同的家人協同分擔，以減低照顧者的壓力，及增加家人之間的支援。掌握在家復健資源後，建議您根據康復者的照顧需求，和家人一起嘗試訂立每週照顧計劃表。

例子：

日期 __月__日	早上 (例：大女)	晚間	備註
轉身 / 扶抱			
如廁及沐浴			
更衣			
煮食及餵食			
記錄血壓			
復健運動			
服藥			
陪診			
其他			