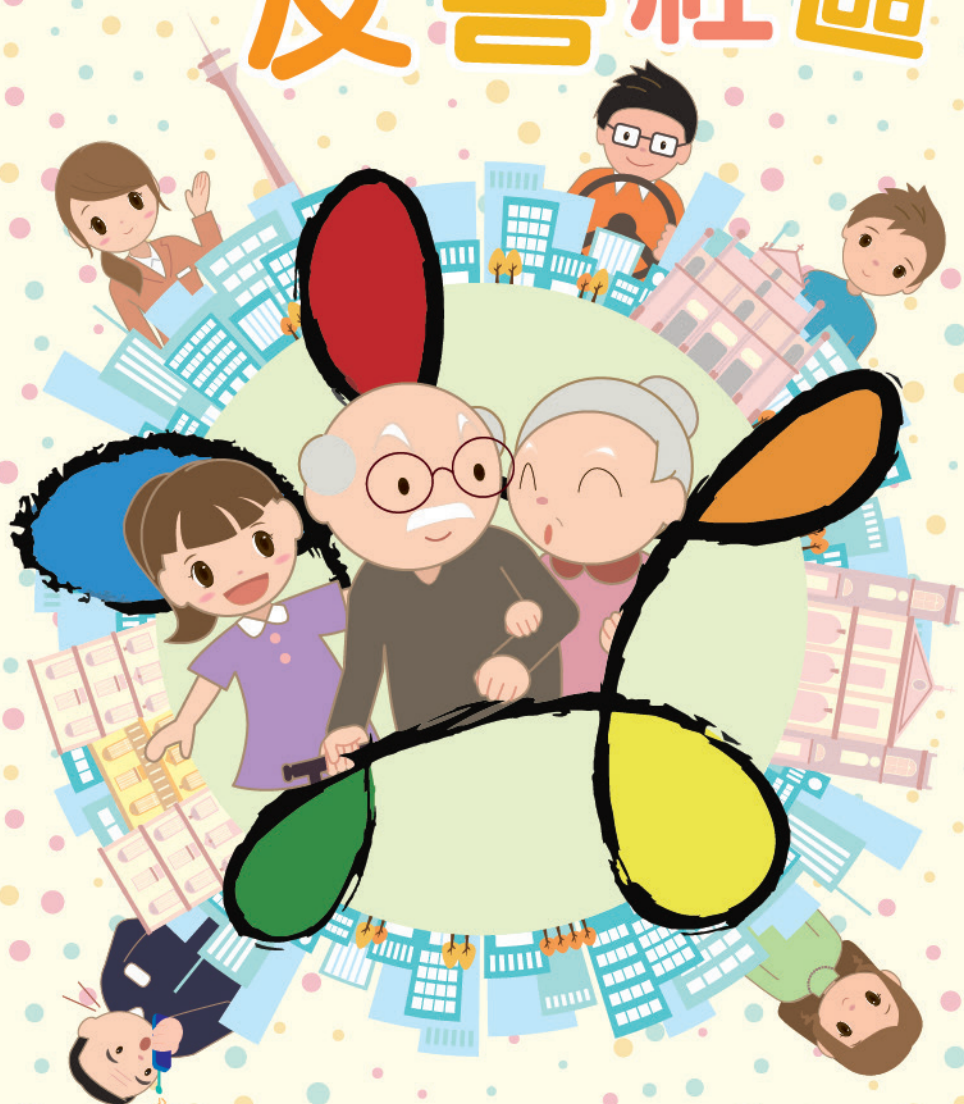


失智症 友善社區



出版機構：



澳門鏡湖護理學院

KIANG WU NURSING COLLEGE OF MACAU

贊助機構：



澳門特別行政區政府
社會工作局

GOVERNO DA RAEM
INSTITUTO DE AÇÃO SOCIAL

失智症 友善社區

出版顧問：尹一橋

主編：周嘉琪

編輯委員：莊曜禎、吳建煒、謝淑玲

出版機構：澳門鏡湖護理學院

| | |
|-------------|----|
| 序 | 5 |
| 失智症友善社區基本理念 | 6 |
| 友善政府 | 8 |
| 友善機構/團體 | 10 |
| 友善市民 | 16 |
| 友善環境 | 18 |
| 友善照顧者 | 24 |
| 伙伴關係 | 28 |



序

「失智症 (Dementia)」是一種不可逆轉的疾病，由於大腦退化使患者逐漸出現記憶力喪失、思維及解決問題的能力下降、語言障礙及自理能力缺損等狀況。除了患者本身，在漫長的照顧歷程中，家庭及照顧者也面對著不同程度的挑戰、考驗與壓力，使他們身心疲累，極需要得到社會的支持和幫助。

研究失智症的報告顯示 (Alzheimer's Society, 2017)

- 48% 的患者擔心自己成為家人的負擔
- 61% 的照顧者表示因照顧失智的家人而影響了他們的健康
- 27% 的照顧者感到自己已脫離社會

旅行、購物、煮食、赴約等的日常活動，看似是輕而易舉的事，對於失智症患者來說，一切都不是那麼理所當然。他們希望有更多的關心和支持，使他們有信心做更多的事情，能夠自行參與日常生活活動、承擔任務和工作，從而維持尊嚴及提高成就感。

因此，對於失智症患者及其照顧者以至家庭，都期待著一個能給他們更多友善接納和對待的社區，而不是被孤立和排擠，使失智症患者及其照顧者能夠舒適地生活在任何地方。期望透過這本小冊子，讓更多人瞭解及包容失智症患者，為我們的家園創建一個失智症友善社區。



失智症友善社區基本理念

何謂「失智症友善」社區？

「失智症友善」社區以在地養老為宗旨，讓長者在原有的環境裡安心及自在地生活，透過結合社區資源和宣傳，讓患者的家屬、親朋好友、左鄰右里、義工，甚至是大廈保安、巴士司機、社區商家都成為失智症患者的守護者，以社區平等與文明，一起打造理解和包容失智症患者的社區環境，提升失智症患者及其家屬的生活質量。

失智症友善社區有兩個基本目標 (ADI, 2016)

1. 消除失智症的污名，提升大眾對失智症的認識，並讓更多人與失智症患者進行有意義的互動。
2. 賦予失智症患者更多能力，藉以協助他們瞭解自己的權利與能力，讓他們感到受尊重，知道自己的能力範圍，這樣才能為自己的生活做決定。

構建澳門失智症友善社區的理念

隨著澳門人口老齡化和預期壽命延長，失智症的患病人數預期會持續上升，失智症成為澳門社會相當關注的健康問題。為應對社會老齡化所帶來的機遇與挑戰，特區政府公佈及落實「2016-2025年長者服務十年行動計劃」，失智症是其中一個工作重點。

特區政府一直與社會服務團體和民間機構攜手合作，共同建構失智症服務網絡，並於2016年成立失智症診療中心，結合醫療和社會服務，從宣傳教育、早期評估、診斷治療到社會支援等方面多管齊下，以達致「及早預防、及早發現、及早診斷、及早治療和及早支援」的政策目標，同時，致力推動「失智症友善社區」。

「失智症友善社區」是需要政府、民間組織和市民大眾共同努力，透過各方積極參與、各展所能和攜手合作，共同為失智症患者及其家屬、照顧者營造一個安全、舒適、有歸屬感的生活環境。



(圖片及資料來源：澳門特別行政區政府衛生局，2017)

友善政府

構建完善失智症服務網絡

友善政府應將失智症列為公共衛生優先議題，制定及執行失智症的政策；政府部門會與學術教育機構、社會服務機構、民間組織等社會各界通力合作，構建失智症服務網絡，以做到失智症的早期預防、早期發現、早期診斷、早期治療和早期支援。



友善機構 / 團體

友善組織包括醫療單位、社會服務機構、公共服務行業等，各類組織需要對失智症有所瞭解，尊重並積極回應患者及其照顧者的需求。



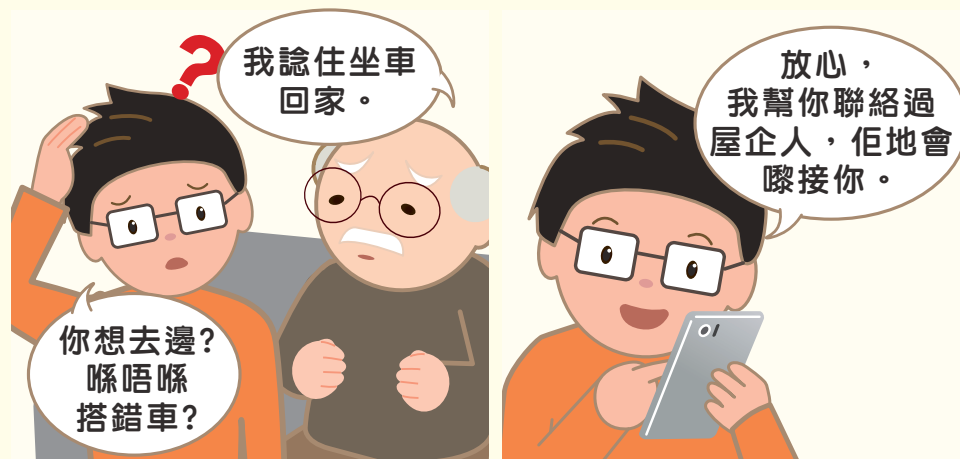
友善做法：

遇上東張西望或困惑的他/她時，細心地詢問他/她想到達的目的地，指示正確的路線或協助他/她與家人聯絡。



友善做法：

了解他/她想去哪兒，是否搭錯車或遊走不懂去處，協助聯絡家人，向站長或報警求助。





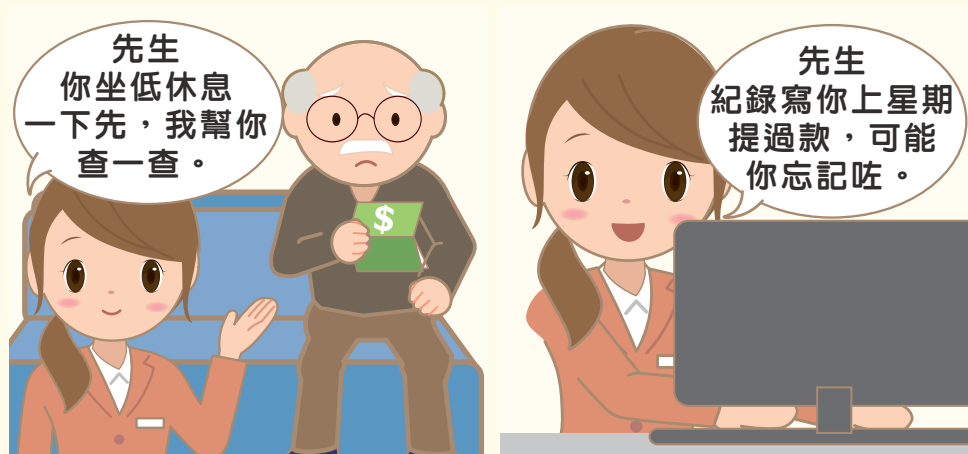
友善做法：

先請他/她坐下休息，嘗試慢慢解答他/她的疑問。有需要時查詢家人的聯絡方法，向家人解釋狀況。



友善做法：

了解他/她銀行戶口的情況，需否更換存摺。





友善做法：

關心及提醒外面的天氣，請他/她回家添衣，告訴家人留意他/她的情況。



友善做法：

主動關心他/她的去向，提醒時間及可請他/她先坐坐休息，通知家人。



友善市民



1 由長者面前慢慢上前靠近；



2 詢問他/她是否需要幫助、是否記得家人的聯絡方式；



3 若長者無法告知目的地、家人聯絡方式，請聯絡警務人員，協助他/她安全回家。

如非緊急可致電
治安警察局總機 2857 3333



1 平時可記下家屬的聯絡方式，有備無患；



2 留意患者是否獨自出門，詢問其去向；



3 儘量留住患者，或陪同患者一同前往想去的地方；

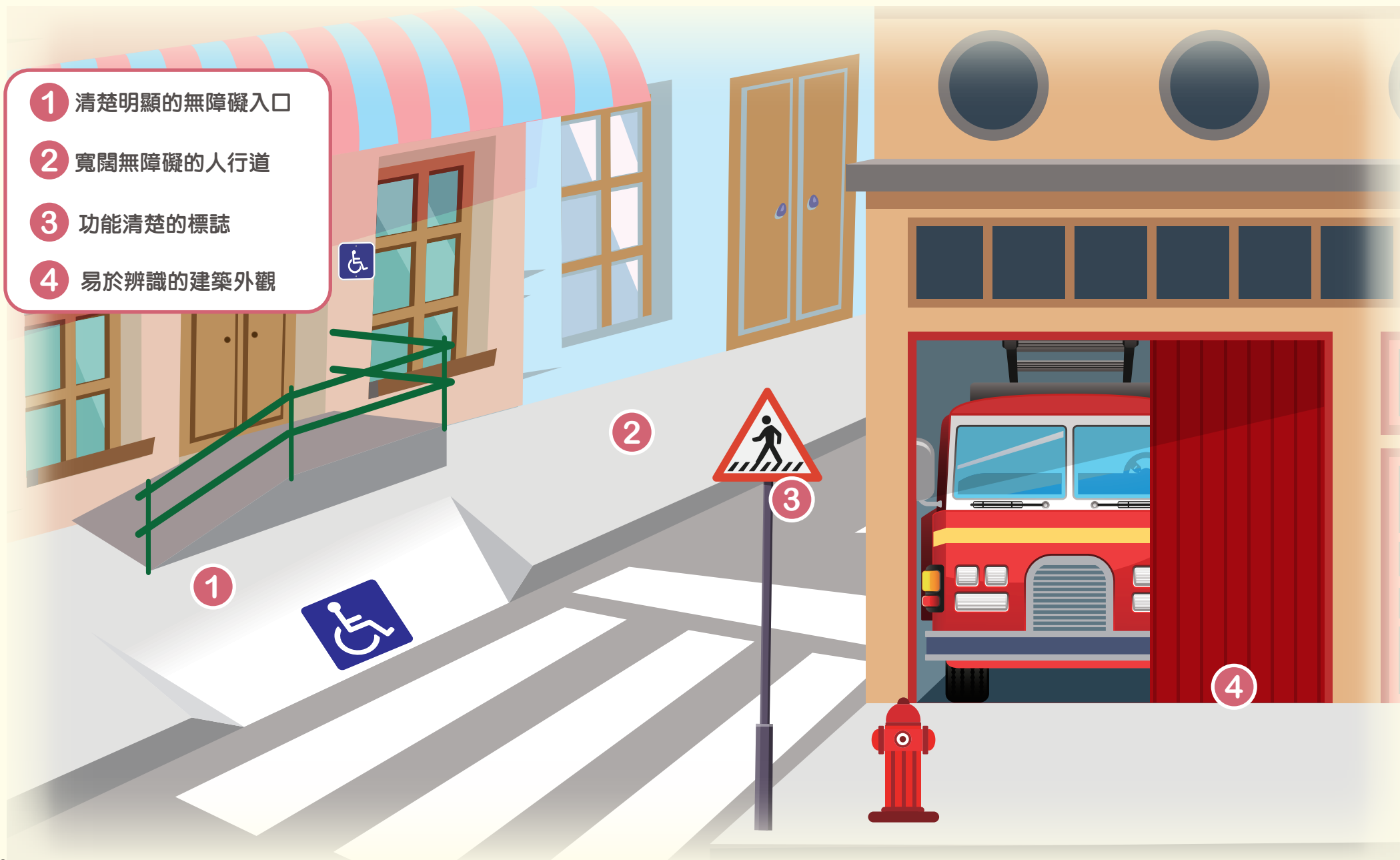


4 聯絡家屬，說明其去向。

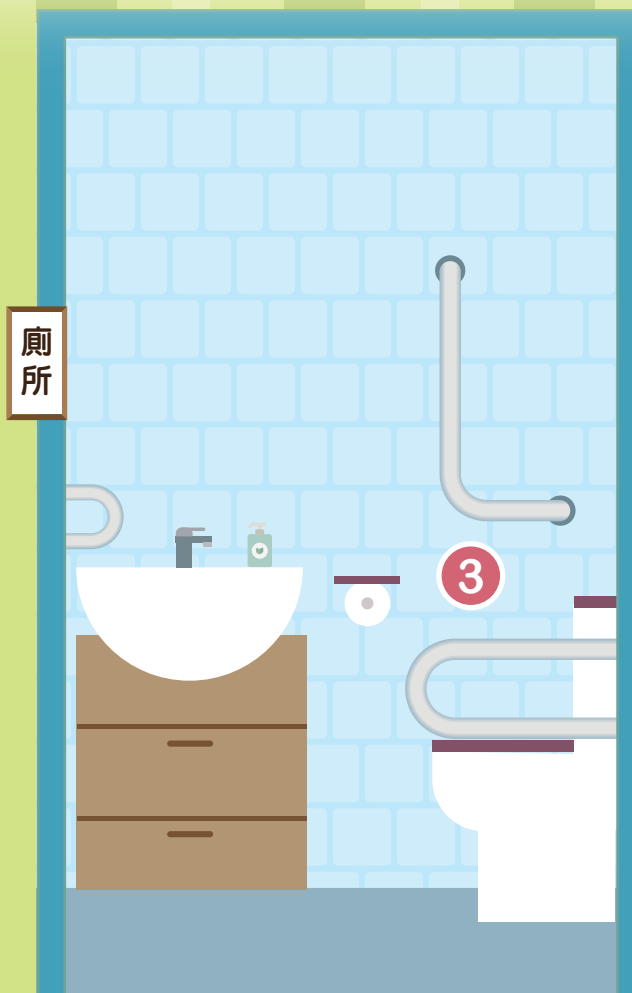
小提示

如果您的家人或朋友罹患失智症，請不要疏遠他們。患者可能會因擔心別人的態度和反應而停止參與社交活動，過去長久建立的社會網絡可能會因此慢慢瓦解。然而，在這個時候，患者非常需要您們的協助，熟悉的人、事、物可以減低他們的恐懼感，鄰居、朋友、義工都可以為他們提供協助和支援的。

友善環境




- 1 固定傢俱或物品的擺放位置
- 2 系統分類擺放物品及加上標示
- 3 增設安全設備 (浴室加裝扶手...)
- 4 常用的物品放於容易看到的位置，危險的物品則收起來
- 5 階級加設安全標示
- 6 空間佈置的顏色要分明





- 1 採光充足、空氣流通的室內環境
- 2 融合過往生活或工作經驗的居家佈置
- 3 明亮的照明設備
- 4 維持自尊的獨立空間
- 5 在當眼處清楚顯示時間及日期

 小提示

相較於一般的長者，失智症患者的生活環境需要更細膩地營造，於社區及家中提供易於辨識、安全、舒適、熟悉之環境，能使失智症患者能自行定位找尋方向，簡化及安全的生活空間，更有助鼓勵他們保留日常生活自理能力。

友善照顧者

友善照顧者——以人為本的照顧原則

以人為本的照顧原則 (Person-Centered Care) 是指將失智症患者視為一個正常人，尊重他，站在患者的觀點和立場去理解他的行為並提供適當的照顧。



(Kitwood, 1997)

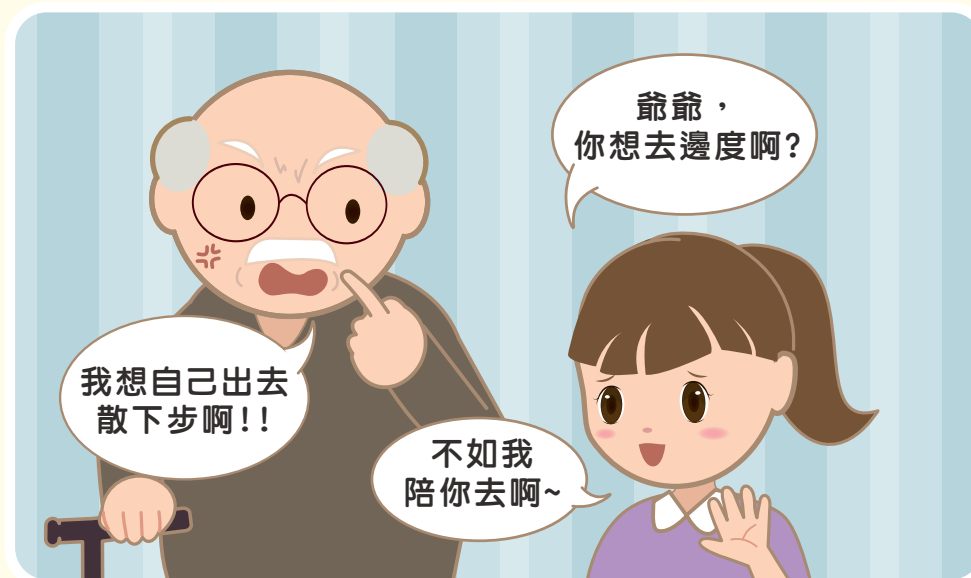
小提示

照顧原則以「愛」為中心，「個人特點」、「參與」、「聯繫」、「包容」、「慰藉」則為構成要素。對於患者來說，在許多情況下，很難按照自己的意願來滿足這些需求，通常需要周圍的人積極鼓勵及協助。

不友善做法： 束縛其身體



友善做法： 理解失智症患者的行為，事出有因。



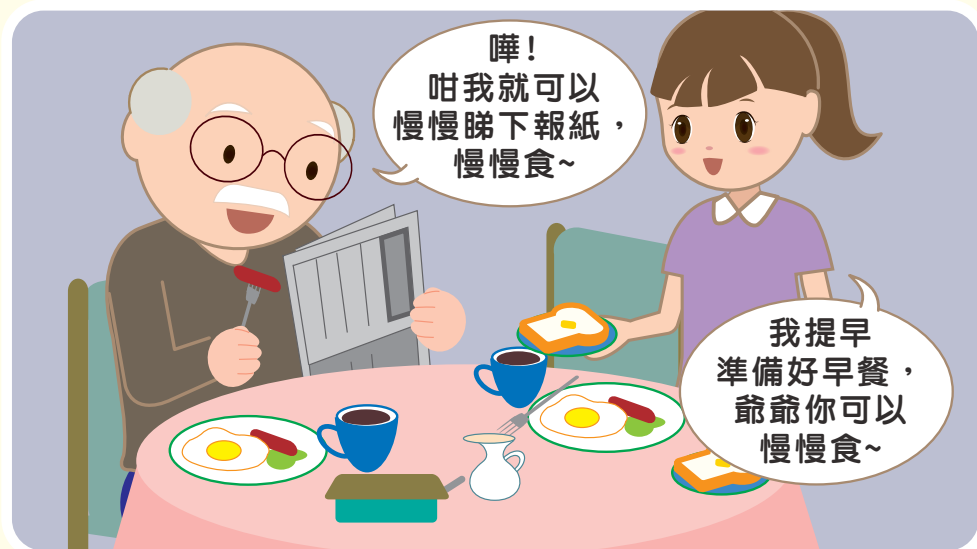
不友善做法：

無視、匆忙應付、要求快一點、剝奪權利……



友善做法：

溝通時與患者有眼神接觸，以名字稱呼他，快樂地聊天，話題可圍繞他的興趣及嗜好；



伙伴關係

友善社區建設工作作為一項社會行動計劃，需要爭取政府及民間機構部門支援及集體行動才能產生實質性的變革。

社區資源

下述的衛生中心及記憶中心可為市民提供免費的認知能力評估。

| 單位 | 地址 | 電話 |
|--------------|----------------------------|-----------|
| 塔石衛生中心 | 澳門荷蘭園大馬路 | 2852 2232 |
| 筷子基衛生中心 | 澳門沙梨頭海邊大馬路 929 號 | 2856 2922 |
| 海傍區衛生中心 | 澳門貢士旦甸奴街 11 號 4 至 7 樓 | 2892 0024 |
| 風順堂衛生中心 | 澳門鵝眉橫街 2 號新濤閣第 2 座地下 | 2831 3418 |
| 黑沙環衛生中心 | 澳門黑沙環中街 18 地段 | 2841 3178 |
| 青洲衛生中心 | 青洲新街青怡大廈第 1 座地下 | 2831 0033 |
| 海洋花園衛生中心 | 氹仔海洋花園大馬路 | 2881 3089 |
| 湖畔嘉模衛生中心 | 氹仔美副將馬路湖畔大廈 1 樓 A 區 | 2850 0400 |
| 氹仔老人保健站 | 氹仔地堡街平民新邨第 9 座地下 357J | 2882 7667 |
| 路環衛生站 | 路環恩尼斯總統前地 | 2888 2176 |
| 路環石排灣臨時衛生站 | 路環石排灣馬路 CN4 地段樂群樓第 5 座地下 | 2850 2001 |
| 澳門鏡湖護理學院記憶中心 | 澳門慕拉士大馬路 218 號 A 澳門日報 16 樓 | 2835 0001 |

失智症診療服務

下述的醫療單位可為有需要的市民提供失智症的診斷和治療。

| 單位 | 地址 | 電話 |
|--------------------------|---------------------------|-----------|
| 失智症診療中心 (衛生局及社會工作局合辦) | 澳門加思欄馬路仁伯爵醫院急診大樓地下 | 2831 3731 |
| 鏡湖醫院記憶門診 | 鏡湖醫院霍英東博士專科醫療大樓 5 樓身心健康中心 | 8295 2507 |

失智症服務

現時本澳有多間長者服務設施可為失智症患者 (55 歲或以上) 提供服務，同時，亦可為家屬 / 照顧者提供護老者支援服務 (包括：情緒支援、護老知識及技巧訓練、小組活動、外借輔具等)。

日間護理服務的對象需要通過社會工作局的統一評估，確定符合使用資格。有需要的人士可親臨或致電下列中心了解及申請服務。

| 單位 | 地址 | 電話 | 提供失智症日間護理服務 | 提供護老者支援服務 |
|---------------------|-------------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| 澳門街坊會聯合總會綠楊長者日間護理中心 | 澳門筷子基飛喇士街 362 號綠楊花園第 1 及第 2 座地下 | 2826 6850 | ✓ | ✓ |
| 澳門街坊總會頤駿中心 | 澳門白朗古將軍大馬路澳門街坊會聯合總會社區服務大樓 1 至 2 樓 | 2822 7667 | ✓ | ✓ |
| 康暉長者日間護理中心 | 氹仔布拉干薩街濠景花園第 28 座翠菊苑地下及閣樓 | 2884 2577 | ✓ | ✓ |
| 黑沙環明暉護養院 | 澳門馬場東大馬路 336 號 4 至 7 樓 | 2843 0281 | ✓ | ✓ |
| 菩提長者綜合服務中心 | 氹仔米尼奧街菩提社會服務大樓地下至 6 樓 | 8296 8200 | ✓ | ✓ |
| 恩暉長者綜合服務中心 | 路環石排灣蝴蝶谷大馬路石排灣社會及衛生服務大樓 7 至 9 樓 | 2850 2162 | ✓ | ✓ |
| 松柏之家老人中心 | 澳門連勝馬路 92 號 A 地下 B 座及 92 號地下 | 2855 6234 | | ✓ |
| 海傍區老人中心 | 澳門缸瓦巷 4 號 | 2892 0041 | | ✓ |
| 青洲老人中心 | 澳門青洲大馬路 (青洲災民中心地下) | 2822 0955 | | ✓ |
| 澳門工會聯合總會望廈老人中心 | 澳門慕拉士大馬路 178-182 號望廈社屋望善樓 1 樓 B1 單位 | 2831 7832 | | ✓ |



澳門失智症
友善社區



澳門特區長者
服務資訊網



澳門失智症協會

參考資料：

澳門特別行政區政府衛生局，檢索日期 2018 年 8 月 25 日。澳門失智症友善社區 / “健康澳門，幸福家園 – 共建澳門失智症友善社區”論壇（2017 年 10 月 22 日）。

<https://www.ssm.gov.mo/apps1/mdfc/ch.aspx#clg12684>

Alzheimer's Disease International (2016). Dementia friendly communities: Key principles. London: Author.

Alzheimer's Society (2017). Turning up the volume: Unheard voices of people with dementia. London: Author.

Kitwood, T. (1997). Dementia reconsidered: The person comes first. Buckingham: Open University Press.

出版顧問：尹一橋

主 編：周嘉琪

編輯委員：莊耀禎、吳建煒、謝淑玲

設 計：濠江傳媒有限公司

贊助機構：澳門特別行政區政府社會工作局

出版機構：澳門鏡湖護理學院

地址：澳門鏡湖馬路 35 號地下

電話：(853) 8295 6200

傳真：(853) 2836 5204

電郵：admin@kwnc.edu.mo

網址：http://www.kwnc.edu.mo

出版日期：2018 年 9 月

版 次：第一版

印刷數量：3,000 冊

印 刷：濠江傳媒有限公司

澳門宋玉生廣場 180 號東南亞商業中心 16 樓 P

免費贈閱

ISBN：978-99965-637-8-2

版權所有 翻印必究

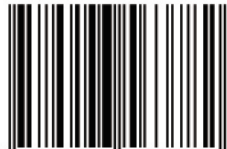


澳門鏡湖護理學院

護您同路95載

1923-2018

ISBN 978-99965-637-8-2



9 789996 563782