

严雯馨正向居民传播有关失智症的认识。



▲▲陈玉贞(左)及严雯馨(站立者)都受训为失智症之友,而严雯馨也积极参与推广“勿忘我”的活动。

文 / 廖淑慧  
图 / 南洋理工学院提供

为了帮助失智症人士在社区内安心养老,几个社区已开始向区内的居民展开失智症认知相关讲座与宣导活动。

从2016年开始,义顺忠邦区、麦波申与丰加北陆续成为失智友善社区(Dementia-Friendly Community)。失智友善社区里的居民能了解失智症的状况,及遇到失智症人士发生状况时,他们能体谅与耐心协助。

区内的失智症之友就具备相关知识与技能,在失智症人士和家属遇到困难时伸出援手,也能帮助家属在社区内多留意失智症人士。

单在丰加北,护联中心已提供培训以及推广失智症的认识。在该区经营鱼圆面摊11年的陈玉贞(63岁)对失智症的认识因此加深。

她说,约40%的顾客是年长者,并曾经遇到一名女佣慌张地说她照顾的约八旬老奶奶不见了,当时她刚好已收摊,就和员工一起在邻里周围寻找。

“我当时为她感到很担心,只想着要快点找到她。当我了解失智症的状况后,我看见迷路、口齿不清的年长者时,会特别注意,如果是不认识的,我会慢慢问,这也让我们明白时刻关爱失智症人士的重要。”

### 参与义工活动 体验为社会贡献的意义

“勿忘我”(Forget Us Not)是连氏基金与邱德拔医院联合在义顺失智友善社区发起的倡议,获得护联中心的支持。其目的是让更多人了解失智症患者不断增加的问题。

南洋理工学院学生严雯馨(21岁)是参与“勿忘我”倡议而接受培训成为失智症之友的学生之一。她曾遇到一个要回家的年长妇女,由于当时下雨,因此她与朋友撑伞送她回家,路上发现原来她不清楚回家的路,最后请基层领袖帮忙。

“我家中有年迈的祖父母,一直都担心他们的身心健康,希望能多了解失智症,通过自己所学的帮助他们及失智症人士。”

她说,参与这类的义工活动让她体验并发现为社会贡献的意义。她也认为,朋友存在着一定的影响力,因此常邀请身边的朋友一起参加义工活动。

**失智症的主要症状:**

- 日常活动:无法自己进行穿衣或梳理等日常活动
- 行为改变:心情或个性出现变化,变得消极孤僻,没兴趣参加活动
- 认知退化:无法进行简单的计算和作决定。容易跌倒,记忆力衰退
- 定向障碍:无法辨别时间、地点和空间,容易迷路

**如何与失智症人士沟通:**

- 简洁:说话用词要简明易懂
- 认同:认同对方所担忧或顾虑的事
- 尊重:带着尊重与接纳的心态
- 信任:安抚情绪,建立信任