



如何提供帮助

邻居和社区成员可以通过实施痴呆症友好型做法以及向 **成人保护服务机构 (Adult Protective Services, APS)** 报告可疑的虐待老人或受抚养人行为来帮助痴呆症患者。APS 是由圣地亚哥郡卫生与人类服务局下属的老龄与独立服务部 (Aging & Independence Services, AIS) 管理的一项计划。

APS 为受到伤害或受到伤害威胁的 60 岁及以上老年人和 18-59 岁受抚养成年人提供服务，以确保他们享有安全和尊严的权利。

如果您观察到、怀疑或了解到身体虐待、经济虐待、诱拐、孤立、遗弃、他人忽视或自我忽视，请联系 APS（见下文）。任何人都可以举报可疑的虐待行为，而不仅仅是法律规定的举报人。

进行报告

拨打 AIS 电话 (800) 339-4661

公众可以通过这条 24 小时举报热线匿名举报疑似虐待老人或受抚养成人的行为。如有疑问，请谨慎行事并进行举报。训练有素的工作人员将引导您了解情况，并指导您下一步该怎么做。

如需了解更多信息，请访问：

- 全国虐待老人问题中心
www.ncea.acl.gov



为邻居和社区成员提供的老年痴呆症友好提示和预防虐待老人的信息

有关老年人的更多资源和信息，请致电 (800) 339-4661 或访问 www.aging.sandiegocounty.gov



痴呆症患者有遭受虐待的风险

独居、与社会隔绝或健康状况脆弱的老年人可能更容易遭受虐待。痴呆症患者尤其容易被利用。作为社区成员，您可以对虐待或忽视的迹象保持警惕：

- 身体受伤，如瘀伤、烧伤、皮肤撕裂或骨折
- 看起来营养不良或脱水，或体重异常下降
- 卫生条件差
- 焦虑、抑郁或精神错乱的迹象
- 居住环境不整洁（如杂乱无章、院子杂草丛生、房屋年久失修等）
- 护理伙伴对痴呆症患者表现出愤怒或冷漠
- 在护理伙伴面前犹豫不决或害怕公开交谈
- 穿着与天气不符、肮脏/破旧或不合身的衣服
- 突然担心没有足够的钱满足基本需求
- 在附近徘徊或踱步
- 不安全或鲁莽的驾驶行为

作为邻居和社区成员，我们都可以采取一些行动来帮助痴呆症患者及其护理伙伴。我们越是齐心协力增进对该疾病的了解，我们的社区就越具有包容性和支持性。



阿尔茨海默病及相关痴呆症 (ADRD) 的 10 个体征和症状

- 1. 影响日常生活的记忆力减退
- 2. 计划或解决问题时遇到困难
- 3. 难以完成熟悉的任务
- 4. 混淆日期、时间或地点
- 5. 难以理解视觉图像和空间关系
- 6. 用词出现新问题
- 7. 放错物品；无法追溯步骤
- 8. 判断力下降或很差
- 9. 退出工作或社交活动
- 10. 情绪或性格改变

要了解更多信息，请访问 alz.org/10signs，了解有关迹象和症状的详细概述。

与痴呆症患者友好交流的技巧

- 轻轻地从前面靠近：告诉对方你是谁，并热情地打招呼。
- 使用积极的肢体语言：微笑、眼神交流，与对方保持平视。
- 清晰、平静地说话：使用温暖、稳定的语调。
- 保持简单：一次只问一个问题或提出一个想法。
- 放慢语速：给他们时间倾听、处理和回应。
- 要有耐心和善意：表明你在倾听，他们说的话很重要。
- 情感沟通：即使话题有变，也要紧扣对方的感受。
- 理解他们的表达方式：这可能包括自言自语、呼唤或重复问题。

对于痴呆症患者来说，沟通可能变得具有挑战性。言语或行动往往是表达未得到满足的需求或情绪的一种方式。作为邻居，成为一名“温柔的侦探”，透过表面去理解患者可能想要表达的意思，会有所帮助。



让您的社区成为老年痴呆症友好社区

教育自己和他人
帮助建立一个富有同情心的社区

- 了解痴呆症、痴呆症通常带来的耻辱以及痴呆症对日常生活的影响。
- 熟悉您所在社区的本地服务和资源。
- 参加“痴呆症之友”课程，并鼓励其他人加入您的行列！您也可以为您的社区申请一次免费的“痴呆症之友”课程：

 (858) 495-5500
 AISAlzheimer.HHSA@sdcounty.ca.gov

参与社区活动
联系和包容带来改变

- 了解您的邻居并定期与他们联系。
- 提供简单的支持，例如遛宠物、送垃圾桶或搭便车。
- 在可能的情况下，让痴呆症患者参与社区决策或谈话。
- 创建一份邻里联系名单，用于社交联系和紧急情况。

增强痴呆症患者的能力
提升尊严、目标和自主性

- 关注患者的长处和能力，而不是他们不能做什么。
- 倾听他们的声音，尊重他们的意见、选择和偏好。
- 鼓励参与社区生活。
- 理解痴呆症患者不仅仅是他们的诊断结果那么简单。