



Cách Giúp Đỡ

Các nhà hàng và cơ sở ăn uống có thể giúp những người mắc chứng mất trí nhớ bằng cách thực hiện các biện pháp thân thiện với chứng mất trí nhớ và báo cáo nghi ngờ về một người già hoặc người lớn phụ thuộc bị ngược đãi cho Dịch Vụ Bảo Vệ Người Lớn (APS). APS là chương trình do Dịch Vụ Chăm Sóc Người Cao Tuổi Và Hỗ Trợ Sống Độc Lập (AIS), một bộ phận Của Cơ Quan Dịch Vụ Y Tế Và Nhân Sinh của Quận San Diego quản lý.

APS phục vụ người cao tuổi từ 60 tuổi trở lên, cũng như người lớn phụ thuộc từ 18 đến 59 tuổi đang bị tổn hại hoặc bị đe dọa tổn hại, để đảm bảo quyền được an toàn và giữ gìn phẩm giá của họ.

Liên hệ với APS (xem bên dưới) nếu quý vị quan sát, nghi ngờ hoặc biết về hành vi ngược đãi thể xác, lạm dụng tài chính, bắt cóc, cô lập, bỏ rơi, bị người khác bỏ bê hoặc tự bỏ bê. Bất kỳ ai cũng có thể báo cáo nghi ngờ về hành vi ngược đãi, không chỉ những người buộc phải báo cáo theo luật định.

Báo Cáo

Gọi cho AIS theo số (800) 339-4661

Công chúng có thể báo cáo ẩn danh thông qua đường dây báo cáo 24 giờ này về hành vi ngược đãi người già hoặc người phụ thuộc nghi ngờ.

Những người buộc phải báo cáo theo quy định phải nộp báo cáo qua điện thoại hoặc trực tuyến tại www.sandiego.leapsportal.net/LEAPSIntake

Để tìm hiểu thêm, hãy truy cập:

- **Trung Tâm Quốc Gia Về Ngược Đãi Người Cao Tuổi** www.ncea.acl.gov



Mẹo Đối Xử Phù Hợp Với Người Mắc Chứng Mất Trí Nhớ Và Phòng Ngừa Ngược Đãi Người Cao Tuổi Tại Nhà Hàng Và Các Cơ Sở Ăn Uống Khác

Để biết thêm tài nguyên và thông tin dành cho người cao tuổi, hãy gọi (800) 339-4661 hoặc truy cập www.aging.sandiegocounty.gov



Những Người Mắc Chứng Mất Trí Nhớ Có Nguy Cơ Bị Ngược Đãi

Những người cao tuổi sống một mình, bị cô lập về mặt xã hội hoặc có sức khỏe yếu có thể dễ bị ngược đãi hơn. Một người mắc chứng mất trí nhớ có thể đặc biệt dễ bị tổn thương trước những kẻ lợi dụng họ. Các nhà hàng và cơ sở ăn uống có thể giúp đỡ bằng cách cảnh giác với các dấu hiệu ngược đãi hoặc bỏ bê:

- Chấn thương về thể chất, chẳng hạn như vết bầm tím, vết bồng, vết rách da hoặc gãy xương
- Có vẻ như bị suy dinh dưỡng hoặc mất nước, hoặc sụt cân bất thường
- Vệ sinh kém, trông luộm thuộm, cơ thể có mùi hôi
- Dấu hiệu lo lắng, trầm cảm hoặc lú lẫn
- Người chăm sóc tỏ ra tức giận hoặc thờ ơ với người mắc chứng mất trí nhớ
- Do dự hoặc sợ nói chuyện cởi mở khi có người chăm sóc ở gần
- Quần áo không phù hợp với thời tiết, bẩn/rách hoặc không vừa vặn
- Mối quan hệ căng thẳng hoặc thường xuyên cãi vã giữa người chăm sóc và người mắc chứng mất trí nhớ
- Rút lui khỏi các hoạt động không rõ lý do

Các nhà hàng và cơ sở ăn uống có thể cung cấp dịch vụ khách hàng tốt hơn bằng cách tìm hiểu các cách hỗ trợ hiệu quả hơn cho những người mắc chứng mất trí nhớ. Ăn uống bên ngoài là một hoạt động xã hội quan trọng đối với nhiều người, nhưng đối với người mắc chứng mất trí nhớ, điều này có thể trở nên quá sức. Những khách hàng này có nhu cầu đặc biệt và có thể cần thêm sự hỗ trợ để tận hưởng trải nghiệm ăn uống của họ.



10 Dấu Hiệu Và Triệu Chứng Của Bệnh Alzheimer Và Các Chứng Mất Trí Liên Quan (ADRD)

1. Chứng mất trí nhớ làm gián đoạn cuộc sống hàng ngày
2. Những thách thức trong việc lập kế hoạch hoặc giải quyết vấn đề
3. Khó khăn trong việc hoàn thành các nhiệm vụ quen thuộc
4. Nhầm lẫn về ngày tháng, thời gian hoặc địa điểm
5. Khó hiểu hình ảnh và mối quan hệ không gian
6. Gặp vấn đề mới với từ ngữ
7. Đặt nhầm đồ vật; không thể nhớ lại các bước
8. Khả năng phán đoán bị suy giảm hoặc kém
9. Không muốn làm việc hoặc tham gia các hoạt động xã hội
10. Thay đổi tâm trạng hoặc tính cách

Để tìm hiểu thêm, hãy truy cập alz.org/10signs để biết tổng quan chi tiết về các dấu hiệu và triệu chứng.



Kỹ Năng Giao Tiếp Phù hợp Với Người Mắc Chứng Mất Trí

- **Tiếp cận nhẹ nhàng và từ phía trước:** Giới thiệu về bản thân và chào người đó một cách thân thiện.
- **Sử dụng ngôn ngữ cơ thể tích cực:** Mỉm cười, giao tiếp bằng mắt và ở ngang tầm mắt của họ.
- **Nói rõ ràng và nhẹ nhàng:** Sử dụng giọng điệu ấm áp, đều đặn.
- **Nói chậm:** Cho họ thời gian để lắng nghe, xử lý và phản hồi.
- **Nói câu đơn giản:** Hãy hỏi từng câu một; đưa ra các lựa chọn: "Quý vị muốn dùng sốt cà chua hay sốt ranch với khoai tây chiên?"
- **Hãy kiên nhẫn trong khi họ gọi món:** Lặp lại hoặc diễn đạt lại nếu cần.
- **Xin lỗi vì những lỗi bị cáo buộc:** Không tranh cãi, ngay cả khi đó không phải lỗi của quý vị.
- **Kín đáo đưa hóa đơn cho người chăm sóc:** Một người mắc chứng mất trí nhớ có thể gặp khó khăn trong việc hiểu hóa đơn, tính tiền bo hoặc nhớ thanh toán.
- **Cố gắng không phản ứng với hành vi bất thường:** Thay vào đó, hãy phản ứng một cách tôn trọng và giữ bình tĩnh, kiên nhẫn và linh hoạt. Một cách tiếp cận tử tế, chu đáo có thể giúp tạo ra trải nghiệm ăn uống an toàn và chào đón cho mọi người.

Làm Cho Cơ Sở Ăn Uống Thân Thiện Với Người Mắc Chứng Mất Trí Nhớ

Tương Tác Với Nhân Viên

- Đeo thẻ tên có phong chữ lớn.
- Hỏi tên của người đó và gọi tên họ để khiến họ cảm thấy được công nhận và tôn trọng.
- Nhẹ nhàng hỏi thăm họ mà không gây áp lực.
- Cung cấp khu vực yên tĩnh hoặc chỗ ngồi ở khu vực ít tiếng ồn và ít gây mất tập trung.

Môi Trường & Không Khí

- Dọn dẹp như vật dụng không cần thiết khỏi bàn, chẳng hạn như hoa và tài liệu quảng cáo.
- Tránh các họa tiết và giấy dán tường rườm rà.
- Phát nhạc nhẹ nhàng, êm dịu.
- Tránh để họ ngồi gần gương hoặc nơi có ánh sáng chói.
- Sử dụng đồ dùng, đĩa, cốc có màu sáng.
- Sử dụng biển báo nhà vệ sinh rõ ràng như "nam" và "nữ" thay vì chủ đề.

Thực Đơn & Hỗ Trợ Về Giờ Ăn

- Cung cấp các lựa chọn thực phẩm dễ ăn.
- Linh hoạt với kết cấu thực phẩm (ví dụ: mềm, nghiền, đặc) cho những người bị khó nhai hoặc nuốt.
- Sử dụng thực đơn trực quan có hình ảnh các món ăn
- Cung cấp thực đơn trực tuyến
- Gợi ý để khách hàng quyết định (ví dụ: "Quý vị muốn ăn đồ nóng hay đồ lạnh?" hoặc "Quý vị muốn ăn thịt gà hay cá?").

Giáo Dục & Tài Nguyên

- Yêu cầu một buổi *Dementia Friends* miễn phí cho nhân viên hoặc cộng đồng của quý vị để tìm hiểu những cách thiết thực hỗ trợ những người mắc chứng mất trí nhớ và người chăm sóc họ:

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