

養老服務機構注意事項

養老服務機構冠狀病毒(COVID-19)及支持痴呆症患者須知

為了應對冠狀病毒(COVID-19)，養老服務機構紛紛實施感染控制措施。除此之外，痴呆症患者也應考慮以下所述的一些注意事項。如果你擔心痴呆症患者的健康，請直接聯絡他們的全科醫生(GP)。

以下提供了有關支持受到痴呆症影響的人士的一些初步建議，你可以致電全國痴呆症幫助熱線(**National Dementia Helpline**) **1800 100 500**，瞭解更詳細的資訊。

注意事項和策略

減少對冠狀病毒的高度焦慮

- 確保所提供的資訊來自於權威機構（如聯邦衛生部）
- 關閉24小時電視新聞滾動播放，儘量減少媒體資訊的播放量
- 向知道並擔心正在發生的情況的入住老人提供資訊和說明
- 讓老人對使用口罩和個人防護裝備感到安心
- 使用記憶輔助工具和視覺提示，採用簡單的方式來解釋當前的情況

- 務必要經常花時間跟老人在一起，問問他們怎麼樣，有沒有什麼問題要問
- 花時間聽老人說，瞭解他們的顧慮
- 確認老人的感覺
- 讓他們安心
- 讓員工儘量不要在老人面前討論、猜測或評論COVID-19的影響
- 避免使用“封城”、“大流行病”、“危機”之類的負面語言

支持老人與家人和照顧者保持接觸

- 通過各種溝通管道，向家人傳達對冠狀病毒(COVID-19)有什麼感染控制措施，告訴他們何處可以獲得進一步的資訊
- 讓探視人員在身體不適時不要來養老院
- 鼓勵探視人員儘可能遵守保持1.5米社交距離的規定，提前跟他們討論應該怎樣探視
- 鼓勵探視人員嚴格執實施衛生措施
- 儘量在老人的房間、戶外或養老院專門指定的區域進行探視，不要在公用區域進行探視，儘量減少傳播風險
- 與老人及其家人保持公開交流，定期向家人提供老人福祉方面的最新情況
- 讓家人對養老院實施的感染控制措施放心
- 儘量安排其它溝通方法 - iPad、視頻電話應用程序、電話、社交媒體短信（如果適用）與家人約好時間進行Skype或FaceTime

- 要善解人意，聽聽老人及其家人有什麼顧慮
- 對老人及其家人的問題和顧慮，儘量及時做出回答
- 如果無法回答他們的問題或顧慮，應向上級主管反映
- 要明白目前這段時間每個人都倍感壓力

保持身體健康

- 員工可能需要向痴呆症患者提供額外的支持，確保他們遵守感染控制程序
 - 痴呆症患者可能需要額外的支持，才能保持良好的手部衛生。以下是專門與此有關的五個小貼士：
 - 不妨在浴室和其它地方放置方便痴呆症患者的指示標誌，提醒痴呆症患者用肥皂洗手至少20秒。
 - 向他們演示怎樣徹底洗手。不妨唱歌來鼓勵他們洗手至少20秒。
 - 如果痴呆症患者無法去水槽洗手，消毒洗手液或抗菌擦手濕紙巾可能是一種便捷的選擇。只有手看上去不髒時，消毒洗手液才有效。
 - 鼓勵他們咳嗽或打噴嚏時用紙巾或手肘遮住口鼻，而不是用手遮住口鼻，並確保他們之後將紙巾扔到垃圾桶。
 - 有關洗手的更多注意事項，請瀏覽：www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands
-

促進適當的社交聯繫和接觸

- 考慮在老人之間或者在老人和員工之間建立一種伙伴系統來增強支持網絡
- 不妨減少小組人數來保持社交支持，盡可能遵守社交距離的原則（如在更大的空間或在戶外聚會）
- 鼓勵做音樂和唱歌活動，讓其他人可以加入
- 使用高架喇叭來玩互動遊戲（賓果(Bingo)遊戲可能就很合適）
- 鼓勵讓老人有機會經常出去散步和鍛鍊，特別是在老人平時就有散步和鍛鍊的習慣時
- 鼓勵家人和朋友送來護理包和家信，或者鼓勵本地中小學的學生寫信或畫畫寄給老人
- 鼓勵老人考慮在椅子上或在房間四周做一些輕度鍛鍊
- 使用網上老年人鍛鍊或音樂活動
- 利用iPads等科技手段來使用網上遊戲和開展社交接觸。此類選擇包括‘A better visit’（“更佳探視”）應用程序 (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/)、虛擬動物園 (zoo.org.au/animal-house)或虛擬博物館 (artsandculture.google.com/)
- 提供其它活動，如塗色、雜誌、摺紙、襪子配對遊戲、電影、有聲書

識別並解決新出現的行為

- 提高人員配置水平，以便有更多時間與老人接觸。在提供一對一的護理時，要鼓勵老人參加日常活動
- 盡可能保持日常習慣
- 讓老人保持活躍，以免感到無聊，並且減少日間小睡
- 讓老人儘量接觸自然光線

- 對於日常習慣在養老院四周獨立散步的老人，要為他們提供經常散步和走出戶外的機會
- 力求及時應對新出現的行為改變
- 採用非藥理方法來應對行為改變或加劇
- 使用視覺提示來提醒老人注意限制出入的情況
- 避免採用具有限制性的做法
- 對行為改變採取有序的問題解決方法(如 CAUSEd – 有關詳情，請參閱 dementialearning.org.au 並搜索 ‘behaviours’ (“行為”)
- 或聯絡痴呆症行為管理諮詢服務(DBMAS)，電話： **1800 699 799**

若需要進一步的建議，請聯絡**全國痴呆症幫助熱線 1800 100 500**。

痴呆症學習中心有一整套教育項目，幫助老年服務機構解決以上提出的許多問題。有關詳情，請聯絡**1300 DEMENTIA**。你亦可以在澳大利亞痴呆症協會的圖書館找到各種資源，網址：dementia.org.au/library

以上資訊根據中國阿耳茲海默氏病協會提供的資訊以及國際阿耳茲海默氏病聯合會分享的資訊彙編而成。全文可瀏覽以下網頁：www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

冠狀病毒疫情發展很快。以上資訊僅供參考，未必適合於每一種情形。有關冠狀病毒的最新資訊，請瀏覽：www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

澳洲痴呆症協會感謝國際阿耳茲海默氏病聯合會和中國阿耳茲海默氏病協會為編制本資料單張提供的建議。