

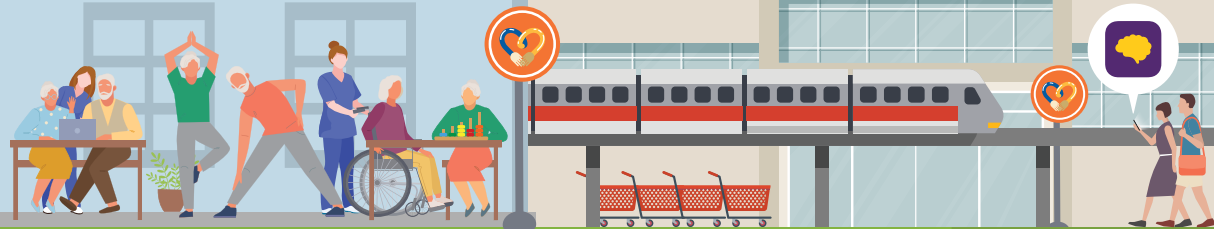
一起建设一个关爱 与失智友善新加坡！ 伸出援手，成为失智症之友



Supported by QiC

失智症日间看护中心

超级市场



今天就加入 #DementiaFriendlySG 失智友善新加坡行动！

翻阅内容以
了解更多详情

点赞关注：
@DementiaFriendlySingapore

浏览：
www.DementiaHub.SG

电邮：
ccmh@aic.sg

拨电：
1800-650-6060【护联中心热线】

失智症是一种影响脑部的疾病。它会导致患者的记忆力和思考能力受损，以致逐渐丧失言语沟通、辨识事物、规划生活和处理复杂事务的能力。失智症不是正常老化的一部分。

到了2030年，本地估计会有超过15万2000的人士会患有失智症*。

全球每三秒[^]就有一人
患上失智症

大约5%的失智症患者
未满65岁就出现症状*

*资料来源：
失智症资源网站 Dementia Hub

[^]资料来源：
国际失智症协会



什么是失智症

了解失智症的征兆与症状很简单

日常活动有困难

难以自行进行日常活动如：

- 更衣
- 下床坐上椅子或轮椅
- 冲凉
- 自行走动
- 如厕

认知退化

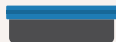
- 难以记得事物
- 言语表达出现问题
- 无法进行简单的计算

行为改变

- 逐渐脱离社交圈子
- 容易变得烦躁
- 容易感到沮丧

定向障碍

- 可能会在自己不熟悉的地方迷失方向
- 对时间和日期感到混乱



扫描二维码报名参加线上课程以进一步了解失智症。
完成课程后，您还可获得电子证书。



了解失智症

在失智友善社区内，人们对失智症和心理健康有一定的了解。
这让失智症人士和家人感觉被接纳、有参与感，以及获得旁人的支持。

在这样的一个社区，人们**熟悉了解**失智症的症状，懂得如何与失智症人士沟通，以及如何为他们提供援助。



失智友善社区提供有助预防失智症的活动、记忆力筛检，以及相关资源和服务，以便**赋能训练**失智症人士、看护者以及一般年长者，帮助他们应对失智症。



通过合作改善社区环境的设计以及善用科技，我们可以让社区伙伴**提升能力**，携手打造安全又具包容性的居住环境。



一起建设失智友善社区

照顾失智症人士并不容易，他们的家人需要大家的支持。让我们各尽一份力，为他们提供所需的援助。

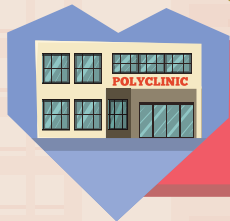
	个人	企业伙伴	社区人士
我了解 	知道 什么是失智症 了解 失智症的征兆和症状	知道 建立失智友善社区和社会的重要性	知道 有哪些支持这项行动的活动
我可以 	帮忙 留意和照应失智症人士，并且提供所需的援助	改善 居住环境以更好地照顾失智症人士的需求 提倡 打造失智友善环境，促进人们对失智症人士的了解	主办 有助于促进失智症人士，看护者和其他社区人士沟通交流的活动 引导 人们查找并获得现有的资源和支援
我想要 	表示支持和参与 有助于建设失智友善社区的活动	推广 和提高人们对失智症的认识、及早辨识诊断以及采取预防性护理	提倡 建设具包容性社区 号召 其他人参与这项行动

您也可以尽一份力



联系邻里咨询小组 (CREST)，及早辨识诊断是否患有失智症、接受基本心理健康支援、获得健康与社会服务的联系与安排，以及参与看护者互助小组和辅导服务。

向社区辅助小组 (COMIT) 求助，以获得评估检测、心理辅导、护理治疗、心理教育支援、个案管理和看护者支援。



如果您自己或家人出现失智症症状，建议**前往综合诊疗所**看诊、检测和治疗。



扫描二维码以查看护理和支援服务的列表。

照护以及支援服务

CARA 手机应用程序可用于：

- 查找可靠的资源和支援
- 失智症人士可获得独特识别码和会员卡
- 获得支援以帮忙找回走失的失智症患者



Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play



如果您需要任何建议或资源，
请浏览 www.DementiaHub.SG
或电邮 ccmh@aic.sg 与我们联系。

社区友善站

社区友善站就设在那些支持失智友善新加坡行动 #DementiaFriendlySG 的机构或组织的办事处，它们通过下列方式为失智症人士和其家人提供支援：

资源中心

一般公众和失智症看护者可在这里找到有关失智症的实用资源和资料。

协助安全返家设点

公众可以把那些看起来迷失方向，不知如何回家的失智症人士带来这里。工作人员将给予适当援助。



扫描二维码以查看社区友善站的完整列表和地址。



Information is accurate as of date
of printing (September 2022)

实用资源