

瞭解計劃和服務

也有英文版 | Also available in English

這是一份針對華人社區的資源，是與加拿大華人社區中腦退化症患者的照顧者共同編寫的。照顧者可以是為腦退化症患者提供支持的家人、朋友或其他親屬。

此資源提供以下方面的資訊：



為腦退化症患者和照顧者提供的計劃和服務，包括醫療服務、社區服務和生活支援選擇



瞭解計劃和服務

計劃和服務是社區中的資源，腦退化症患者和照顧者可以獲得額外的協助和支援。計劃和服務可能包括醫療服務、社區服務(例如居家護理)、支持和健康計劃以及生活支援選擇(例如長期療養院)。下面將分別進行描述。

雖然計劃和服務旨在提供協助，但人們不願意獲得這些服務的情況並不少見。人們可能猶豫的原因很多，包括擔心放棄自己的獨立生活、費用、對「不能自己管理情況」的看法。然而，大多數人發現這些計劃和服務可以讓他們保持獨立性。規劃未來可能需要的服務同樣至關重要，尤其是因為許多服務的等待時間很長。

腦退化症會隨著時間的推移而出現進展。您現在需要的支援可能與您將來需要的支援不同。隨著您的需求變化，您可以隨時返回此資源。請造訪 forwardwithdementia.ca，了解有關**腦退化症進展**的相關資訊。

在開發此資源時，來自華人社區的照顧者分享了語言障礙的挑戰，並強調了文化和語言特定支援的重要性。

隨著腦退化症的進展，一些腦退化症患者可能會失去講其他語言的能力，並重新開始講他們的母語。腦退化症患者和不會講英語的照顧者可能會遇到語言障礙，這些障礙導致難以使用計劃和服務。此外，提供服務的方式可能不具文化適宜性。**建議諮詢您的醫生或其他社會服務人員(例如阿茲海默症協會工作人員)是否瞭解您所在地區的任何特定於文化的服務。您也可以諮詢這些組織是否以您的語言提供服務，或可以向您轉介其他服務。**

來自華人社區的照顧者表示，從社區內部尋求非正式支援也很常見，例如幫助做家事、陪伴腦退化症患者或其他任務。他們建議向您認識的人尋求建議，例如朋友、家人、教會或社區的熟人。

以下是經翻譯的腦退化症資訊和特定文化服務的一些範例。該清單並不全面，並未提供所有省份/地區的資訊，但提供了為這些資源做出貢獻的照顧者的想法和一些建議。

腦退化症中文資訊



- 加拿大阿茲海默症協會的 [腦退化症中文資訊](#)
- 「尋找您的方式」(Finding Your Way), 以 [簡體中文](#)、[繁體中文](#) 和 [英文](#) 提供
- 麥吉爾大學的 [「腦退化症, 您的伙伴指南」\(Dementia, Your Companion Guide\)](#) (中文普通話)

腦退化症中文服務



- [卑詩省阿茲海默症協會的 First Link 腦退化症專線](#) (1-833-647-5007), 以粵語和中國普通話提供
- [耆暉會 \(Carefirst\) 長者及社區服務協會](#) (安大略省多倫多)
- [頤康 \(Yee Hong\)](#) (安大略省多倫多)
- [孟嘗會 \(Mon Sheong Foundation\)](#) (安大略省多倫多)
- [中僑互助會 \(S.U.C.C.E.S.S.\) 長者服務](#) (卑詩省)

醫療服務

家庭醫生診斷腦退化症並管理腦退化症患者的照護很常見。然而，有時需要轉介至專科醫生。專科醫生可能包括老年病學專家、老年精神科醫生或神經科醫生。家庭醫生和專科醫生還可以與其他醫療保健專業人員(例如護士、職業治療師、營養師或社工)合作，協助管理護理服務。

社區服務

以下資訊概述了社區為基礎的服務。

阿茲海默症協會

當一個人被診斷出患有腦退化症時，他們及其照顧者應迅速與當地的阿茲海默症協會建立聯繫。**阿茲海默症協會為患有任何形式的腦退化症或出現記憶衰退的人們提供支援。**

阿茲海默症協會幫助腦退化症患者和照顧者管理腦退化症患者的各個方面。阿茲海默症協會提供的服務因地點而異，但可能包括為腦退化症患者和 / 或照顧者提供資訊、教育、健康和保健計劃、心理諮詢和支援小組。許多腦退化症患者和照顧者發現，支援小組是一種有幫助的方式，可以與其他有類似經歷的人會面並向他們瞭解資訊，並為他人提供支持。

First Link 計劃是通過阿茲海默症協會提供的計劃。該計劃旨在幫助新診斷出腦退化症的患者盡快獲得所需的幫助。任何醫療保健人員都可以將其轉介至 First Link 計劃。

請造訪[加拿大阿茲海默症協會](#)，瞭解相關資訊。您也可以撥打 1-800-616-8816，在您所在地區取得聯絡

居家和社區支援服務

居家和社區支援服務可以幫助腦退化症患者獨立且安全地在家中生活。居家和社區護理機構協調省資助的服務，儘管每個省和地區提供的服務略有不同。有些服務可能獲得完全給付，有些服務可能需要付費，有些服務可能會提供補助金。

在大多數地區，腦退化症患者或照顧者可以自行聯絡居家和社區支援服務，並申請進行評估，以確定他們有資格獲得哪些服務。您也可以與您的醫生或其他醫療保健人員聯繫，申請進行轉介。服務可能包括：

居家照護服務：

- **護理照顧：**幫助服藥、更換繃帶和清潔傷口，或從受傷或健康問題中恢復。
- **職業治療：**幫助解決可以獨立且安全地完成日常生活活動的問題。這可能包括使用設備（例如助行器或個人警報器）和家居改造（例如，升高的淋浴座椅）。
- **物理療法：**幫助恢復和維持身體活動能力、功能和健康。
- **語言病理學治療：**治療溝通和吞嚥問題。
- **個人照護：**協助日常生活活動，例如洗澡、穿衣、飲食、協助用藥。
- **社會工作：**幫助個人和家庭改善身心健康並適應具有挑戰性的情況。這可能包括提供教育、資源、諮詢，以及獲得其他社區服務的支援。
- **營養師支援：**協助制定營養計劃，透過食物和補充劑滿足需求，並監測體重、血液檢查和吞嚥問題。



家事服務：

- 支援日常家務勞動，如清潔、洗衣、購物、銀行業務和餐食準備。



社區支持服務：

- **成人日間計劃**：包括為生活在社區的成年人提供的集體 娛樂和社交活動、餐食、個人護理和基本醫療保健服務。
- **健康和保健計劃**，例如運動或防跌倒課程。
- **家庭維護**，例如修剪草坪、鏟土或家庭維修。
- **餐食計劃**，例如送餐或社區餐食計劃。
- 針對無法開車或需要公共交通支援的人提供的 **支援性交通服務**。
- **志願者服務**，例如社交家訪或電話核實情況。
- **暫託服務**：讓照顧者可以短暫休息的服務。暫託服務可由家庭、成人日間計劃或過夜暫託中心的個人支援工作人員提供。



生活支援選擇：

- 居家和社區支援服務可以提供有關生活支援環境的資訊，例如養老院或生活輔助。
- 居家和社區支援服務協調長期療養院的評估和申請。
- 在下方查找有關生活支援選擇的更多資訊。



居家和社區支援服務: 聯絡資訊

艾伯特省	請造訪艾伯特省的 省網站 或致電 8-1-1
卑詩省	請造訪卑詩省的 省網站 或致電 8-1-1
馬尼托巴省	請造訪馬尼托巴省的 省網站 或致電 2-1-1
新布藍茲維省	請造訪新布藍茲維省的 省網站 或致電 2-1-1
紐芬蘭與拉布拉多省	請造訪紐芬蘭與拉布拉多省的 省網站 , 尋找各地區的資訊和電話號碼
西北地區	請造訪西北地區的 省網站 或致電 1-867-767- 9030
新斯科細亞省	請造訪新斯科細亞省的 省網站 或致電 1-800-225-7225
努納武特地區	請造訪努納武特地區的 省網站 或致電 867-975-5941
安大略省	請造訪安大略省的 省網站 或致電 310-2222
愛德華王子島	請造訪愛德華王子島的 省網站 或致電 902-368-6130
魁北克省	請造訪魁北克省的 省網站 或致電 8-1-1
薩斯喀徹溫省	請造訪薩斯喀徹溫省的 省網站 或致電 1-306-655-4346
育空地區	請造訪育空地區的 省網站 或致電 1-800-661-0408 (內線: 5774)

如果腦退化症患者所需的照護超出了省或地區所能提供的範圍，則可以用個人名義購買獲得額外的服務。請諮詢您當地的居家和社區支援機構，了解您所在地區所提供私人服務的建議。

長期療養院和其他生活支援選擇

隨著腦退化症的進展，人們通常會討論腦退化症患者是否應該留在家中或搬到支援性的生活環境中。每個省或地區可提供的選擇及其名稱均有所不同。通常，支援是連續提供的，隨著患者需要更多支援，護理的數量和類型也會隨之增加。可用的支援類型可能包括：

- 在退休社區中獨立生活；
- 提供更多支援的生活輔助；
- 提供 24 小時照護和個人照護支援的長期照護機構（或療養院、個人照護機構、持續照護機構等）。

來自華人社區的照顧者表示，盡可能長時間在家中照顧腦退化症患者通常是首選，有時甚至是期望。如果可提供具文化適宜性的居家護理以及對照顧者的充分支援，情況尤其如此。**在某些情況下，腦退化症患者的需求或安全問題超出了照顧者或居家庭和社區支援所能提供的支持，因此有必要搬到另一個地方。**

照顧者表示，具文化適宜性的長期照護機構可能更適合滿足腦退化症患者的需求，但是，這些照護機構並非隨處設置，而且可能需要很長的等待時間。搬到長期照護機構的決定可能會引起內疚感，並擔心腦退化症患者的需求是否會得到滿足。

雖然這種過渡可能很困難，但一些照顧者表示，搬到長期照護機構可能會讓照顧者專注於與腦退化症患者相處的關愛和美好時光，而非照顧工作。

「我們需要改變這樣一種觀點：如果一個人搬至長期護理機構，家人將停止提供護理。我們不會拋棄他們。我們與專業人員作為一個團隊合作。這可以是一種完美的團隊合作方式」

- 來自華人社區的照顧者



備註

使用此空間寫下您對此資源的任何備註、反思或問題。