

# 【阿公阿嬤怎麼了？ 小小失智守護員大 出擊！】

大家有沒有發現，家裡的長輩有時候會忘記鑰匙放哪，甚至忘記回家的路？今天我們要來學習如何成為阿公阿嬤的最強後盾！



# 失智症不是單純的老化， 是大腦生病了

## 。十大警訊：

1. 記憶減退（剛講過就忘）
2. 規劃困難（不會算錢、做飯）
3. 無法勝任家務
4. 時空錯亂（迷路、忘了今天幾號）
5. 視覺辨識困難
6. 言語表達障礙
7. 東西亂擺
8. 判斷力變差（夏天穿厚毛衣）
9. 社交退縮（不愛出門）
10. 情緒個性改變（突然愛發脾氣）



# 我們能做什麼？



看、問、留、撥：

- 看：觀察長輩是不是神情慌張、衣著不整。
  - 問：親切地問：「阿公你要去哪裡？」
  - 留：留住長輩，請他喝水或休息。
  - 撥：撥打 110 或 **1966長照專線**尋求幫助。
- 
- 溫暖的小撇步：說話慢慢說、一次講一個重點、不對他們發脾氣。

# 找救兵！ 社區裡的秘密基地

- **巷弄長照站/失智據點**：長輩去「上學」，交朋友、動動腦。
- **日間照顧中心**：長輩的「幼兒園」，白天在那裡吃飯玩遊戲。
- **居家服務/團體家屋**：專業人員到家裡幫忙，或像家一樣的溫暖機構。
- **失智共照中心**：負責統籌的大隊長。



# 神奇號碼

## 1966 長照專線與申請流程

- 記住這支電話：1966（一通電話，服務到家）。
- 誰可以打？：如遇有長輩忘記的事情變多或生活不方便時，可撥打申請。
- 流程超簡單：1打電話→2專人到家評估→3政府提供補助→4服務送到家。



# 幫爸爸媽媽加油

- **照顧者也需要休息**：爸爸媽媽照顧長輩很辛苦，可以申請「喘息服務」（讓專業的人來接手幾天）。
- **心理諮商與訓練**：有人陪爸爸媽媽聊天、教導他們怎麼照顧阿公阿嬤才不會受傷。
- **家庭照顧者支持據點**：照顧者的秘密充電站。

加油 加油



# 測驗與結語



Q&A 小問答：

- 1.發現長輩怪怪的，可以打哪支專線？
- 2.失智症十大警訊？

- **結語：**你們是社區最棒的小守護員，只要多一點關心，失智長輩也能過得很快樂！