

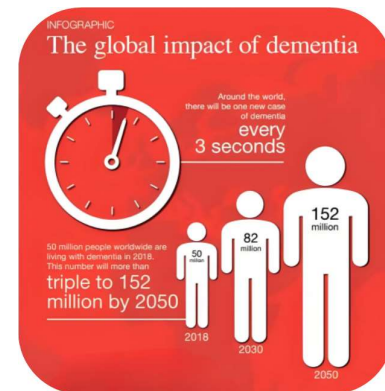
有關認知症人群居家的環境支持建議

叶思媚, 何爱群

廣東省工傷康復醫院

作品背景

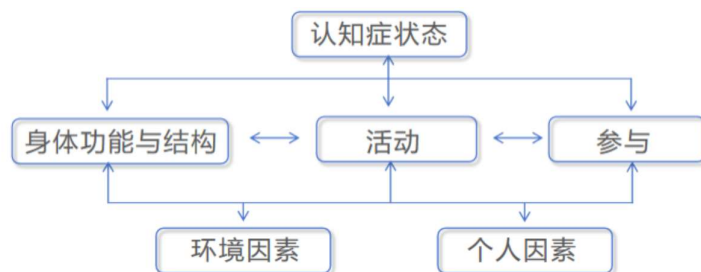
認知症是一種記憶力、思維、情緒行為以及日常生活能力退化的綜合征。國際阿爾茨海默病協會 2018 年報告顯示，目前全球約有 5000 萬人得了認知症，每年有近 1000 萬的新增病例，人口老齡化的加速發展使認知症人群的數量逐年上升。認知症是全球老年人殘疾和依賴的最主要原因之一。



作品理念

作業治療的“全人”理念，我們不僅關注康復物件身體功能的恢復，更強調他的活動與參與。作業治療堅信，每個人都有追求有意義、充實生活的權利，即便是認知症的人群也不例外。

而適宜的照顧管理模式可以延緩認知症人士的病情進展，提高日常生活活動能力，改善生活品質，並減輕照顧者壓力。結合 ICF 的理念，環境因素是其中最重要的一環，設置良好的家居環境支持，可以幫助認知症人群更好地生活，提高他們的獨立性和生活品質。



作品呈現



有关认知症人士的居家环境支持建议



认知症是一种记忆力、思维、情绪行为和日常生活能力退化的综合征。作业治疗认为，每个人都有选择有意义生活的权利，认知症的人群也不例外。而良好的家居环境支持可以帮助认知症人士更好地生活，提高他们的独立性。

01 照明支持

[良好的照明支持可以让认知症人士更好的看清家居环境，清楚自己的定位以及物品的摆放，减少跌倒的风险。]



- 开关面板增加颜色边框，与墙面有颜色对比提醒
- 感应夜灯，双控夜光开关
- 窗户清洁，避免遮挡，保证充足自然光照
- 充足照明，保证室内照明无暗角

02 地面支持

[良好的地面支持可以减少认知症人士空间感知困难的烦恼，更安全的适应家居环境。]



- 选择单一的地板颜色，避免复杂的花纹
- 消除地面高度差，明亮地面标记
- 沙发与墙面，有色差增加辨识度
- 电线收纳，移除地毯，矮凳等增加跌倒风险物品

03 卫生间支持



- 卫生间门与墙面有色差，张贴图标
- 自动冲水功能的智能马桶，加装扶手
- 彩色马桶座圈增加辨识度，甚至拆除马桶盖，简化步骤
- 带扶手洗澡椅且固定稳
- 干湿分离，加装大片防滑垫



- 毛巾选用与墙面/毛巾架有对比的颜色
- 冷热水标识放大

04 厨房支持



- 餐具与桌布应有颜色区分，避免选用复杂图案，增加食物辨别困难



- 移除或锁上危险物品
- 厨房用品放在易取用的位置，同时可增加标识

温馨提示：
为了提高安全性，还可以考虑这些~

05 家具支持

[清除多余家具，简化生活环境，维持原有熟悉家具空间布局，避免大脑处理信息困难。]



- 圆角处理，家具边角可安装防撞贴
- 选透明门或贴物品标签，常用物放在方便拿取位置，避免记忆阅读困难



- 带扶手以及高度合适的沙发、椅子
- 日历、时钟提醒时间定向



- 做好宠物管理
- 插座保护
- 智能门锁
- 烟雾感应器
- 警报器

关爱老人，关注认知症

叶思媚，何爱群

以上内容仅供参考，具体可以咨询您的作业治疗师，出具更个性化的家居环境支持建议，感谢您的关注！

價值傳導

本圖文針對認知症人群居住環境設置方面進行建議，從照明、地面、衛生間、廚房、傢俱 5 個方面出發，為其提供具有安全性、穩定熟悉性及減少空間困惑的實踐指導。及時發現環境設置中的問題，進而改造環境，使之更適合認知症人士居住。因版幅有限，同時結合個人的實際居住情況，具體可諮詢作業治療師，出具更個性化的環境支持方案。