



藍田街坊福利會長者鄰舍中心

健腦小百科(2023年6月號)

大家好，過去數月為各位介紹了可在家訓練各項認知能力的活動，大家有沒有試做一下呢？

提起認知障礙症，大家很多時都會指出患者「無記性」、「好快又唔記得」等症狀。「無記性」所帶來的後果可以很輕微，但亦可以很嚴重，例如是患者獨自外出後忘記回家的路線，從此失蹤；新聞很多時亦有類似報導。因此，接下來數個月的健腦小百科會為大家講解一下最新的防走失資訊，今個月會分享一些防止認知障礙症患者擅自離開居所的方法。

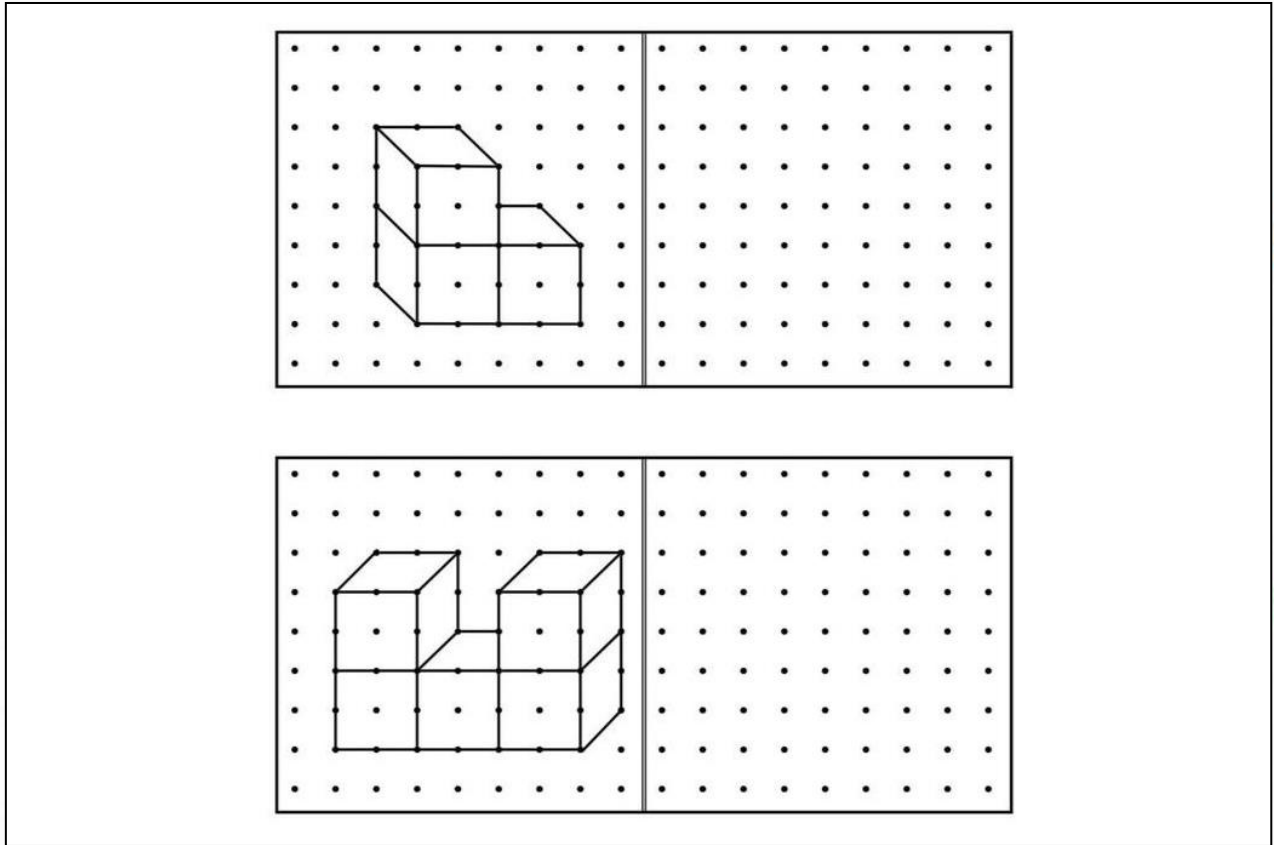
初至中期的認知障礙症患者記憶力退化，但行動能力良好；因此即使家人不希望長者獨自外出，但很多時未能勸服長者留家，形成走失的風險。

防走失措施/方法：

1. 了解長者離家的原因。例如長者感到無聊，家人可安排長者感興趣的活動讓他們參加，降低他們外出的意欲；又如長者忘記了他正身處自己的家，表示要「回家」，家人可在家多放長者的照片，讓長者明白自己正身處家中。有些長者看見門口便有出門的意欲，家人可以利用一塊布遮蔽門口位置又或加裝長者不懂開的鎖，增加他們離家的難度。
2. 善用輔助工具。坊間有很多在家防走失的用品例如監察鏡頭、離床警報裝置、無線感應地墊/座墊及感應門鈴等可供購買，協助提醒家人長者有遊走的情況。
3. 訂製防走失飾物：為長者訂製及配戴有個人身份識別的飾物(如手鐲)，萬一長者走失，有助社區人士聯絡家人。
4. 家人可告知大廈保安及相熟鄰舍，長者有走失的風險，如留意到長者獨自外出，可幫忙截停長者及通知家人。

健腦小遊戲

模仿左邊的圖案，在右邊的空格上把圖案畫出來。



數獨遊戲玩法：在空格中填入數字「1、2、3或4」，令每一直行、橫行及每組不同顏色的四方格均含有1、2、3及4。每個數字只可在每一直行、橫行及每組四方格中出現一次，不可重複或缺漏。

題目一

	4		
3			1
2		1	
			3

題目二

		2	1
1		3	
2			
	1		2

完成小遊戲後可以在6月份內把答案交到中心接待處，答案正確的話可以換領小禮物一份。