

## 新型冠狀病毒 (COVID-19)：給失智症照護者的建議

正如失智症並不會增加流感的風險，失智症很可能也不會增加COVID-19（一種由新型冠狀病毒引起的呼吸道疾病）的風險。但是失智症相關的行為、年長以及一些失智症患者常有的健康問題有可能會增加COVID-19的風險。

例如，阿滋海默症及所有其他失智症的患者都可能會忘記洗手或採取其他建議的措施來預防感染。此外，像COVID-19和流感之類的疾病可能會加重由失智症引起的認知障礙。

### 給在家照護者的建議

阿滋海默症及所有其它失智症患者的照顧者都應遵循美國疾病控制與預防中心（Centers for Disease Control, CDC）的指導，考慮以下的建議：

- ▶ 對失智症患者，很多疾病的最初症狀可能都是變得更困惑了。所以當失智症患者的困惑速增，就要聯繫醫療保健機構進行諮詢。
- ▶ 失智症患者可能需要額外及書面提醒和支持，才能日復一日地記得重要的衛生習慣。
  - » 考慮在浴室和其他地方放置標誌，以提醒失智症患者用肥皂洗手20秒鐘。
  - » 示範如何徹底洗手。
  - » 如果失智症患者無法去洗手槽或洗手有困難，那麼用含至少 60% 酒精的酒精類洗手液進行手部消毒不失為一種快捷的替代。
- ▶ 向您的藥劑師或醫生諮詢有關增加處方藥物的日數以減少去藥房的次數。
- ▶ 如果成人日間中心，喘息服務等設施因為受 COVID-19 的影響而改變或取消，請提前考慮並為失智症患者制定替代計劃。
- ▶ 請事先考慮並制定替代的護理管理計劃，以防主要照護者生病。

### 給予輔助型住宅照護者的建議

美國疾病控制與預防中心（CDC）已為療養院中如何進行COVID-19的感染控制及預防提供了指南。這個指南旨在保障住客的健康與安全。防控措施會因各地的具體情況差異而有所不同。

請向護理機構查詢其管理COVID-19風險的程序。確保他們擁有您的緊急聯繫信息，以及其他家人或朋友的緊急聯繫信息作為備份。

- ▶ 如果您有任何病徵或症狀，請勿去探望家人。
- ▶ 護理機構可能會根據所在地區的疫情而限制或禁止訪客。這是為了保護住客的安全，雖然您可能會因見不到家人而感到難過。
- ▶ 如果不允許探視，請詢問機構如何與家人聯繫。選項包括電話，視頻聊天或電子郵件。
- ▶ 如果您的家人無法進行通話或視頻聊天，請詢問機構如何與其工作人員保持聯繫以獲取最新信息。

### 保持健康

留意自己和他人是否有流感或疑似肺炎症狀，如有的話請立即報告醫護人員。

遵循CDC關於COVID-19的最新指南。保持自己和親人健康的建議包括：

- ▶ 避免與患病的人近距離接觸。
- ▶ 避免觸碰自己的眼睛、鼻子和嘴巴。
- ▶ 生病時待在家裡；在家工作。
- ▶ 咳嗽或打噴嚏時用衛生紙摀住口鼻，然後將衛生紙丟進垃圾桶。
- ▶ 用家用清潔劑或消毒紙巾清潔和消毒經常觸摸的物件和表面。
- ▶ 經常用肥皂和清水洗手至少20秒鐘，尤其是去洗手間後、進食前、擤鼻涕、咳嗽或打噴嚏後。
  - » 如果沒有肥皂和水，可以使用酒精含量至少為 60% 的酒精類洗手液。
  - » 只要看見手髒了，就要用肥皂和水洗手。