

## 華語家庭照顧者互助支持小組

阿茲海默症關愛服務華語家庭照顧互助小組每月活動一次，以粵語或國語進行。照顧阿茲海默症及相關失智症患者的親友將會面對獨特的挑戰和難言的苦衷及困惑。我們互助支持小組為照顧者提供一個安全的地方，互相傾訴心聲和分享經驗。有興趣參加互助支持小組的家庭照顧者請預約登記，不接受即時參加活動。請電詢石小姐 646-744-2951 或聶小姐 646-744-2970。

### 粵語組

布碌崙小組 - 每月第一個星期四下午2時至4時  
主持人 - 石蔚靜小姐，華人外展經理

曼哈頓小組 - 每月第一個星期五下午3點至5點  
主持人 - 聶華娟小姐，註冊社工

### 國語組

法拉盛第一小組 - 每月第三個星期日下午2時至4時  
主持人 - 石蔚靜小姐，華人外展經理

法拉盛第二小組 - 每月第二個星期日下午12時至1時30分  
主持人 - 張麗善小姐，義工

## 免費教育講座

### 1) 什麼是失智症？

講者：聶華娟小姐，阿茲海默症關愛服務註冊社工  
日期、時間和地點請與聶華娟小姐聯繫  
電話：646-744-2970 或電郵：[snie@caringkindnyc.org](mailto:snie@caringkindnyc.org)

### 2) 法律常識及未來財務規劃

講者：華人律師  
地點：阿茲海默症關愛服務（曼哈頓中城列星頓大道360號三樓，在東40街和41街之間 360 Lexington Ave. 3rd Floor, New York, NY 10017）  
詳情及報名請與華人註冊社工聶小姐聯繫  
電話：646-744-2970 或電郵：[snie@caringkindnyc.org](mailto:snie@caringkindnyc.org)

## 失智症專業護理人員中文（國語）免費培訓課程

失智症專業護理人員免費中文（國語）培訓課程。該課程是專為照護失智症長者的在職護理員而設置的，為期7天45小時。家庭照顧者免費中文（國語）講座。該講座專為照護阿茲海默症及其他失智症患者的親友而設計的10小時4節課講座。詳情請聯繫華人培訓專員詹梅桂小姐電話：646-744-2976 或電郵：[mjan@caringkindnyc.org](mailto:mjan@caringkindnyc.org)

## 阿茲海默症關愛服務社區外展日

日期：每個月第四個星期一  
時間：9時30分至1時30分  
地點：華埠勿街7號紐約探訪護士服務中心  
內容：解疑答難、填寫表格等  
詳情請與華人外展經理石蔚靜小姐聯繫  
電話：646-744-2951  
或電郵：[wshi@caringkindnyc.org](mailto:wshi@caringkindnyc.org)

## 2017年健腦日

日期：10月26日星期四  
時間：上午10時至下午3時  
地點：中華公所禮堂，華埠勿街62號  
活動免費，憑票入場，歡迎居住在紐約市五個區的華裔長者和照顧者參加。  
詳情請致電或電郵華人外展經理石蔚靜小姐  
電話：646-744-2951  
或電郵：[wshi@caringkindnyc.org](mailto:wshi@caringkindnyc.org)

**CaringKind, The Heart of Alzheimer's Caregiving**  
阿茲海默症關愛服務（前身為阿茲海默症協會紐約市分會）

**24小時輔助熱線 646.744.2900**

地址：360 Lexington Ave. 4th Floor, New York, NY 10017  
網站：[www.caringkindnyc.org](http://www.caringkindnyc.org)

中文職員專線：  
華人外展經理石蔚靜 646-744-2951  
華人註冊社工聶華娟 646-744-2970  
華人培訓專員詹梅桂 646-744-2976

**鳴謝**

CAMS-CAIPA Community Service Fund

**贊助本刊**

## 每刊一談 - 華人外展經理石蔚靜

### 一個發生在我身邊的真實的故事

如果不是自己的親身經歷，我不敢相信這是一個真實的故事：9月27日阿茲海默症關愛服務華人外展組織了失智症患者、照顧者和義工55人一日遊，前往大熊山國家公園觀賞初秋景色，並到新澤西州的蘋果園採摘蘋果。旅途上，每一個人都很興奮開心，盡情欣賞大熊山的藍天白雲和湖光山色，特別是那些平時難得出門的患者，我們可以從他們的臉上領略到他們內心的快樂。

下午時分，我們在蘋果園品嚐了新鮮美味的蘋果，採集了自己心儀的大蘋果，裝好袋準備集隊回家。一對夫妻，丈夫是患者，妻子是照顧者，他們還沒有上車，我找到妻子問她丈夫在哪裡，她說在上廁所。我們等了15分鐘，丈夫還沒有出現，一個男性義工自告奮勇到男廁所找他，結果義工在廁所裡發覺患者解完手之後不知道怎樣打開廁所門出來，一直站在廁所門後面不知所措。他在解完手那一瞬間，迷失了自己，不知道下一步要做什麼。患者最後被義工領回巴士來。我知道這個過程之後心裡特別難受。其實這就是失智症患者每天都可能發生的真實情況。我們永遠都不知道他們的下一刻會發生什麼事情，他們的生活是多麼的不可思議和難於預料，還有更重要的是，照顧著他們的家人和朋友每天經受的困擾和擔憂有多大，這不是一般人所能想像的。

我衷心地希望您看完這個真實故事之後，能用自己的心來感受失智症患者和照顧者們的實際遭遇，我堅信您一定會感同身受，對阿茲海默症及失智症患者萌生出更多的關愛之心和理解之情，當您正好遇到或看到患者一些匪夷所思的行為時，就會像上述的義工一樣主動伸出援助之手，耐心幫助他們，讓他們感覺到他們的周圍是溫暖和安全的！

## 阿茲海默症華裔社區活動花絮

### 農曆新年

雞年的慶祝活動2月24日舉行。來自60多個家庭的病友和照顧者參加了慶祝活動。機構執行副總裁Jed A. Levine致新春祝詞。康奈爾醫學院老人病科醫師連醫生介紹長者疾病常識、大鵬同鄉會副會長王天送先生即席書法、耆英會舞蹈隊表演、皇后區支持互助小組合唱、幸運抽獎和品嚐美食，讓大家度過了一個愉快和溫馨的節日。





由導演趙青拍攝、製片人馮都製作的，關於上海失智家庭的獲獎紀錄片『我只記得你』的觀賞會，於8月30日在紐約探訪護士服務華埠社區中心舉行。60多位來自各區的長者觀看了影片。該紀錄片提出的關於空巢失智老人的照護問題，引起所有觀眾的深思。

## 關愛社交茶會

阿茲海默症關愛服務華人外展服務於6月16日在華埠麒麟閣酒家舉辦關愛社交茶會。40位病友和家屬出席了茶會，大家一起座談、聯誼和品嚐中式點心。安保醫療保險送上了一個大蛋糕和小禮物與大家同樂。



由阿茲海默症關愛服務和亞洲人平等會聯合舉辦的失智症知識和長者移民福利資訊講座，分別於7月20日和7月27日在積臣泰圖書館舉行，把社區長者可利用的服務資源傳播給居住在積臣泰地區的華人。



## 阿茲海默症知識分享

### 什麼是失智症 Dementia?

失智症是一個涵蓋性的醫學術語，用於描述由於腦部異常變化而造成的一系列症狀。

失智症是一種智力狀態，就其本身而言並非身體疾病。該症狀通常為漸進性，意即症狀會隨時間的推移而惡化。

失智症並非一定是由正常老化過程所導致的，或是由疾病或身體其他損傷對腦細胞造成傷害的後果。失智症狀因人而異，但其引起的行為變化卻不可小視，足以在以下幾個領域影響人們的日常生活：

- 認知（記憶、思維、語言）
- 行為（情緒、性格、社交技能）
- 身體機能（運動技能、失禁、視覺空間變化）

### 失智症與阿茲海默症(Alzheimer's Disease)有何區別？

漸進性失智症有超過75種不同的病因。在所有失智症診斷中，阿茲海默症(AD)是最常見的大腦退化性的疾病，約佔70%。如果某人患有阿茲海默症，那他肯定患有失智症，但如果某人有失智症，病因卻可能是或不是由阿茲海默症引起的。

### 失智症常見的類型如下：

1. **阿茲海默症(AD)**：是大腦受斑塊及纏結構造所造成的。由於大腦的不同部分受斑塊及纏結所影響，神經元或神經細胞受損，並導致大腦體積大幅減少。對剛剛發生的事情記不起是阿茲海默症最初

引起注意的症狀。阿茲海默症患者平均患病週期為8至10年，但有的患者可達20年。絕大部分阿茲海默症患者年齡在65歲以上，但也有一小部分患者在40或50歲左右發病。

2. **血管性腦退化症(VaD)**：在血管疾病發作後發生，比如中風、微細血管出血或血管堵塞造成大腦損傷。血管性腦退化症患者通常會有一段時間病情惡化，然後變得相對穩定，直至下一次血管病發作使病情再度惡化。

3. **路易體腦退化症(LBD)**：在許多方面與阿茲海默症相似，但通常會在早期出現平衡與協調困難，還會出現妄想與生動的幻覺。

4. **額顳葉腦退化症(FTDs)**：典型初期症狀包括性格及行為上的顯著變化，或在語言，而非記憶上有困難。額顳葉腦退化症可能影響40歲或50歲左右的患者，而且惡化速度快於阿茲海默症。

5. **帕金森類腦退化症(Parkinson's)**：若干帕金森病患者在疾病後期可能出現失智症。

6. **亨廷頓舞蹈症(Huntington's)**：一種影響大腦及身體的遺傳性腦部疾病。

7. **韋尼克-科爾薩科夫綜合征(WK)**：因嚴重缺乏維生素B1所致，常見於曾有酒精中毒史的患者。

8. **庫賈氏症(CJ)**：一種罕見的致死性腦部疾病，病情惡化迅速，影響人類及一些其他哺乳類動物。

9. **艾滋病(HIV)伴發腦退化症**：艾滋病毒攜帶者及艾滋病AIDS患者有時會產生認知障礙，尤其是在疾病後期。