

認識腦退化症系列 ——
家居環境安全



腦部退化或會令腦退化症人士對生活環境感到混亂和陌生。照顧者若能提供一個安全、簡潔和有環境提示的家居，可大大提高他們的活動能力，並避免家居意外的發生。

家居環境安全

HOME SAFETY

環境改善建議

一個合適的居住環境有助穩定腦退化人士的情緒，增加他們對時、地、人的認知，以及減少家居意外。

地板及走廊



- 使用防滑、不反光、淨色的物料
- 保持乾爽
- 避免電線外露
- 保持通道暢通無阻
- 安裝合適的扶手

照明



- 保持光線充足
- 確保光度足夠
- 多採納天然光

睡房



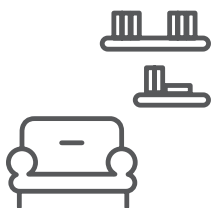
- 安裝夜燈和指示牌，以便晚間尋找洗手間
- 在抽屜加上文字及相片標籤，列明擺放物品，或使用透明櫃門
- 把常用物件擺放在伸手可及的地方

廚房



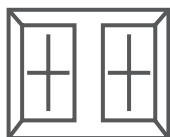
- 鎖上危險物品，例如：消毒劑、清潔劑、利器等
- 煮食後關掉爐具總掣
- 使用智能爐具
- 於調味盒貼上清楚的標籤
- 若有混亂或胡亂進食的問題，可考慮把廚房門鎖上

大廳



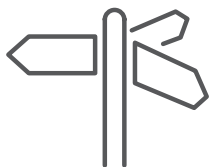
- 把傢俱與擺設放在固定的位置
- 選擇邊緣圓滑的傢俱或包好傢俱的角位
- 避免使用摺枱及摺檯
- 於當眼位置擺放較大的日曆和時鐘
- 在電話旁邊放置常用電話號碼紙作提示
- 避免擺放易碎的擺設

門窗



- 以裝飾物隱藏門鎖，以免有走失風險
- 安裝開門響鬧裝置
- 經常使用的房間門可用顏色或指示牌協助識別
- 移除門木檻及避免使用地墊，減低被絆倒的機會
- 安裝固定的窗花或把活動式窗花鎖好
- 使用不需要繩索拉動的窗簾
- 需妥善保管全屋鑰鎖匙，確保能隨時開啟所有門窗

預防走失



- 讓他們配戴刻有家屬聯絡方法之手鐲或衣物標籤，或攜帶備有追蹤功能之手提電話或追蹤器
- 讓鄰居及大廈管理員得悉他們有迷路的可能，並告知聯絡家人的方法
- 準備他們的全身和半身近照作報失用途

浴室 及洗手間



- 使用防滑地磚及經常保持乾爽
- 安裝合適的扶手
- 安裝與扶手外形及顏色不同的毛巾架，避免他們誤用毛巾架「借力」
- 使用恆溫熱水器並將水溫設定至安全的溫度
- 以文字、顏色或圖片標示水龍頭的冷熱水調較方向
- 只擺放他們需要用的梳洗用品，並清楚標示用品名稱

家居 安全評估

如欲獲得適當的家居改善建議，請致電賽馬會耆智園，安排職業治療師進行家居環境評估



更多家居安全資料



- + 日間中心
- + 熱線支援服務
- + 健腦俱樂部
- + 研究工作
- + 訓練中心
- + 住宿服務
- + 記憶診所
- + 照顧者支援服務
- + 家居環境評估服務

賽馬會耆智園

新界沙田亞公角街 27 號

電話 2636-6323

傳真 2636-0323

網址 www.jccpa.org.hk

電郵 info@jccpa.org.hk



賽馬會耆智園
Jockey Club Centre for Positive Ageing

