

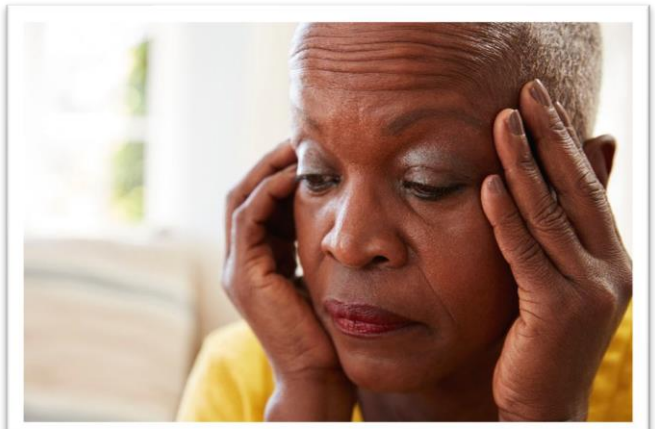
Những Lo Ngại về An Toàn đối với Người Bệnh Sa Sút Trí Tuệ

Sa sút trí tuệ không phải là nguyên nhân duy nhất gây mất trí nhớ. Mất trí nhớ và/hoặc lú lẫn có thể là kết quả của nhiều điều kiện bệnh lý, một số bệnh trong đó có thể chữa khỏi. Nếu quý vị hoặc người quen của quý vị bị mất trí nhớ hoặc lú lẫn và tình trạng đang trở nên trầm trọng hơn thì quý vị hoặc người đó cần phải trao đổi với chuyên gia chăm sóc sức khỏe về tình trạng này. Nếu tình trạng tiến triển thành sa sút trí tuệ, quý vị vẫn có thể thực hiện một số hành động để sống tốt và lên kế hoạch cho một tương lai sống chung với căn bệnh này.

Sa sút trí tuệ ảnh hưởng đến mỗi người theo cách khác nhau nhưng các triệu chứng thường bao gồm mất trí nhớ ngày càng nặng, lú lẫn và mất phương hướng. Thay đổi trong não bộ cũng có thể tác động đến cách người bệnh diễn giải những gì họ nhìn, nghe, cảm nhận, nếm hoặc ngửi và cảm giác về thời gian, địa điểm và phán đoán của họ – mỗi khía cạnh này đều có thể ảnh hưởng đến sự an toàn của người bệnh.

Môi trường tốt nhất cho người bị mất trí nhớ hoặc sa sút trí tuệ là môi trường giúp họ cảm thấy độc lập và được hỗ trợ nhiều nhất có thể. Đối với những người mắc chứng sa sút trí tuệ và muốn ở nhà, cần phải cân đối phù hợp giữa tính tự lập và sự an toàn - và dự đoán những thay đổi có thể xảy ra. Có thể điều chỉnh một cách linh hoạt và sáng tạo để làm cho ngôi nhà trở nên an toàn hơn và ít gây căng thẳng hơn cho tất cả mọi người.

"Gói Thông Tin" này hỗ trợ các thành viên gia đình và người chăm sóc đánh giá tình trạng ngôi nhà và hành động để tăng cường an toàn trong quá trình người bệnh điều trị sa sút trí tuệ. Các tài liệu chủ yếu nêu bật thông tin và hướng dẫn liên quan đến những khía cạnh sau:



- | | |
|-------------------------|--|
| 1. An Toàn Tại Nhà | 4. Đi Lang Thang |
| 2. Phòng Ngừa Trượt Ngã | 5. Chuẩn Bị Ứng Phó Trong Trường Hợp Khẩn Cấp |
| 3. Lái Xe | 6. Lạm Dụng Người Cao Tuổi & Bóc Lột Tài Chính |

Quý vị có thể nhấp vào các liên kết bên dưới mỗi tài liệu để xem hoặc in thông tin. Khi xuất hiện biểu tượng máy tính nghĩa là chỉ xem thông tin trực tuyến và không in được.

QUÝ VỊ NÊN LẬP KẾ HOẠCH TRƯỚC VỀ VIỆC: THIẾT LẬP SẴN CÁC BIỆN PHÁP AN TOÀN TẠI CHỖ TRƯỚC KHI CẦN SỬ DỤNG THỰC TẾ

Truy cập [Dementia Capable Virginia](#) để đọc các Tài Thông Tin về Bệnh Sa Sút Trí Tuệ bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha, bao gồm các chủ đề An Toàn Tại Nhà, Đi Lạc và Lái Xe.

1. AN TOÀN TẠI NHÀ

Hướng Dẫn Chăm Sóc Người Bệnh Alzheimer, An Toàn Tại Nhà (Viện Lão Hóa Quốc gia)

<https://www.nia.nih.gov/alzheimers/publication/home-safety>

Trang web đề cập đến chủ đề an toàn tại nhà, cung cấp các hướng dẫn về an toàn cơ bản ở tất cả các phòng, di chuyển xung quanh nhà và giảm thiểu mối nguy hiểm. Bao gồm thông tin về tình trạng suy giảm từng giác quan - thị giác, khứu giác, xúc giác, thính giác và vị giác - và cách thức ảnh hưởng đến sự an toàn khi ở trong nhà.

An Toàn Tại Nhà cho Người mắc Bệnh Alzheimer (Viện Lão Hóa Quốc gia)

<https://www.nia.nih.gov/health/home-safety-checklist-alzheimers-disease>

Một trang web dành cho những người cung cấp dịch vụ chăm sóc tại nhà cho những người bị suy giảm nhận thức, mắc bệnh Alzheimer hoặc các chứng sa sút trí tuệ khác. Trang web này cung cấp danh sách kiểm tra từng phòng trong nhà để tạo ra một môi trường an toàn hơn.

Bệnh Alzheimer và An Toàn Tại Nhà - Trang web (Hiệp Hội Alzheimer)

<https://www.alz.org/care/alzheimers-dementia-safety.asp>

Trang web này chứa thông tin về cách thức bệnh sa sút trí tuệ ảnh hưởng đến sự an toàn và cung cấp các hướng dẫn để an toàn tại nhà. Quý vị có thể tải xuống danh sách kiểm tra sự an toàn tại nhà cho các phòng trong nhà tại đây: <https://www.alz.org/getmedia/dc740fbd-9cdc-4b64-b274-9fc9ee4ec64e/alzheimers-dementia-home-safety-checklist.pdf>

This Caring Home, Ngôi Nhà Áo về An Toàn Tại Nhà - Trang web (This Caring Home)

<https://www.thiscaringhome.org/> Truy cập liên kết này và chọn "Home Safety" (An Toàn Tại Nhà) để xem các tùy chọn. Trang web này cung cấp các giải pháp trực tuyến dựa trên nghiên cứu để giải quyết các vấn đề an toàn tại nhà và chăm sóc hàng ngày. Trang web này cũng cung cấp thông tin, sơ đồ trực quan và ví dụ về các sản phẩm để thúc đẩy an toàn trong phòng tắm, phòng ngủ, nhà bếp, phòng khách/phòng ăn, cầu thang và không gian ngoài trời.

2. PHÒNG NGỪA TRƯỢT NGÃ

Giảm Nguy Cơ Trượt Ngã cho Người Mắc Bệnh Sa Sút Trí Tuệ (Hiệp Hội Alzheimer Manitoba)

<https://alzheimer.mb.ca/wp-content/uploads/2013/09/2014-Dementia-Fall-Risk-Checklist-template.pdf>

Trang web này chia sẻ nhiều lý do giải thích tại sao những người mắc chứng sa sút trí tuệ có nguy cơ trượt ngã cao hơn. Trang web này cũng đưa ra các gợi ý để tăng cường độ an toàn trong môi trường thực tế.

Trượt Ngã và Người Cao Tuổi - Trang web (Viện Lão Hóa Quốc gia)

<https://www.nia.nih.gov/health/prevent-falls-and-fractures>

Trang web này cung cấp thông tin về nguy cơ trượt ngã gia tăng do lão hóa và các hướng dẫn để thay đổi cá nhân, phòng tránh trượt ngã tại nhà và duy trì sức khỏe của xương. Mặc dù không tập

trung cụ thể vào chứng sa sút trí tuệ nhưng trang web này cung cấp thông tin và những điều cần cân nhắc hữu ích cho tất cả người cao tuổi.

Tìm một **chương trình Phòng Chống Trượt Ngã** trong khu vực của quý vị bằng cách gọi cho Cơ Quan Khu Vực về Lão Hóa tại địa phương:

3. LÁI XE

-  **Thông Tin Lái Xe và Hợp Đồng** (Hiệp Hội Alzheimer) <https://www.alz.org/getmedia/9d7671f6-4df4-4457-a934-488185a69623/alzheimers-dementia-driving-info-contract-ts.pdf>

Tờ thông tin ngắn gọn đề cập đến nhu cầu lập kế hoạch dừng lái xe, các hướng dẫn để giúp người mắc chứng sa sút trí tuệ ứng phó với sự thay đổi này và dành cho gia đình của những người do dự/từ chối từ bỏ lái xe. Quý vị có thể cần sớm điền thông tin trong một liên kết đến một "hợp đồng" trong quá trình tiến triển bệnh để khuyến khích thảo luận và lập kế hoạch cho các quyết định lái xe khi bệnh tiến triển.

-  **Tại Ngã Tư Đường: Thảo Luận Trong Gia Đình về Bệnh Alzheimer, Sa Sút Trí Tuệ và Lái Xe** (Trung Tâm Hoạt Động Xuất Sắc Trong Thị Trường Dành Cho Người Lớn Tại Hartford) https://ewcstatic.thehartford.com/thehartford/the_hartford/files/CMME/cmme-crossroads.pdf

Tài liệu hướng dẫn bao gồm 28 trang này giúp các gia đình xác định thời điểm phù hợp để những người thân yêu mắc chứng sa sút trí tuệ của mình ngừng lái xe và giúp họ đối mặt với việc ngừng lái xe.

-  **Trung Tâm Nguồn Lực về Sa Sút Trí Tuệ và Lái Xe - Trang web** (Hiệp Hội Alzheimer) <https://www.alz.org/help-support/caregiving/safety/dementia-driving>

Trang web này cung cấp thông tin về chứng sa sút trí tuệ, ảnh hưởng của bệnh đối với việc lái xe và các dấu hiệu lái xe không an toàn. Trang web này cũng cung cấp các hướng dẫn về việc "trò chuyện" với người thân mắc bệnh.



-  **Lái Xe An Toàn Lâu Dài: Con Đường Phía Trước - Hướng Dẫn Đánh Giá Lái Xe Toàn Diện**

(Trung Tâm Hoạt Động Xuất Sắc Trong Thị Trường Dành Cho Người Lớn Tại Hartford)

https://www.thehartford.com/sites/the_hartford/files/your-road-ahead-2012.pdf

Tài liệu hướng dẫn bao gồm 32 trang này cung cấp thông tin chung cho những người tìm kiếm thông tin về đánh giá lái xe toàn diện.

Trang web này nêu danh sách các chuyên gia thực hiện loại đánh giá này ở tất cả các khu vực của Virginia.

- o <https://www.granddriver.net/testing-centers/>

-  **Virginia GrandDriver** (Sở Dịch Vụ Người Cao Tuổi và Phục Hồi Chức Năng) <https://granddriver.net>
Virginia GrandDriver là một nguồn lực giáo dục được thiết kế để cung cấp cho người dân Virginia thông tin và nguồn lực về cách giữ an toàn và di chuyển trên đường khi quý vị già đi.

4. ĐI LANG THANG

-  **Trung Tâm Chăm Sóc Người Bệnh Alzheimer và Sa Sút Trí Tuệ, Đi Lang Thang và Bệnh Alzheimer - Trang web (Viện Lão Hóa Quốc Gia)**

<https://www.nia.nih.gov/health/wandering-and-alzheimers-disease>

Trang web này cung cấp thông tin về chứng sa sút trí tuệ, cách hỗ trợ người bệnh trong cuộc sống hàng ngày và nhận hỗ trợ, hành vi và những khía cạnh khác. Trang web có một mục về các mối lo ngại về an toàn, bao gồm cả đi lang thang.

-  **Đi Lang Thang** (Hiệp Hội Alzheimer)

<https://www.alz.org/help-support/caregiving/stages-behaviors/wandering>

Trang web này cung cấp thông tin về việc giúp đỡ người mắc chứng sa sút trí tuệ không đi lang thang và cung cấp các hướng dẫn và chiến lược thiết thực để ngăn ngừa hành vi đi lang thang.

-  **Dự Án Lifesaver**

<https://projectlifesaver.org/>

Dự Án Lifesaver là một giải pháp công nghệ để xác định vị trí những người đi lang thang trong tình trạng không an toàn. Hầu hết các văn phòng cảnh sát trưởng ở Virginia đều tham gia vào chương trình này. Liên hệ với văn phòng cảnh sát trưởng địa phương để biết thông tin về cách đăng ký người mắc chứng sa sút trí tuệ.

-  **Hệ Thống Công Nghệ Hỗ Trợ Virginia: Các Phương Án Công Nghệ Hỗ Trợ Giải Quyết Tình Trạng Đi Lang Thang**

<https://www.vats.virginia.gov/resources.htm>

Danh sách này bao gồm các phương án như gắn GPS vào lót giày và báo động có thể giúp ngăn người bệnh đi lang thang.

5. CHUẨN BỊ ỨNG PHÓ TRONG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP (Hãy chuẩn bị sẵn sàng ứng phó với hỏa hoạn, lũ lụt và/hoặc động đất!)

-  **Chăm Sóc Người Bệnh Alzheimer, Chuẩn Bị Sẵn Sàng Ứng Phó Thảm Họa dành cho Người Chăm Sóc Bệnh Nhân Alzheimer** (Viện Lão Hóa Quốc Gia)

<https://www.nia.nih.gov/health/disaster-preparedness-alzheimers-caregivers>

Trang web này bao gồm chủ đề chuẩn bị sẵn sàng ứng phó thảm họa như thời tiết cực đoan, hỏa hoạn, lũ lụt, động đất và các tình huống khẩn cấp khác. Trang web này cũng chia sẻ thông tin về việc lấy đồ đạc, phải làm gì nếu rời khỏi nhà và nếu bị chia tách với người thân.

-  **Khoảng Lặng Trước Cơn Bão: Cuộc Trò Chuyện Trong Gia Đình về Lập Kế Hoạch Ứng Phó Thảm Họa, Chăm Sóc, Bệnh Alzheimer và Chứng Sa Sút Trí Tuệ** (Trung Tâm Hoạt Động Xuất Sắc trong Thị Trường Dành Cho Người Lớn Tại Hartford) https://s0.hfdstatic.com/sites/the_hartford/files/cmme-storm.pdf

Tài liệu hướng dẫn gồm 40 trang này giúp người chăm sóc chuẩn bị ứng phó thiên tai bằng cách lập kế hoạch với gia đình, bạn bè và những người khác. Tài liệu này bao gồm bảng tính, danh sách kiểm tra và các nguồn lực hữu ích khác.

6. LẠM DỤNG NGƯỜI CAO TUỔI VÀ BÓC LỘT TÀI CHÍNH

Nếu Quý Vị Nghi Ngờ Có Hành Vi Lạm Dụng hoặc Bỏ Bê:

Gọi 911 nếu quý vị nghi ngờ người nào đó có thể gặp **nguy hiểm ngay lập tức**.

Nếu không xảy ra nguy hiểm ngay lập tức, quý vị vẫn cần báo cáo hành vi lạm dụng hoặc bỏ bê.

Gọi đến **Đường Dây Nóng 24 giờ của Dịch Vụ Bảo Vệ Người Cao Tuổi (APS)** theo số **1-888-832-3858**

 **Dấu Hiệu Cảnh Báo Lạm Dụng** (Trung Tâm Quốc Gia về Lạm Dụng Người Cao Tuổi)

https://www.pacourts.us/Storage/media/pdfs/20210516/225550-ncea_redflagsea.pdf

Những người mắc chứng sa sút trí tuệ có nguy cơ bị lạm dụng và bỏ bê cao hơn so với những người cao tuổi nói chung. Tờ thông tin dài 2 trang này chia sẻ các dấu hiệu cảnh báo về hành vi bỏ bê, lạm dụng/bóc lột tài chính, lạm dụng tâm lý/cảm xúc và lạm dụng thể chất/tình dục.

 **Answers on Aging™ Bóc Lột Tài Chính: Bảo Vệ Tiền Bạc và Tài Sản** (Hiệp Hội Cơ Quan Khu Vực Quốc Gia về Người Cao Tuổi) <https://www.usaging.org/Files/financial-fraud-access508.pdf>

Tập tài liệu dài 7 trang này mô tả "các dấu hiệu cảnh báo" về bóc lột tài chính, đối tượng có thể gặp rủi ro và các bước hành động mà quý vị có thể thực hiện để tránh bị bóc lột tài chính.

 **Lạm Dụng và Gian Lận** (Sở Dịch Vụ Người Cao Tuổi và Phục Hồi Chức Năng) <https://www.vda.virginia.gov/abuseandfraud.htm> Trang web này cung cấp thông tin về lừa đảo và gian lận, trộm cắp danh tính, bóc lột tài chính, lạm dụng và bỏ bê.

 **Lừa Đảo** (Văn Phòng Tổng Chương Lý) <https://www.oag.state.va.us/consumer-protection/index.php/scams-information> Trang web này cung cấp các dấu hiệu cảnh báo và hướng dẫn để tránh trở thành nạn nhân của hành vi lừa đảo.

Báo cáo hành vi lừa đảo cho Văn Phòng Tổng Chương Lý, Phòng Bảo Vệ Người Tiêu Dùng qua số điện thoại 1-804-786-2042



THÊM THÔNG TIN VỀ CHĂM SÓC VÀ AN TOÀN CHO NGƯỜI CHĂM SÓC

 **Chăm Sóc Người Bệnh Alzheimer: Hướng Dẫn Dễ Hiểu từ Viện Lão Hóa Quốc Gia** (Viện Lão Hóa Quốc Gia)
<https://order.nia.nih.gov/publication/caring-for-a-person-with-alzheimers-disease-your-easy-to-use-guide>
Hướng dẫn này cung cấp thông tin và hướng dẫn chăm sóc người bệnh sa sút trí tuệ. Tài liệu này thảo luận về việc chăm sóc hàng ngày, hội chứng hoàng hôn và các hành vi khác, cũng như nguồn lực giúp đỡ khi cần.

 **Chăm Sóc: Hướng Dẫn Dành Cho Người Chăm Sóc tại Virginia** (Liên Minh Người Chăm Sóc Virginia/DARS) <https://sharepoint.wvrc.net/VDAPublic/Shared Documents/Caregiver Resource Guide.pdf>
Hướng dẫn dành cho gia đình và những người chăm sóc không được trả lương khác về việc chăm sóc người lớn hoặc người cao tuổi bị khuyết tật. Hướng Dẫn cung cấp thông tin tổng quan toàn diện về các dịch vụ và hỗ trợ dành cho người dân Virginia.

QUÝ VỊ MUỐN NÓI CHUYỆN VỚI MỘT NGƯỜI CÓ THỂ GIÚP ĐỠ MÌNH GIẢI QUYẾT CÁC VẤN ĐỀ VỀ SA SÚT TRÍ TUỆ VÀ AN TOÀN?

Hiệp **Hội** Alzheimer là tổ chức y tế tự nguyện hàng đầu thế giới về chăm sóc, hỗ trợ và nghiên cứu bệnh Alzheimer. Bốn chi hội của Hiệp Hội tại Virginia (National Capital Area, Greater Richmond, Central and Western Virginia và Southeastern Virginia) cung cấp các dịch vụ cụ thể như sau:

- Nhóm hỗ trợ & chương trình giai đoạn đầu
- Tư vấn & giáo dục chăm sóc
- Nguồn thông tin trên web (www.alz.org)
- Đường Dây Trợ Giúp 24/7, gọi số 1-800-272-3900

Tìm các dịch vụ và hỗ trợ tại địa phương bao gồm các nhóm hỗ trợ, chăm sóc thay thế và tư vấn bằng cách gọi cho Cơ Quan Khu Vực về Người Cao Tuổi tại địa phương (AAA) của quý vị. Tìm AAA ở địa phương của quý vị tại <https://www.vda.virginia.gov/aaamap.htm> hoặc bằng cách gọi số 1-800-552-3402

Quý vị có thể xem thông tin chung về thảm họa và chuẩn bị sẵn sàng ứng phó tại
Sở Quản Lý Tình Trạng Khẩn Cấp Virginia
<https://vaemergency.gov>

Lập bởi Sở Dịch Vụ Người Cao Tuổi và Phục Hồi Chức Năng Virginia, Dịch Vụ Sa Sút Trí Tuệ
<https://vda.virginia.gov/dementia.htm>
804 662 9154 hoặc email dementia@dars.virginia.gov
Được điều chỉnh dựa trên sự cho phép của [Tổ Chức Hợp Tác Hành Động Vì Sa Sút Trí Tuệ Tiểu Bang Washington \(DAC\)](#).