

# 家居環境安全

智力的衰退影響老年痴呆症患者記憶、思考和判斷能力，以致造成生活起居出現混亂情況。照顧者若能提供一個既安全、簡潔又富有環境提示的家居，可大大提高患者的活動能力和家居安全。本小冊小提供一些基本的家居環境改善建議供讀者參考：

## 1 地板

- 1.1 採用防滑及不反光物料
- 1.2 選擇淨色設計
- 1.3 經常保持乾爽

## 2 照明

- 2.1 確保每處地方都有足夠的光線
- 2.2 多採納天然光

## 3 睡房

- 3.1 以患者熟悉的個人物品佈置房間幫助患者辨認
- 3.2 物件盡量擺放在患者伸手可及的地方，避免患者爬高或蹲下取物件
- 3.3 可安裝夜燈和指示牌協助患者於晚間找尋廁所方向
- 3.4 照顧者需協助患者保持睡床和儲物櫃的清潔

## 4 走廊

- 4.1 電線要整齊綑好避免外露
- 4.2 確保通道暢通無阻
- 4.3 不要擺放地毯
- 4.4 台階和門檻要清晰顯示，或盡量避免使用台階和門檻等突起的裝置
- 4.5 安裝合適的扶手

## 5 大廳

- 5.1 傢具需要固定擺放，不應隨意改動位置
- 5.2 留意傢具擺放，盡量騰出空間讓患者活動
- 5.3 選擇邊緣圓滑的傢具或以膠墊包好傢具的角位
- 5.4 避免使用摺枱或摺櫈

- 5.5 於當眼位置擺放日曆和時鐘
- 5.6 電話旁放置常用電話號紙
- 5.7 不要擺放易碎的擺設
- 5.8 避免使用玻璃或鏡等的室內裝飾

## 6 廚房

- 6.1 危險物品（如消毒劑、清潔劑、利器等）要鎖好
- 6.2 煮食後關掉爐具總掣
- 6.3 建議患者在照顧者陪同下使用廚房
- 6.4 若患者經常表現混亂或有胡亂進食的問題時，建議將廚房門鎖上

## 7 門窗

- 7.1 大門經常上鎖（建議採用隱蔽的門鎖或密碼鎖）
- 7.2 安裝開門響鬧裝置
- 7.3 患者經常使用的房間門可用顏色或患者熟悉的物品以助患者辨識
- 7.4 照顧者需妥善保管全屋鎖匙，確保能夠隨時啓家中所有門窗
- 7.5 安裝固定的窗花，或將活動式窗花鎖好
- 7.6 將窗簾繩網好，或使用不需要繩索拉動的窗簾

## 8 浴室及廁所

- 8.1 使用防滑地磚
- 8.2 安裝合適的扶手
- 8.3 使用恆溫熱水器並將水溫設定至最低的熱度
- 8.4 以圖示提醒患者水龍頭的冷熱水調較方向
- 8.5 若使用浴缸，應安裝沖涼板；若使用企缸亦應提供有背和扶手的沐浴椅
- 8.6 只擺放長者需要用的梳洗沐浴用具，清楚標誌用品名稱，固定放置患者容易觸及的地方
- 8.7 地面要經常保持乾爽

## 9 防走失處理

- 9.1 切勿單獨留下患者於家中
- 9.2 將患者基本資料及家屬聯絡方法附帶患者隨身物（如手袋，手鐲）內
- 9.3 讓鄰居、大廈管理員和附近商鋪的店員得悉患者有迷路的可能，並告知他們聯絡家人的方法

9.4 準備患者的全身和半身近照備用

9.5 改裝 / 裝修家居時要留意患者的需要，改動宜按步就班

## **10 家居安全評估**

10.1 如要獲得切身的家居改善建議，請致電賽馬會耆智園，安排職業治療師進行家居環境評估，電話：2636 6323。