

# 失智症十大警訊

## 10 Tanda Demensia/ Penyakit Pikun

如果發現家中長輩出現以下所列十大警訊時，建議您立即尋求專業的檢查和診斷，千萬不要以為這是老化的必然現象而延誤適當的治療時機。

Apabila lansia di keluarga anda menunjukkan beberapa tanda dari 10 tanda berikut , dianjurkan untuk segera melakukan pemeriksaan / konsultasi pada dokter, jangan mengira tanda tersebut hanyalah hal yang wajar dan menunda tahap pengobatan.

※ **注意：**下列徵兆以阿茲海默症為例，不同類型的失智症出現之徵兆略有不同，建議您與醫師討論。

※ **Perhatian :** Di bawah ini adalah tanda-tanda penyakit Alzheimer, setiap penderita akan memiliki tanda yang berbeda-beda , dianjurkan untuk konsultasi dengan dokter .

### (1) 記憶力減退影響到生活：**Penurunan daya ingat yang mengganggu aktivitas**

失智患者容易忘記近期發生的事，因此會常常重複發問、重複購物，甚至重複服藥。

Penderita pikun sangat mudah untuk lupa akan hal-hal yang baru saja terjadi belakangan ini ,sehingga seringkali bertanya , belanja berkali-kali , bahkan bisa minum obat berkali-kali .

### (2) 計劃事情或解決問題有困難：

#### **Mengalami kesulitan dalam merencanakan sesuatu atau menyelesaikan masalah**

例如依照一個熟悉的食譜做菜或處理每個月的帳單時出現問題。他們比較無法專心，且需要更多的時間來處理以前熟悉的事情。

Contoh : Seringkali muncul masalah saat memasak mengikuti resep, membayar tagihan bulanan. Mereka sangat sulit untuk berkonsentrasi, serta membutuhkan waktu yang

lebih banyak menyelesaikan masalah yang dulu pernah dialami.

(3) 無法勝任原本熟悉的事務

**Tidak bisa menangani masalah yang dulu pernah diurus**

例如數學老師對於加減算數常出錯、英文老師不知「book」是什麼、銀行行員數鈔票有困難、資深廚師炒菜走味等。

Contoh : Guru matematika terhadap tambah kurang hitungan seringkali salah, Guru bahasa inggris tidak mengerti bahasa inggris buku itu apa , Karyawan bank kerap salah dalam menghitung uang , Koki handal memasak tapi rasanya tak enak ,dll

(4) 對時間地點感到混淆：

**Sering bingung dengan waktu dan tempat**

失智患者會搞不清楚年月、白天或晚上，不知道自己身在哪裡或如何來到這裡，甚至會在自家周圍迷路而找不到回家的方向。

Penderita pikun akan sulit membedakan bulan tahun, siang atau malam, tidak tahu sedang berada di mana, bahkan bisa tersesat di daerah sekitar rumah dan tidak tahu jalan pulang .

(5) 有困難理解視覺影像和空間之關係：

**Mengalami kesulitan dalam gambar visual dan hubungan spasial**

失智患者可能在閱讀、判斷距離遠近、決定顏色或對比上會出現困難，或誤認鏡子中的自己是另外一個人，而覺得屋裡還有其他人存在。

Penderita pikun pada saat sedang membaca, memperkirakan jarak jauh dekat , mengalami kesulitan dalam memutuskan atau memilih warna, atau mengira bayangan diri sendiri dalam cermin adalah orang lain , atau mengira ada orang lain yang tinggal di rumah.

(6) 言語表達或書寫出現困難：

**Mengalami kesulitan dalam berkomunikasi atau menulis**

失智患者會用其它的說法來替代簡單的用詞，例如：「送信的人(郵差)」、「用來寫字的(筆)」等。失智患者於會談中可能出現中斷、重複或不知如何進行。

Penderita pikun akan menggunakan kata lain dalam berkomunikasi, contoh : 「 Orang yang mengantar surat(Pak Pos) 」 , 「 Alat untuk menulis (Pensil) 」 dll. Penderita pikun saat berkomunikasi mudah terhenti ,mengulang pembicaraan atau tidak tahu bagaimana menjawab.

(7) 東西擺放錯亂且失去回頭尋找的能力：

**Barang-barang diletakkan sembarang dan mudah lupa diletakkan dimana**

失智患者可能將物品放在不合常理或不恰當的位置，例如水果放在衣櫥裡、拖鞋放在被子裡、到處塞衛生紙等。失智患者於東西搞丟之後，無法回頭一步步尋找，且於找不到東西時常指控他人偷竊。

Penderita pikun akan meletakkan barang tidak pada tempat seharusnya ,contoh buah diletakkan dalam lemari baju ,sandal diletakkan di dalam selimut , menyelipkan tisu dimana-mana. Penderita pikun apabila kehilangan barang ,sangat sulit untuk mencari keberadaan barang tersebut ,dan di saat tidak menemukan barang tersebut akan mengira bahwa telah dicuri .

(8) 判斷力變差或減弱：

**Penurunan atau melemahnya kemampuan untuk menganalisa**

失智症患者可能聽信成藥等推銷廣告而付出大量金錢，或者買不新鮮的食物，借錢給陌生人、開車易發生交通事故或出現驚險畫面，過馬路不看左右紅綠燈等，穿著打扮可能不適合天候、場合或蓬頭垢面。

Penderita pikun sangat mudah sekali percaya pada hal yang tidak benar ,membayar uang tinggi untuk membeli produk dari iklan, atau membeli makanan yang tidak segar, sembarang meminjamkan uang pada orang tidak dikenal ,sering terjadi kecelakaan saat berkemudi, atau sering berhalusinasi , saat menyebrang jalan tidak

memperhatikan lalulintas,cara berpakaian tidak cocock dengan cuaca dantidak rapi.

(9) 從職場或社交活動中退出：

**Mengundurkan diri dari tempat kerja atau kegiatan sosial**

生活嗜好、運動、社交活動、工作等都逐步減少，患者變得被動，常在電視機前坐好幾個小時，睡眠量比過去大，需要許多催促誘導才會參與事務。

Hobi ,olahraga,kegiatan sosial,pekerjaan pelan-pelan berkurang ,penderita menjadi pasif ,sering duduk berjam-jam di depan tv, tidur lebih lama ,butuh banyak dorongan baru akan ikut berpartisipasi.

(10) 情緒和個性的改變：

**Perubahan sifat dan sikap**

例如：疑心病重、憂鬱、焦慮、易怒、口不擇言、隨地吐痰、過度外向、失去自我克制或沈默寡言、特別畏懼或依賴某個家庭成員等。

Contoh : Skeptis , depresi ,cemas , emosional,kasar dalam berkata-kata,sering meludah ,ekstrover ,hilang pengendalian diri ,pendiam,sering merasa takut, sangat bergantung pada keluarga