

## 失智症照顧原則

# Prinsip Perawatan Demensia/Penyakit Pikun

失智症依據其不同的病程，有其照護上的重點與原則，以下提供基本的照護原則。

Demensia/ Penyakit pikun memiliki riwayat penyakit berbeda-beda, ada beberapa perawatan dan prinsip-prinsip,, berikut beberapa prinsip perawatan dasar.

1. 把焦點放在他的能力與長處，如能自己洗臉、會掃地、會拔草、會唱歌、會說話等，儘量讓失智者做他會的工作或活動。

Fokus pada kemampuan atau keahlian , seperti mencuci wajah sendiri, menyapu lantai, mencabut rumput, bernyanyi, berbicara dan sebagainya, biarkan demensia/orang pikun melakukan pekerjaan atau aktivitasnya yang bisa dilakukannya .

2. 讓失智者參與家務及家庭聚會，讓他仍有機會貢獻自己、覺得自己有價值，每天散步、晒一下太陽有助改善情緒、生理時鐘及夜間睡眠。

Biarkan demensia/orang pikun ikut dalam urusan rumah tangga dan acara kumpul keluarga, sehingga ia masih memiliki kesempatan untuk ikut berkontribusi , merasa dihargai, berjalan setiap hari, berjemur matahari sebentar dapat membantu memperbaiki suasana hati ,jam biologis dan dan tidur di malam hari.

3. 在安全的前提下，允許他做他想做的事，適度調整照顧者的標準和習慣。允許他較多的自由，降低照顧者對失智者的控制。

Beritahukan dahulu soal keamanan , barulah ijin dia untuk melakukan apa yang ingin ia lakukan, menyesuaikan standar perawatan dan kebiasaan. Biarkan dia memiliki kebebasan, perawat dapat melonggarkan sedikit pengendalian.

4. 失智者原本會做的但現在不會做，您可以先提醒他、帶著他做，必要時才替他做。失智者拒絕時，勿勉強，先順著他，稍後再嘗試另一方式。

Demensia/orang pikun yang dulu bisa bekerja namun sekarang tidak , Anda dapat mengingatkan dia, mendampingi, bila perlu baru bantu dia menyelesaikannya .Ketika demensia/orang pikun menolak, jangan memaksa,

turuti dulu, kemudian baru coba cara lain.

5. 了解失智者過去背景及生活經驗，儘量配合長輩的習慣及喜好，多談他熟悉的往事，以維持言語能力並促進愉悅情緒。多引導協助失智長輩與他人互動，可促進其語言能力及人際滿足感。

Pahamilah dahulu latar belakang si penderita dan seputar kehidupannya, sesuaikan diri dengan kebiasaan dan hobinya, bicarakan hal-hal dulu yang dia ketahui, gunakan perbincangan untuk menjaga suasana ceria. Arahkan serta bantu demensia/lansia pikun berinteraksi dengan orang lain, dapat membantu meningkatkan kelancaran komunikasi dan interaksi.

6. 維護失智者尊嚴，不以對待孩子的態度待之，但以疼惜孩子的心情愛他。多讚美他、顧到他的面子是有效的方式。在失智者可接受的範圍內，多以身體接觸的方式傳達溫暖與關懷。

Jagalah harga diri demensia/orang pikun, jangan anggap mereka seperti anak kecil, tapi gunakanlah kasih sayang terhadap anak pada mereka. Seringlah memuji, jaga harga diri mereka adalah cara paling efektif. Pada batas yang bisa diterima oleh demensia/orang pikun, sering gunakan bahasa tubuh untuk menunjukkan kehangatan dan kepedulian yang ada untuk mereka.

7. 尊重每一位失智者的獨特性。失智者的狀況會隨病程而改變，照顧者需要配合其狀態來調整照護方式。多分享他人照護經驗，可激發自己發展出更好的照護方式。

Hargai keistimewaan yang dimiliki oleh setiap demensia/orang pikun. Kondisi demensia/orang pikun akan berubah seiring perkembangan penyakitnya, perawat perlu menyesuaikan sesuai dengan kondisinya. Bagikan pengalaman merawat, bisa mendongkrak peningkatan cara perawatan menjadi lebih baik.

8. 耐心、愛心很重要，但總有不夠用的時候；請照顧者接受自己的情緒和限度，好好照顧和愛護自己，多運用社會資源、定期安排喘息和充電機會。

Kesabaran, cinta kasih sangatlah penting, tetapi ada saatnya kurang, Mohon perawat untuk menjaga emosi dan batasan sendiri, jagalah dan cintai diri sendiri, sering gunakan sumber daya

sosial,jadwalkan rutin untuk beristirahat cukup .