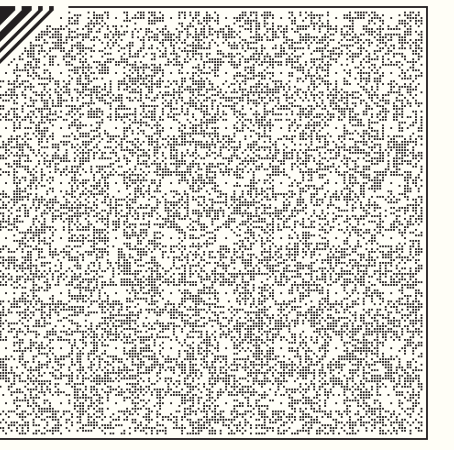
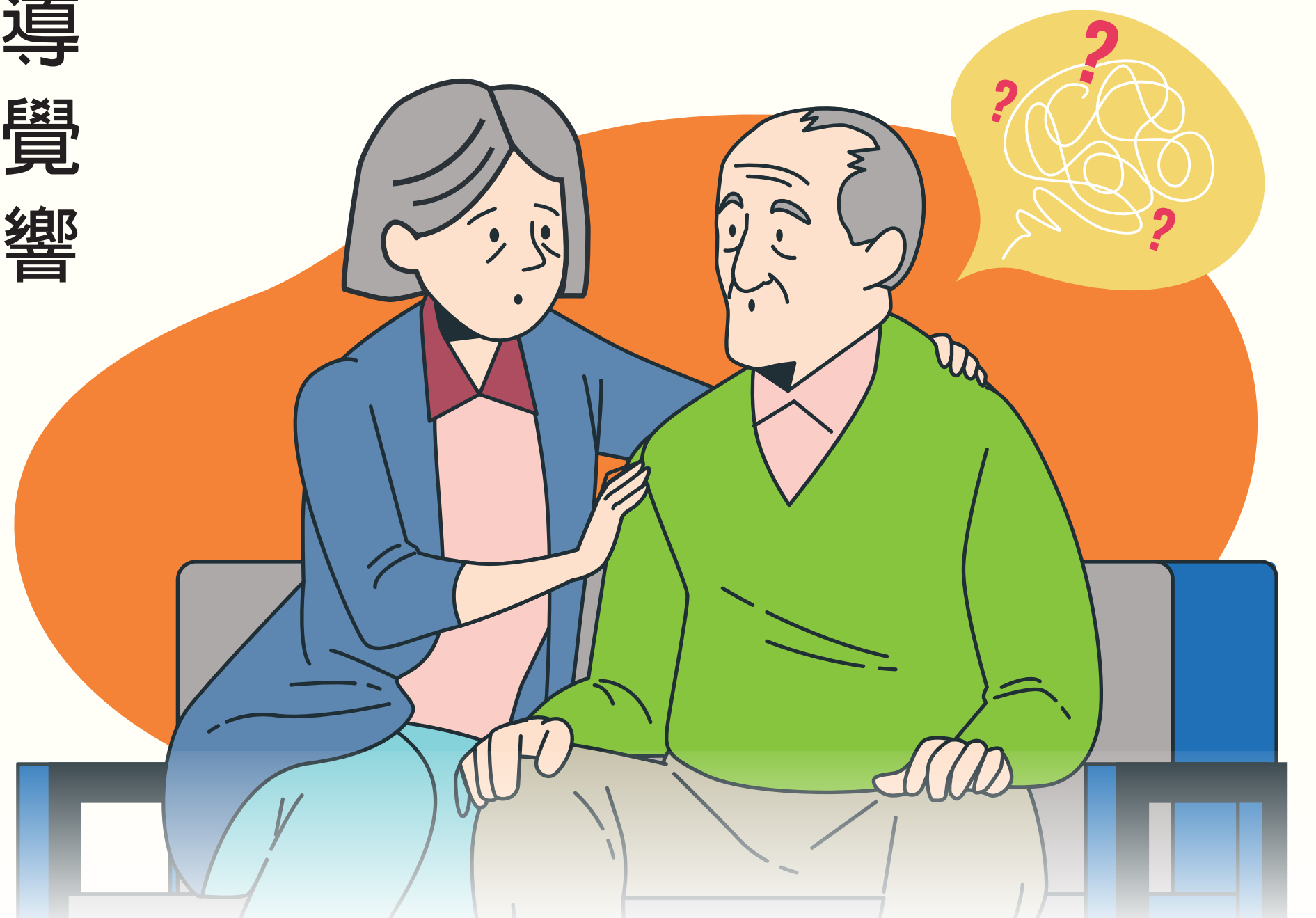




失智症是一種漸進大腦神經退化疾病，此症導致認知能力（例如：記憶、專注、語言、視覺空間判斷、思考能力等）逐漸地退化，並影響個人日常工作和生活自理能力。

A demência é uma doença neurodegenerativa progressiva do cérebro, que causa a deterioração gradual das funções cognitivas (como memória, concentração, linguagem, capacidade visuoespacial, raciocínio, etc.) e afecta o trabalho diário e a capacidade de autocuidado de um indivíduo.



正常老化與失智症的常見區別：

Diferenças comuns entre envelhecimento normal e demência:

正常老化 Envelhecimento normal

- 偶爾忘記某事，但事後能夠回想起來，或經提示可回想起來
Esquecer-se ocasionalmente de algo, mas consegue lembrar-se mais tarde ou ser lembrado disso
- 能夠覺察自己記憶力差
Consegue aperceber-se da memória fraca
- 生活可自理
Pode tomar conta de si próprio

失智症 Demência

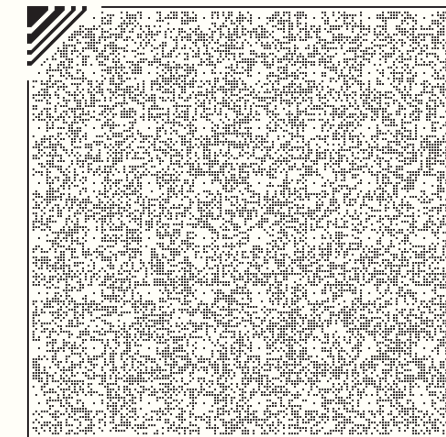
- 完全忘記自己說過的話或做過的事，即使經提醒後也難記起
Esquecer-se por completo o que disse ou fez, e ter dificuldade em lembrar-se disso mesmo após lembrete
- 大部份失智症患者不會察覺自己記憶力轉差，甚至否認有此情況
A maioria das pessoas com demência não se apercebe da deterioração da sua memória e até nega esta situação
- 隨著病情發展，日常生活逐漸需要協助
Com a progressão da doença, precisa, gradualmente, de apoio na sua vida quotidiana

失智症六大重要訊息：

Seis pontos-chave sobre a demência:

1. 失智症並非正常的老化；
A demência não é um processo de envelhecimento normal;
2. 部份失智症是可以預防的；多動腦、適當運動、保持社交、養成健康生活習慣有助預防失智症的發生；
Algumas formas da demência podem ser prevenidas; exercitar mais a mente, praticar desporto adequado, manter a vida social activa e criar hábitos de vida saudáveis podem ajudar a prevenir a ocorrência da demência;
3. 早期發現和積極治療可延緩失智症病情的惡化；
A detecção precoce e o tratamento activo podem atrasar a progressão da demência;
4. 失智症患者需要參與社會，與人互動交流；
Os doentes com demência precisam de participar na sociedade e interagir com as pessoas;
5. 失智症友善社區有助患者繼續參與社會、融入社會；
A Comunidade Amigável para Pessoas com Demência ajuda os doentes a uma maior participação e integração na sociedade;
6. 失智症患者及其家人需要大家的理解與支持。
Os doentes com demência e as suas famílias necessitam da compreensão e apoio de todos.





何謂失智症友善社區？

O que é a Comunidade Amiga das Pessoas com Demência

失智症友善社區是以提升失智症患者及其家屬／照顧者的生活質量為最終目標。這不僅僅是態度友善，更重要的是打造一個理解和包容失智症患者的社區環境；這亦是社區平等和文明的象徵，讓失智症患者成為社區中寶貴而重要的一份子。

A Comunidade Amiga das Pessoas com Demência tem como objectivo final melhorar a qualidade de vida dos doentes com demência e dos seus familiares / cuidadores. Não se trata apenas de uma atitude amigável, mas, acima de tudo, de criar um ambiente comunitário que compreenda e aceite os doentes com demência, o que é também um símbolo de igualdade e civilizacional na comunidade, fazendo com que os doentes com demência se tornem uma parte valiosa e importante da comunidade.



失智症友善社區有兩個基本目標：

A Comunidade Amiga das Pessoas com Demência tem dois objectivos básicos:

1. 消除失智症的負面標籤，提升大眾對失智症的認識，並讓更多不同年齡層的人士都能與失智症患者有互動；

Eliminar a discriminação negativa da demência, aprofundar os conhecimentos do público sobre a demência e permitir que mais pessoas de diferentes faixas etárias possam interagir com os doentes com demência;

2. 賦予失智症患者更多能力，藉由協助他們瞭解自己的權利與能力，讓他們感到受尊重，知道自己的能力範圍，及早為自己的生活做決定和安排。

Atribuir mais capacidades aos doentes com demência, ajudando-os a conhecer os seus direitos e capacidades, para que possam sentir-se respeitados, saber o âmbito das suas capacidades, e tomar decisões e organizar a sua vida o mais cedo possível.

因此，構建澳門失智症友善社區需全社會各方共同重視，共同參與，合力構建！正如澳門失智症友善社區標誌的設計意念：

Portanto, a construção da Comunidade Amiga das Pessoas com Demência em Macau exige a atenção de todos os sectores da sociedade, a participação e a construção em conjunto! Tal como o conceito da concepção do logotipo da Comunidade Amiga das Pessoas com Demência em Macau:

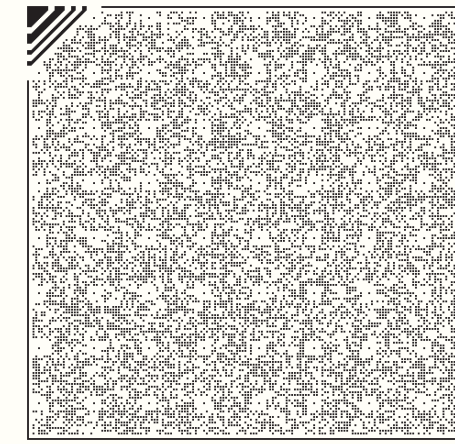
1) 圖案像一個充滿活力的（失智症）長者；

O desenho é como um idoso dinâmico (com demência);

2) 要達致失智症患者的生活無障礙，我們需要動員全社會的力量，共同築起愛的守護鏈。圖案中五個不同顏色的點分別代表：友善政府、友善團體、友善市民、友善照顧者、友善環境。我們期望通過特區政府的統籌和帶領，社會各界攜手協力，營造失智症友善的社會氛圍，讓失智症患者能夠參與社區，保持良好的生活質量。

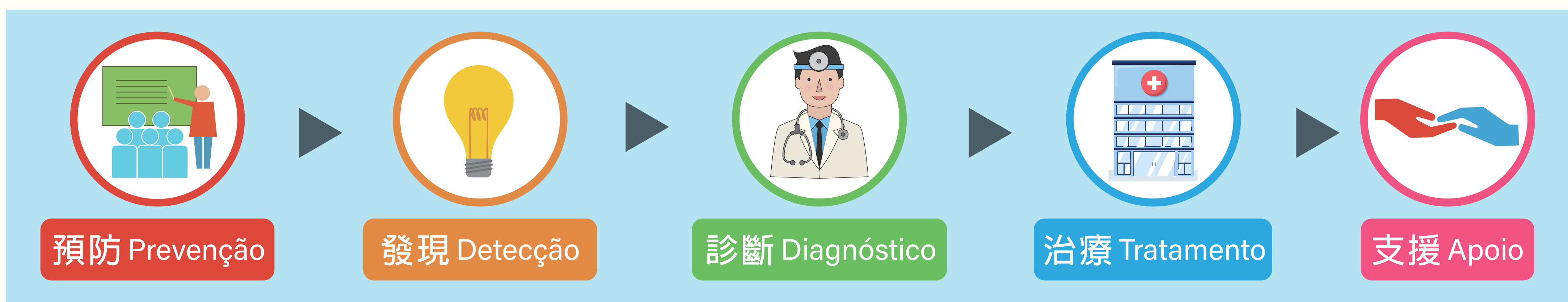
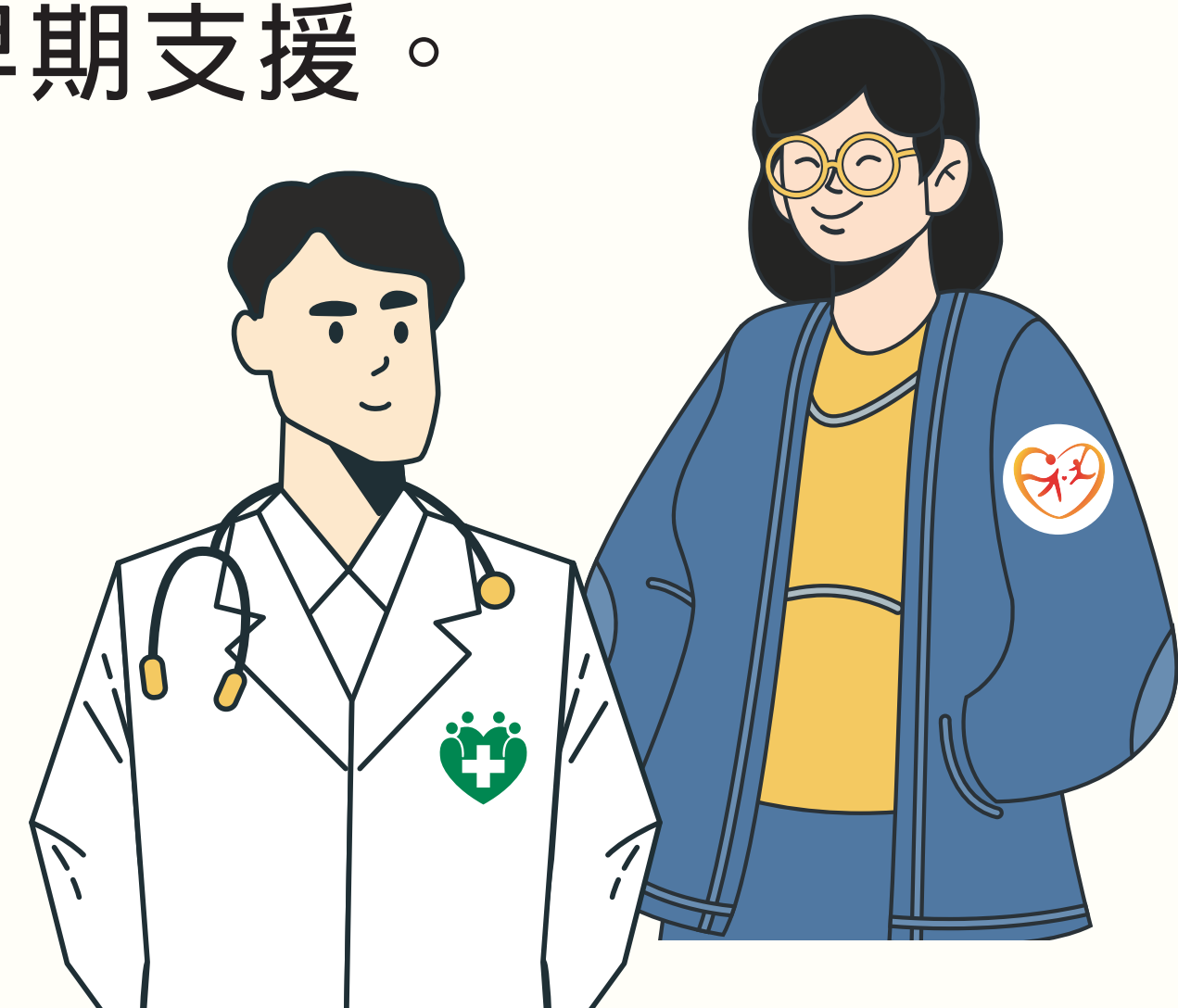
Para alcançar uma vida sem barreiras para os doentes com demência, precisamos de mobilizar toda a sociedade para construir em conjunto uma cadeia de protecção do amor. Os cinco pontos de diferentes cores no desenho representam: Governo amigável, associação amigável, residente amigável, cuidador amigável e ambiente amigável. Esperamos que, sob a coordenação e liderança do Governo da RAEM, e através da colaboração de todos os sectores da sociedade, seja criado um ambiente social favorável à demência, de forma a permitir que os doentes com demência possam participar na comunidade e manter uma boa qualidade de vida.





失智症是長者常見疾病，隨著澳門人口老化和預期壽命延長，預料失智症的患者會不斷增多。澳門特區政府透過優化醫療和社會服務，構建澳門失智症服務網絡，務求做到早期預防，早期發現，早期診斷，早期治療和早期支援。

A demência é uma doença comum entre os idosos. Com o envelhecimento da população de Macau e o aumento da esperança de vida, prevê-se que o número de doentes com demência continue a subir. O Governo da Região Administrativa Especial de Macau, através da optimização dos serviços de cuidados de saúde e sociais, criou a Rede de Serviços de Demência de Macau, com o objectivo de realizar a prevenção, a detecção, o diagnóstico, o tratamento e o apoio precoces.



預防 Prevenção

鼓勵大眾透過多動腦、適當運動、保持社交、維持理想體重以及養成健康生活習慣來預防部份失智症的發生。

Encorajar o público a exercitar mais a mente, praticar desporto adequado, manter a vida social activa, manter o peso ideal e criar hábitos de vida saudáveis, no sentido de ajudar a prevenir a ocorrência de algumas formas da demência.

發現 Detecção

失智症常見的表現：

1. 記憶力減退致影響日常生活
2. 無法勝任過去熟悉的事務
3. 語言的表達出現困難
4. 對時間、人物和地點感到混淆
5. 判斷力變差或減弱
6. 無法思考複雜的事
7. 東西擺放錯亂
8. 行為和情緒發生改變
9. 視覺影像與空間關係的辨識出現困難
10. 被動，對生活事物失去興趣，社交退縮

Manifestações mais comuns da demência:

1. Perda da memória que afecta a vida diária
2. Dificuldade em executar tarefas que lhe são familiares
3. Dificuldade de expressão e compreensão verbal
4. Confundir tempo, pessoas e lugares
5. Discernimento fraco ou diminuído
6. Incapacidade de pensar em assuntos complexos
7. Colocação desordenada das coisas
8. Alterações de comportamento e humor
9. Dificuldade em perceber imagens visuais e as relações espaciais
10. Passividade, perda de interesse pelas coisas da vida, afastamento da vida social

如有懷疑，可到所屬衛生中心預約進行認知功能評估的服務。
Em caso de dúvidas, pode efectuar a marcação para os serviços de avaliação das funções cognitivas num Centro de Saúde a que pertence.

診斷 Diagnóstico

經評估發現認知功能異常者將會轉介到失智症診療中心由醫生作進一步跟進及判斷。

Após a avaliação, os indivíduos com alterações cognitivas serão encaminhados para o Centro de Avaliação e Tratamento da Demência para acompanhamento e avaliação aprofundado por médicos.

治療 Tratamento

根據患者情況進行藥物及非藥物治療。

Proceder ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso de acordo com a situação do doente.

支援 Apoio

失智症支援中心為患者及其照顧者提供服務；社區上有不同機構提供失智症服務，包括平安通呼援服務、居家式（例如：家居照護服務）、社區式（例如：日間護理中心）及住宿式（例如：長者院舍）等服務；政府聯同社區力量共同推動澳門失智症友善社區的構建。

O Centro de Apoio à Demência disponibiliza serviços aos doentes e aos seus cuidadores; existem diferentes instituições na comunidade que prestam serviços de demência, incluindo os serviços de teleassistência “Peng On Tung”, apoio domiciliário (por exemplo, serviço de serviço de cuidados domiciliários), os serviços comunitários (por exemplo, centro de cuidados especiais diurnos) e os serviços de alojamento (por exemplo, lares de idosos); O Governo, em conjunto com as forças comunitárias, promove a construção de uma comunidade amiga para as pessoas com demência em Macau.

