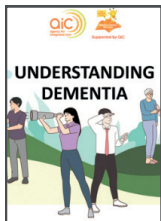


# 五大失智症资源

通过资讯和贴士，协助您的看护旅程，  
照顾自己和亲人。



您能通过网上学习了解失智症的  
症状和病征，以及  
如何与失智症人  
士沟通。



[www.for.sg/understand-dementia-2023](http://www.for.sg/understand-dementia-2023)

对看护存有疑问？  
查看“专家解答”  
系列视频。



[www.for.sg/asktheexperts](http://www.for.sg/asktheexperts)

了解失智症的信  
息，自我关怀贴士  
以及现有的支援  
服务。



[www.for.sg/livingwithdementia:ch](http://www.for.sg/livingwithdementia:ch)

了解如何改善您  
的家居环境，打造  
失智友善的居住  
环境。



[www.for.sg/dfhome](http://www.for.sg/dfhome)

身为手机应用程  
序，CARA包含一  
系列的资源，并能  
让看护者向会员  
们寻求“寻找失踪  
人士”等功能。



[www.cara.sg](http://www.cara.sg)

# 与您分享 五大看护贴士



看护者在看护旅程中，可能会感到不知所措，这是很常见的。  
您可以参考以下的贴士来协助你：

## 贴士 #1

当您的亲人即将出院时，您是否感到不知所措？  
请与医生和/或医疗社工一起商量并制定您亲人的出院计划。

## 贴士 #3

您知道如何寻求护理服务和看护支援吗？  
本地有许多失智症支援计划，为您的亲人提供合适的支援。  
请浏览 [www.for.sg/dhubsupportandservices-ch](http://www.for.sg/dhubsupportandservices-ch)。

## 贴士 #2

您对亲人的健康状况有足够的了解吗？  
您可以增进对失智症的认识，并了解病情发展所需采取的措施。  
欲知更多详情，请浏览一站式失智症资源网站：  
[www.dementiahub.sg/zh-hans](http://www.dementiahub.sg/zh-hans)。

## 贴士 #4

您是否需要经济援助和法律咨询？  
您可以联系医疗社工或前去设在各公共医院的护联局联系站  
询问详情，或浏览：  
[www.for.sg/dhubfinancialschemes-ch](http://www.for.sg/dhubfinancialschemes-ch)。

## 贴士 #5

您是否在兼顾亲人的照护和同时还要履行其他责任时而倍感压力？  
请记得要照顾好自己。请浏览 [www.for.sg/dhubcgsselfcare-ch](http://www.for.sg/dhubcgsselfcare-ch) 了解自我关怀的小贴士。