



Pennsylvania  
Department of Aging

# 最初 5 步

痴呆症照护者入门指南

**PA CareKit**

# Daniel 和 Maria 的故事

Daniel 是一名退休教师，从小就一直住在Pennsylvania州的同一所房子里。他与邻居们关系亲近，尤其是 Maria，一位相识多年的家庭老友。

Maria 现在独自居住。随着她年龄增长，Daniel 注意到她在处理家务方面遇到困难，于是他开始帮忙做一些杂事，比如倒垃圾和取药。在过去的一年里，Maria 变得更加健忘，并且不再享受她曾经热爱的活动，比如烘焙。有时，她甚至似乎搞不清 Daniel 是谁，尽管他们已相识 50 年。

起初的小帮助已经变成了更大的责任。在发现她冰箱里有发霉的食物后，Daniel 和他的妻子开始每周几次给 Maria 送食品杂货和餐食。他也担心她的钱财。上个月，有人冒充 Maria 的银行打电话给她，导致她的借记卡上出现了欺诈性收费。Daniel 花了几个小时帮她解决这个问题。随着 Maria 需求的增长，Daniel 担心她可能很快需要全天候的照护。

PA CareKit 为 Daniel 提供了几个机会。他可以联系当地的 Area Agency on Aging (AAA)，为 Maria 安排一位照护经理。AAA 还可以帮助 Daniel 了解更多不同的居家照护选择，以便向 Maria 解释。Daniel 可以安排由 AAA 为 Maria 送餐。Daniel 和 Maria 可以了解更多关于获取和检查她的信用报告、识别欺诈以及处理意外电话的知识，以避免未来的诈骗。照护工作很艰难，但 PA CareKit 提供了资源和支持，使其变得容易一些。













## 照护者资源

**地方 Area Agencies on Aging：**您地方的老龄地区机构(AAA)是您社区获取老年服务的门户。您所在地的AAA拥有熟练的工作人员，他们可以提供有关服务的信息，并帮助您获取这些服务。在

[pa.gov/aging/AAA](http://pa.gov/aging/AAA)找到您当地的AAA。

**成人日间中心：**成人日间中心(ADC)为老年人和患有痴呆症或帕金森病等病症的人提供一个安全、有监督的场所。它们提供个人护理、护理、社会服务、活动、膳食和紧急护理。一些中心还提供物理治疗、职业治疗、言语治疗和其他医疗服务。这些中心通过提供一种替代居住式护理机构的方案来支持照护者。在[pa.gov/aging/ADC](http://pa.gov/aging/ADC)找到当地的ADC。

**老年社区中心：**老年社区中心(SCC)遍布全州。除了提供营养餐外，中心还提供社交活动、一系列信息性项目、创意艺术、锻炼、志愿者机会、社区服务以及各中心特有的其他特别活动。在[pa.gov/aging/SCC](http://pa.gov/aging/SCC)找到您所在地区的SCC。

**The PA Link to Aging and Disability Resources：**PA Link 帮助残障人士和老年人找到信息，以连接到他们社区的支持和服务。致电PA Link 800-753-8827或发送电子邮件至 [carelink@pa.gov](mailto:carelink@pa.gov)。在[pa.gov/PALink](http://pa.gov/PALink)了解有关PA Link的更多信息。

**Caregiver Support Program：**Pennsylvania州的Caregiver Support Program (CSP) 提供资源和援助，以支持照护者并帮助他们与所照护的人保持健康、持续的关系。通过联系您当地的Area Agency on Aging (AAA) 申请CSP。在[pa.gov/aging/caregiver](http://pa.gov/aging/caregiver)了解更多信息。

## 有用的可打印文件

工作表和清单可以帮助您和您照护的人保持条理。在[pa.gov/CareKit](http://pa.gov/CareKit)找到以下可打印文件。

- 预算工作表
- 照护需求工作表
- 照护者协调工作表
- 照护者决策工作表
- 应急准备工作表
- 生命末期规划工作表
- 葬礼规划工作表
- 家庭健康雇佣工作表
- 家庭安全工作表
- 重要文件工作表
- 当面访问工作表
- 长期护理机构工作表
- 药物和补充剂管理工作表
- 医疗预约工作表
- 老年人住房需求工作表



*Aging*  
**Our Way, PA**  
A Plan for Lifelong Independence

本手册是Pennsylvania州“**Aging Our Way**”计划的成果，这是Pennsylvania州的一项十年战略计划，旨在改造基础设施，为我们老龄化进程中的老年人提供支持。

由Pennsylvania州纳税人税款资助。

如需更多照护信息和资源，  
请在 [pa.gov/CareKit](https://pa.gov/CareKit) 查找 PA CareKit。