



重新 领会

认识
失智症行为

引言

失智症患者跟一般人没有区别，他们各有自己的背景，性格，经历，兴趣及喜好。跟所有人一样，失智症患者需要别人关心，帮助他们纾缓情绪，建立安全感及维护个人尊严。然而，失智症患者对事实的理解可能跟我们有所不同。

本指南是专门为失智症患者的家人、朋友和同住人士而设。失智症患者的反应与行为经常令人不知所措和感到困扰，本指南所提供的秘诀与方法，正好帮助您改善与患者的关系。

什么是失智症？

失智症 (dementia) 是对多种脑功能失调疾病的统称。出现行为上的变化可能是失智症破坏脑功能的先兆，失智症产生的影响因人而异，但普遍会削弱患者以下的能力：

- 语言
- 辨认
- 记忆 (包括知道自己患上失智症)
- 有目的的动作
- 知觉
- 推理

免责声明：本指南只供参考使用，不应该被视作或用作治疗准则。

什么是反应行为？

反应行为是指失智症患者令人不知所措的行为，例如焦虑、游荡或忧郁等，这些言行举动是患者对当前环境的**反应**，通常是蓄意的行为但却往往难以捉摸。

在尝试了解朋友或家人的行为时，请记住：

- 所有言行举动均反映患者的意欲、需求和顾虑。

不妨问自己：

- 有什么外在因素影响到患者的行为？
- 这些行为是对患者还是我造成问题？
- 所谓“解决方案”带来的焦虑会否比问题本身更严重？

最重要是，我们不能期望失智症患者作出改变，**改变的应该是我们**。作为患者的家人和朋友，我们必须接受他的**现状**。

院友 Sharron Cooke 的心声：

“不是他在制造问题，
而是他遇上了问题。”

为什么事情会发生？

当失智症患者出现反应行为，不妨检讨事发时及事发前后出现的情况。

身体上：她是否感到不适或疼痛？

智力上：他有否出现记忆变化？

情绪上：他是否感到孤单或行为异常，例如怀疑别人，或听到看到我们没有听见或看见的事物？

能力上：他能做的事是否比您所知的更多？

环境上：四周是否太喧哗或人群拥挤？

社交上：她的童年生活、以往工作或刚踏入成年期的遭遇，会否提供一些线索？

他人的行为：我是否做出一些影响她的事？或没有履行应做的事？

与失智症患者同住的 Art Garrison：

“假若可以的话，我必定设法制止这行为。”

以下是一些反应行为的例子以及建议对策，包括应当及切忌采取的行动。

焦虑

当陈太太探望丈夫时，他显得烦躁和坐立不安，不停用手拨弄衣服。

应当 ✓

- 给他一件东西，让他握着。
- 用音乐分散他的注意力。
- 谈谈他过往愉快的经历。
- 留意四周是否太喧哗或光线太刺眼。
- 留意他是否太疲累。

切忌 ✗

- 制止他的举动。
- 叫他安静下来。
- 向他高声说话。



游荡

苏女士晚上起床，走到所住长期护理院的走廊徘徊。

应当 ✓

- 询问她为什么在走廊徘徊，是要上洗手间，还是感到口渴？
- 把拖鞋和院袍藏起来。
- 让她日间进行轻松的运动。

切忌 ✗

- 让护士在苏女士睡前给她服食安眠药，让她整日昏昏欲睡。

性行为

毕先生被发现每日早上在公共地方自慰。

应当 ✓

- 送他回房间，把门关上，给他私人空间。
- 给他安排一些手脑并用的活动，例如整理螺丝、折叠已洗干净的衣服等。

切忌 ✗

- 高声喝止他。
- 告诉他这是不当的行为。
- 按住他的手臂。
- 令他恼怒。

张伯走近女院友，并在她们经过时试图抚摸她们。

应当 ✓

- 每次发生同样情况，即时通知有关职员。
- 若您必须途经他所在的地方，尽量和同伴同行并避免与他靠近。
- 若他向您走来而无法避开，尝试与他谈论他的人生经历。

切忌 ✗

- 告诉他这是不当的行为。
- 向他发怒。
- 按住他的手臂。
- 令他感到尴尬。

院友 Sharron Cooke 的心声：

“这种(涉及性的)行为有时会发生，是常见现象。有些人认为这是卑劣行为，但事实并非如此。”

日落症候群

大约在下午四点半左右，韩婆婆与来访的亲友短聚后，显得烦躁不安，在房内来回踱步，并嚷着说：“我要马上离开这里。”

应当

- 每天黄昏时把灯打开。
- 把窗帘拉上，减少屋内的影子。
- 要求院方安排她早上参加轻松的运动课。
- 让她在晚餐时帮忙摆饭桌。
- 改成早上探望她。

晚餐时您替父亲把食物切开，起初他没有反对，但却突然大力抓住您的手，恐吓您说：“再这样我就给你一巴掌！”

应当

- 保持冷静，切勿轻举妄动。
- 放松手臂，向他道歉，并尝试找话题或一些物件来分散他的注意力。
- 当他放开您的手后，随即慢慢移开，给他更多空间。
- 回想他为何会发怒，是感到尴尬吗？

切忌

- 要求给韩婆婆开镇静剂让她冷静下来，结果令她整天昏昏欲睡。

切忌

- 抓着他的手，强迫他放开您。
- 突然大声喊叫。
- 跟他解释您只是尝试帮忙。

幻觉

每到晚上，康大姐都会看见蜘蛛在墙上爬行，令她感到惶恐焦虑。

应当 ✓

- 认同她的恐惧：“那一定十分吓人。”
- 防止影子出现，免她产生错觉（例如加强照明）。
- 用音乐、运动、纸牌游戏或照片分散她的注意力，并留意她的听觉或视力是否出现问题。



切忌 ✗

- 告诉她墙上什么也没有，叫她赶快去睡。
- 向她发怒。
- 与她争论。

妄想症

张嫂认定有人偷了她的钱包。

应当 ✓

- 认同她的感觉。
- 假装寻找她“被偷去”的钱包，以减轻她的忧虑，再用其他活动分散她的注意力。
- 调查她的疑虑是否属实，以确定她是否受害者。
- 若这种妄想情况一直持续，可预备一些款式相似的钱包，以作补替。



切忌 ✗

- 告诉她钱包没有被偷去，是她自己丢失了，就像上次那样。

负责照料配偶的 Judy Southon:

“我学会的最大功课就是从丈夫的角度看事物，而不是坚持自己的看法。”

「我要回家」

刚被送进长期护理院的方叔叔经常要求回家。

应当 ✓

- 表示理解他的感受。
- 询问他的家庭状况或故乡。
- 与他一同回忆往事，即使您对他的过往已经了如指掌。

切忌 ✗

- 告诉他这里是他的新家，是他唯一可以栖身的地方。

杜太太每当丈夫探望她之后准备离去时，都会突然变得十分慌张，大力抓着丈夫。

应当 ✓

- 告诉她您要离去的原因。
- 陪她走到下一个活动地点，一起参加活动，逗留几分钟后跟她道别，然后马上离开。
- 离去时不要跟她说“再见”，可尝试说“明天见”或“稍后见”。

切忌 ✗

- 跟她说您数天后会再来，叫她不用难过。

Alice Walker:

“您不需要凡事完美才会被爱。”

与失智症患者交谈

随着病情加剧，与失智症患者交谈会变得越来
越困难。虽然这令人感到沮丧，但情况在所难免，
切勿灰心放弃。以下是一些帮助改善与患者关系的
秘诀。

应当 ✓

- 向患者自我介绍，无需感到
尴尬。
- 说话不妨带点幽默，保持
微笑。
- 按患者的反应调整说话速度。
- 可利用眼神与手势发出指示。
- 即使患者语无伦次或说话
不当，仍需耐心接受。

切忌 ✘

- 与患者争论。
- 要求她提出理由
或解决问题的
方法。
- 对他说：
“您忘了吗”。
- 纠正或责备他。



Carl W. Buechner:

“他们或许已忘了您说过的话，
但永远不会忘记您带给他们的
感受。”

查询详情或下载本指南完整版本，
请浏览 www.ShiftingFocus.ca (英语)
或致电 **211** 查询**认知障碍症协会**
(Alzheimer Society)

Alzheimer Society

ONTARIO

www.alzheimerontario.ca



FINDING Your Way[®]

有方有道

关顾失智 步步有心



**Alzheimer
Knowledge
Exchange**

www.akeontario.org



Behavioural Supports Ontario