



重新 領會

認識
失智症行為

引言

失智症患者跟一般人無異，他們各有自己的背景、性格、經歷、興趣、喜好。與所有人一樣，失智症患者需要別人關心，以助他們舒緩情緒，建立安全感及維護個人尊嚴。然而，失智症患者對事實的理解可能與我們有所不同。

本指南是專為失智症患者的家人、朋友與同住人士而設。失智症患者的反應與行為經常令人不知所措和感到困擾，本指南所提供的秘訣與方法，正好助您改善與患者的關係。

何謂失智症？

失智症 (dementia) 是對多種腦功能失調疾病的統稱。出現行為上的變化可能是失智症破壞腦功能的先兆，失智症產生的影響因人而異，但普遍會削弱患者以下的能力：

- 語言
- 辨認
- 記憶 (包括知道自己患上失智症)
- 有目的之動作
- 知覺
- 推理

免責聲明：本指南僅供參考之用，不應被視作或用作治療準則。

何謂反應行為？

反應行為是指失智症患者令人不知所措的行為，例如焦慮、遊蕩或抑鬱等，這些言行舉動是患者對當前環境的**反應**，通常是蓄意的行為但卻往往難以捉摸。

在嘗試了解朋友或家人的行為時，請謹記：

- 所有言行舉動均反映患者的意欲、需要與顧慮。

不妨問自己：

- 有何外在因素影響到患者的行為？
- 這些行為對患者還是我造成問題？
- 所謂「解決方案」帶來的焦慮會否比問題本身更嚴重？

最重要是，我們不能期望失智症患者作出改變，**改變的應該是我們**。作為患者的家人和朋友，我們必須接受他的**現狀**。

院友 Sharron Cooke 的心聲：

**不是他在製造問題，
而是他遇上了問題。」**

為何事情會發生？

當失智症患者出現反應行為，不妨檢討事發時及事發前後出現的情況。

身體上：她是否感到不適或痛楚？

智力上：他有否出現記憶變化？

情緒上：他是否感到孤單或行為異常，例如懷疑別人，或聽到看到我們沒有聽見或看見的事物？

能力上：他所能做的事是否比您所知更多？

環境上：四周是否太嘈吵或人太多？

社交上：她的童年生活、以往工作或剛踏入成年期的遭遇，會否提供一些線索？

他人的行為：我有否做出一些影響她的事？又或沒有履行應做的事？

與失智症患者同住的Art Garrison：

「假若可以的話，我必定設法制止這行為。」

以下是一些反應行為的例子以及建議對策，包括應當及切忌採取的行動。

焦慮

當陳太太探望丈夫時，他顯得煩躁和坐立不安，不停用手撥弄衣服。

應當 ✓

- 給他一件東西，讓他握著。
- 用音樂分散他的注意力。
- 談談他過往愉快的經歷。
- 留意四周是否太嘈吵或光線太刺眼。
- 留意他是否太疲累。

切忌 ✗

- 制止他的舉動。
- 叫他安靜下來。
- 向他高聲說話。



遊蕩

蘇女士晚上起床，走到所住長期護理院的走廊徘徊。

應當 ✓

- 詢問她為何在走廊徘徊，是要上廁所，還是感到口渴？
- 把拖鞋和院袍藏起來。
- 讓她日間進行輕鬆的運動。

切忌 ✗

- 請求護士在蘇女士睡前給她服食安眠藥，讓她整日昏昏欲睡。

性行為

畢先生被發現每日早上在公共地方自瀆。

應當 ✓

- 送他回房間，把門關上，給他私人空間。
- 給他安排一些手腦並用的活動，例如整理螺絲、摺疊洗淨的衣服等。

切忌 ✗

- 高聲喝止他。
- 告訴他這是不當的行為。
- 按住他的手臂。
- 令他惱怒。

張伯走近女院友，並在她們經過時試圖撫摸她們。

應當 ✓

- 每次發生同樣情況，即時通知有關職員。
- 若您必須途經他所在的地方，盡量與同伴同行並避免與他靠近。
- 若他向您走來而無法避開，嘗試與他談論他的人生經歷。

切忌 ✗

- 告訴他這是不當的行為。
- 向他發怒。
- 按住他的手臂。
- 令他感到尷尬。

院友 Sharron Cooke 的心聲：

這種 (涉及性的) 行為時有發生，是常見現象。有些人認為這是卑劣行為，但事實並非如此。」

日落症候群

約在下午四時半左右，韓婆婆與來訪的親友短聚後，顯得煩躁不安，在房內來回踱步，並嚷著說：「我要馬上離開這裏。」

應當

- 每屆黃昏時份，把燈打開。
- 把窗簾拉上，避免出現影子。
- 要求院方安排她早上參加輕鬆的運動課。
- 讓她在晚飯時份幫忙擺飯桌。
- 改於早上探望她。

切忌

- 要求給予韓婆婆鎮靜劑讓她安靜下來，結果令她整天昏昏欲睡。

晚飯時份您替父親把食物切開，初時他沒有反對，但卻突然大力抓著您的手，恐嚇您說：「再這樣我就給你一巴掌！」

應當

- 保持冷靜，切勿輕舉妄動。
- 把手放軟，向他道歉，並嘗試找話題或一些物件，以分散他的注意力。
- 當他放開您的手，即慢慢移開，給他更多空間。
- 檢討他為何會發怒，是感到尷尬嗎？

切忌

- 抓著他的手，強迫他放開您。
- 突然大聲喊叫。
- 跟他說您只是嘗試幫忙。

幻覺

每到晚上，康大姐都會看見蜘蛛在牆上爬行，令她感到惶恐焦慮。

應當 ✓

- 認同她的恐懼：「那一定十分嚇人。」
- 防止影子出現，免她產生錯覺（例如加強照明）。
- 用音樂、運動、紙牌遊戲或照片分散她的注意力，並留意她的聽覺或視力是否出現問題。



切忌 ✗

- 告訴她牆上甚麼也沒有，叫她趕快去睡。
- 向她發怒。
- 與她爭論。

妄想症

張嫂認定有人偷了她的錢包。

應當 ✓

- 認同她的感覺。
- 佯裝找尋她「被偷去」的錢包，以減輕她的憂慮，再用其他活動分散她的注意力。
- 調查她的疑慮是否屬實，以確定她是否受害者。
- 假若這種妄想情況持續，可預備多個款式相似的錢包，以作補替。



切忌 ✗

- 告訴她錢包沒有被偷去，是她自己丟失了，就像上次那樣。

負責照料配偶的 Judy Southon：

我學會的最大功課，是從丈夫的角度看事物，而不是堅持自己的看法。」

「我要回家」

剛被送進長期護理院的方叔經常要求回家。

應當

- 表示理解他的感受。
- 詢問他的家庭狀況或成長地方。
- 與他一同回憶往事，縱使您對他的過往瞭如指掌。

切忌

- 告訴他這裏是他的新家，是他唯一可以棲身的地方。

杜太太每當丈夫探望她之後準備離去時，都會突然變得十分慌張，大力抓著丈夫。

應當

- 告訴她您要離去的原因。
- 陪她走到下一個活動地點，一起參加活動，逗留數分鐘後跟她道別，然後馬上離開。
- 離去時不要跟她說「再見」，可嘗試說「明天見」或「稍後見」。

切忌

- 跟她說您數天後會再來，叫她不用難過。

Alice Walker :

即使您並非完美，仍無損他人對您的愛。」

與失智症患者交談

隨著病情加劇，與失智症患者交談變得日益困難，令人感到沮喪，這情況在所難免，但切勿灰心放棄。以下是一些可助改善與患者關係的秘訣。

應當 ✓

- 向患者自我介紹，無需感到尷尬。
- 說話不妨帶點幽默，保持微笑。
- 按患者的反應調校說話速度。
- 可利用眼神與手勢發出指示。
- 縱使患者語無倫次或說話不當，仍需耐心接受。

切忌 ✗

- 與患者爭論。
- 要求她提出理由或解決問題的方法。
- 對他說：「您忘了嗎」。
- 糾正或責備他。



Carl W. Buechner :

他們或許已忘了您說過的話，
但永不會忘記您帶給他們的
感受。」

查詢詳情或下載本指南的詳盡版，
請瀏覽 www.ShiftingFocus.ca (英文)
或致電 211 查詢 **認知障礙症協會**
(Alzheimer Society)

Alzheimer Society
ONTARIO
www.alzheimerontario.ca



FINDING Your Way[®]

有方有道

關顧失智 步步有心



**Alzheimer
Knowledge
Exchange**

www.akeontario.org



Behavioural Supports Ontario