

# 其實你不懂我的心 ～如何與罹患失智症的親人溝通～

---

2013/12/07

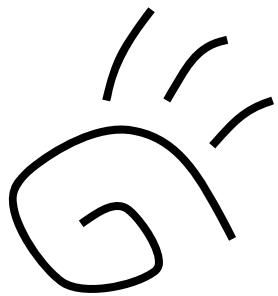
徐國強

台北信友堂耑年團契部與牧養事工部教牧輔導中心關  
懷講座「失智症的分辨、相關社會資源及照顧技巧」







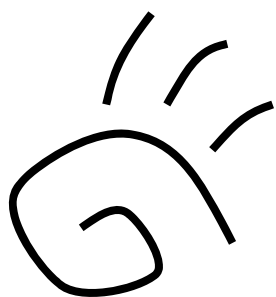


# 大綱

---

- 》前言
- 》失智症患者的世界
- 》與失智症親人的溝通
- 》失智老人可使用之社會福利資源

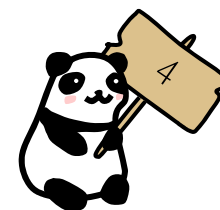


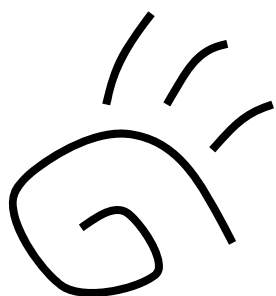


## 旁人對失智症患者的看法

---

- 》 BBC在1978年曾製作一個失智症專題，對於這個當時很少人知道的疾病，影片中形容患者「老喜歡說一些廢話、身上常有怪味、覺得自卑和有罪惡感」等。
- 》 不少人對失智症存有：老了就會這樣、癡呆、精神有問題、失去社會功能等負面印象。因為不了解，以致周遭的人對患者和其照顧者產生疏離、排擠、甚至貶低他們的人格與尊嚴。





# 其實你不懂我的心…

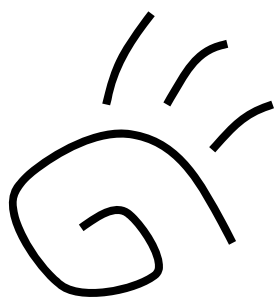
---

## 失智症患者現身說法～

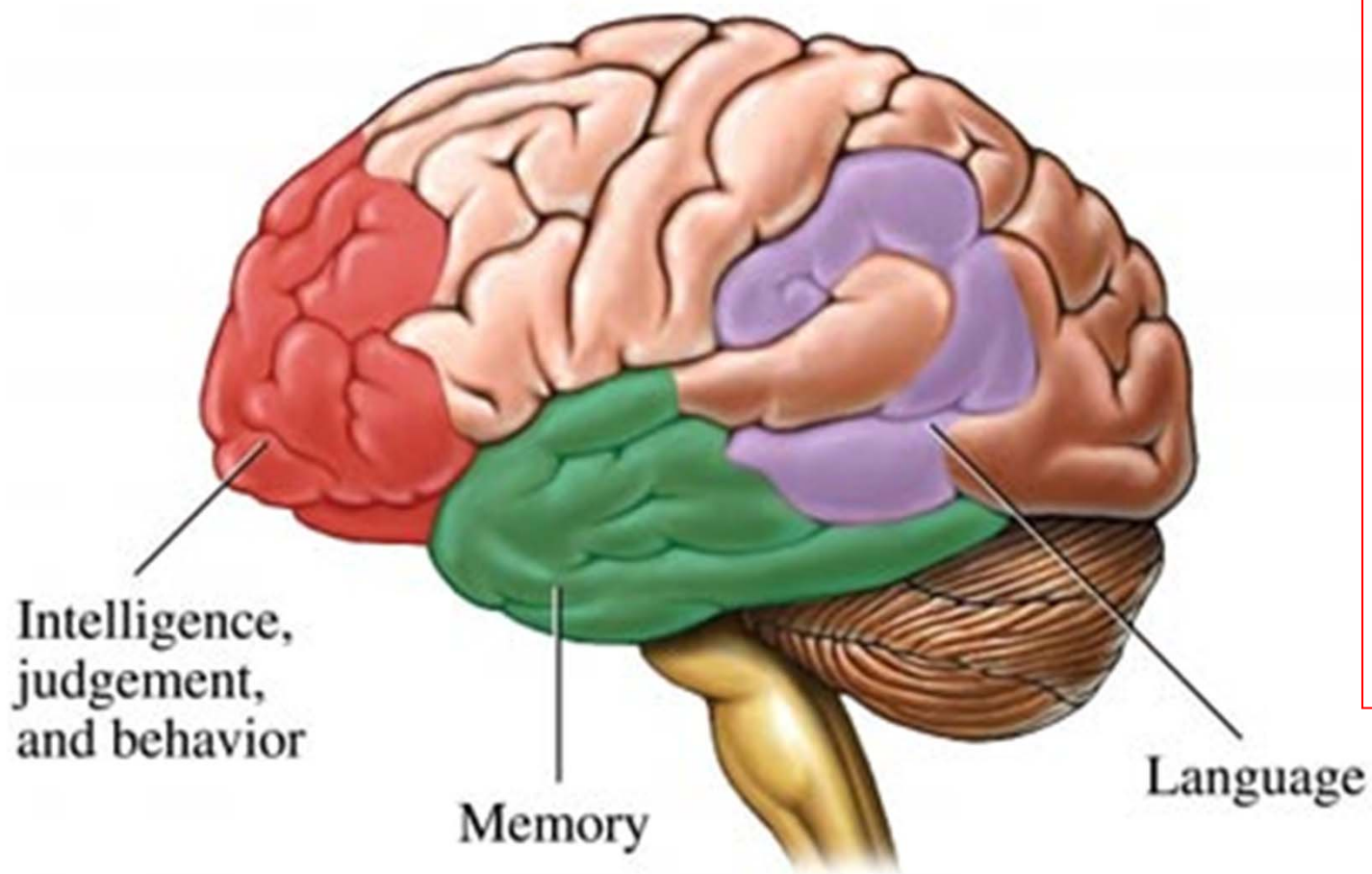
》「失智後的我們，會逐漸失去原有的能力，就像我，再也不能勝任六國語言的翻譯。但是請將我們當成朋友、給我們溫暖和鼓勵，以及社會的認同，並協助我們在記憶流失中尋找希望！」

海格女士，德國人（2012年第27th ADI年會於倫敦）



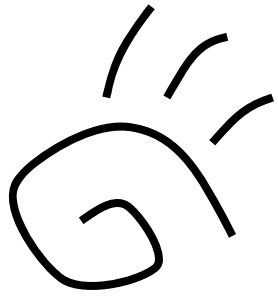


# 失智症患者的世界



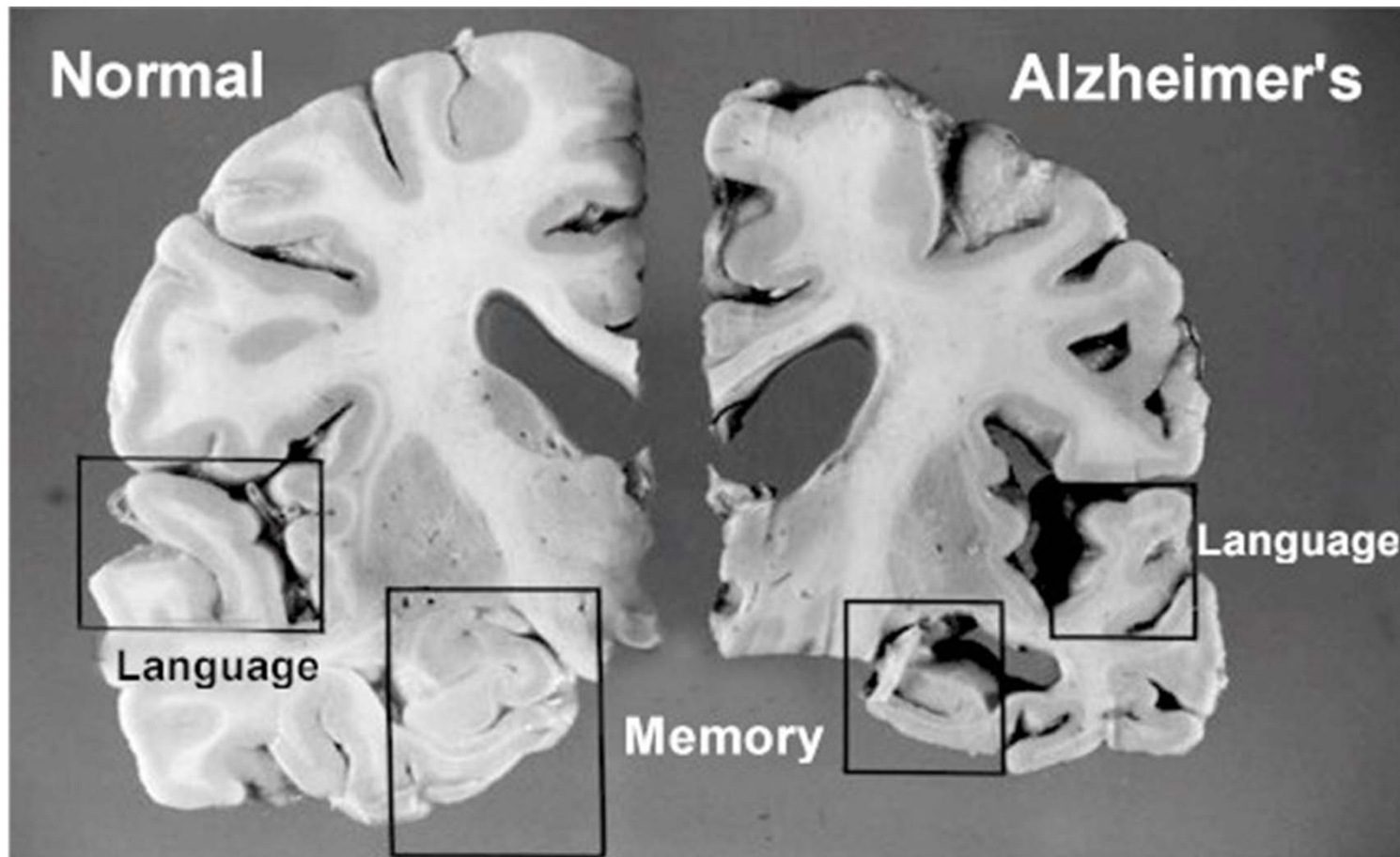
大腦各區域所掌管的功能

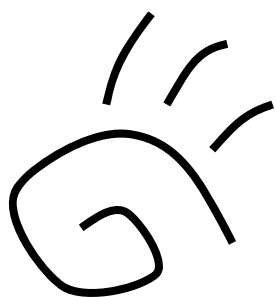




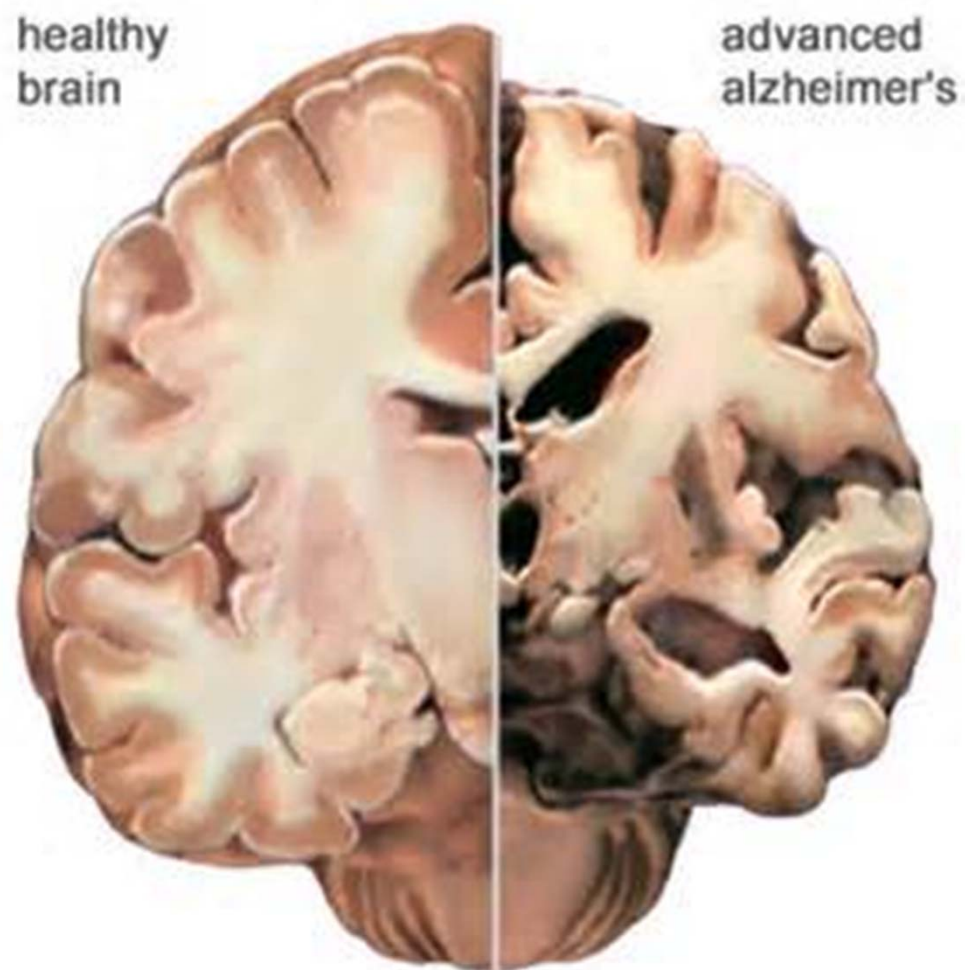
# 失智症患者的世界

》 Alzheimer's Disease (阿茲海默氏症)

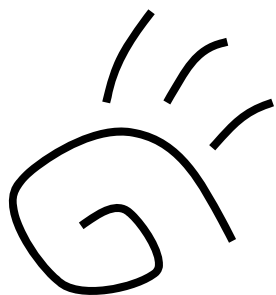




# 失智症患者的世界





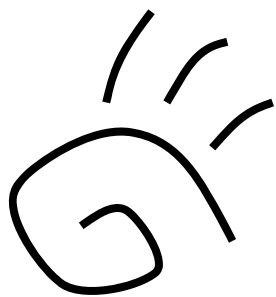


# 失智症患者的世界



失智症患者的記憶  
與能力，就如同凋  
零的樹葉一般地逐  
漸消失，並且無法  
再回復。



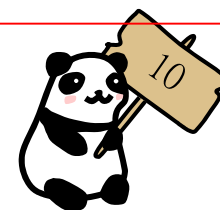


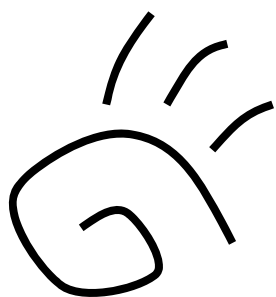
# 失智症患者的世界

神經傳導功能漸弱

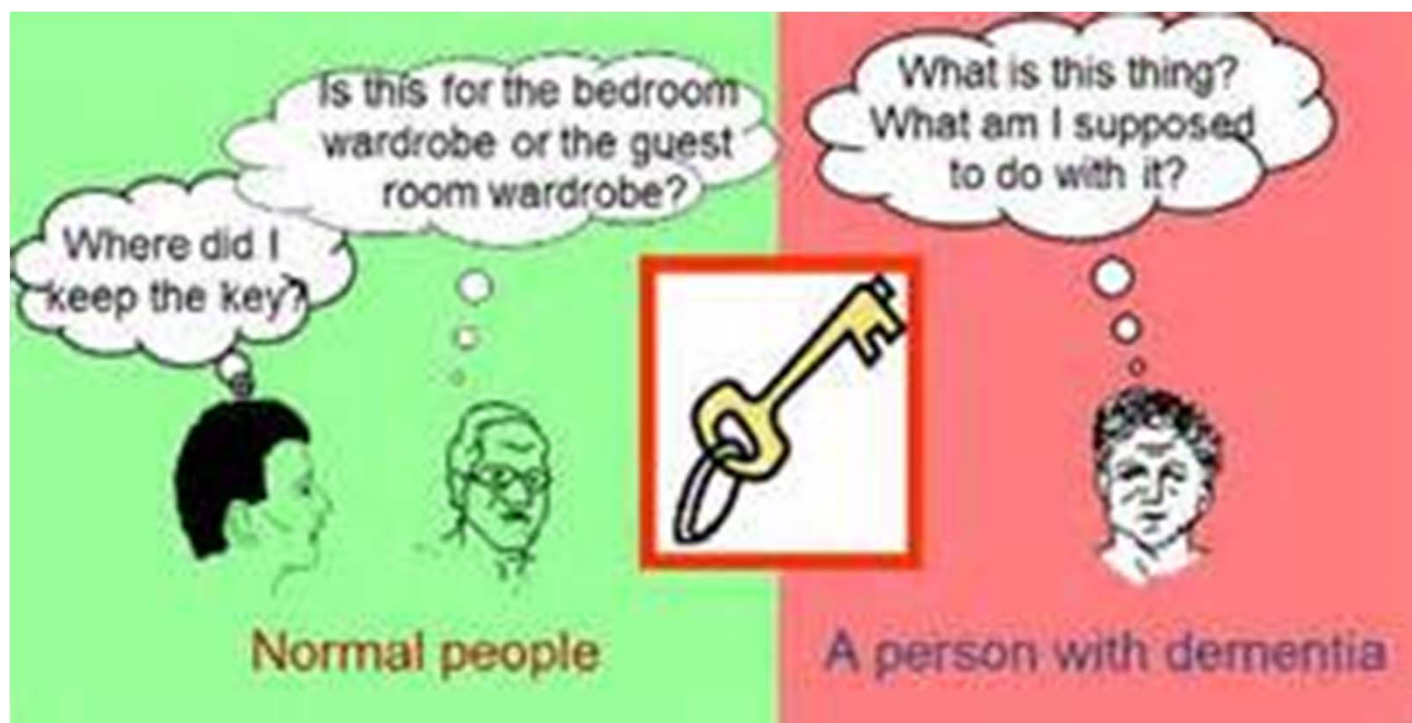


失智症患者因罹病之故，其大腦內部會出現類似斷電的情形，而導致與外界的溝通出現困難。





# 失智症患者的世界



對日常生活功能產生影響。



# 看出來哪裡怪嗎？

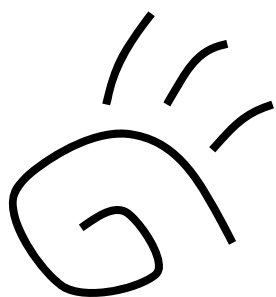
1-<#>









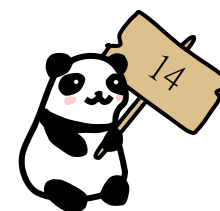


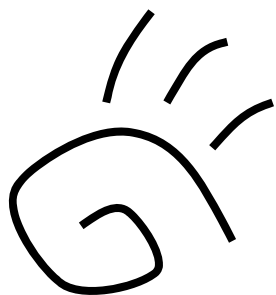
# 與失智症親人的溝通

---



『溝通』到底是什麼？





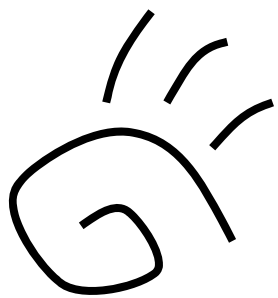
# 與失智症親人的溝通

---

『溝』 + 『通』 =

(有效的) 溝通





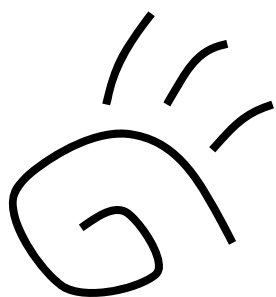
# 與失智症親人的溝通



有效的溝通過程就像是在進行拼圖！





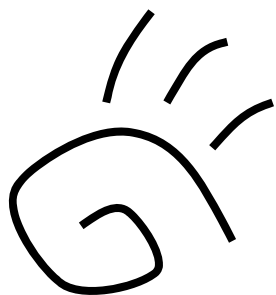


## 與失智症親人的溝通

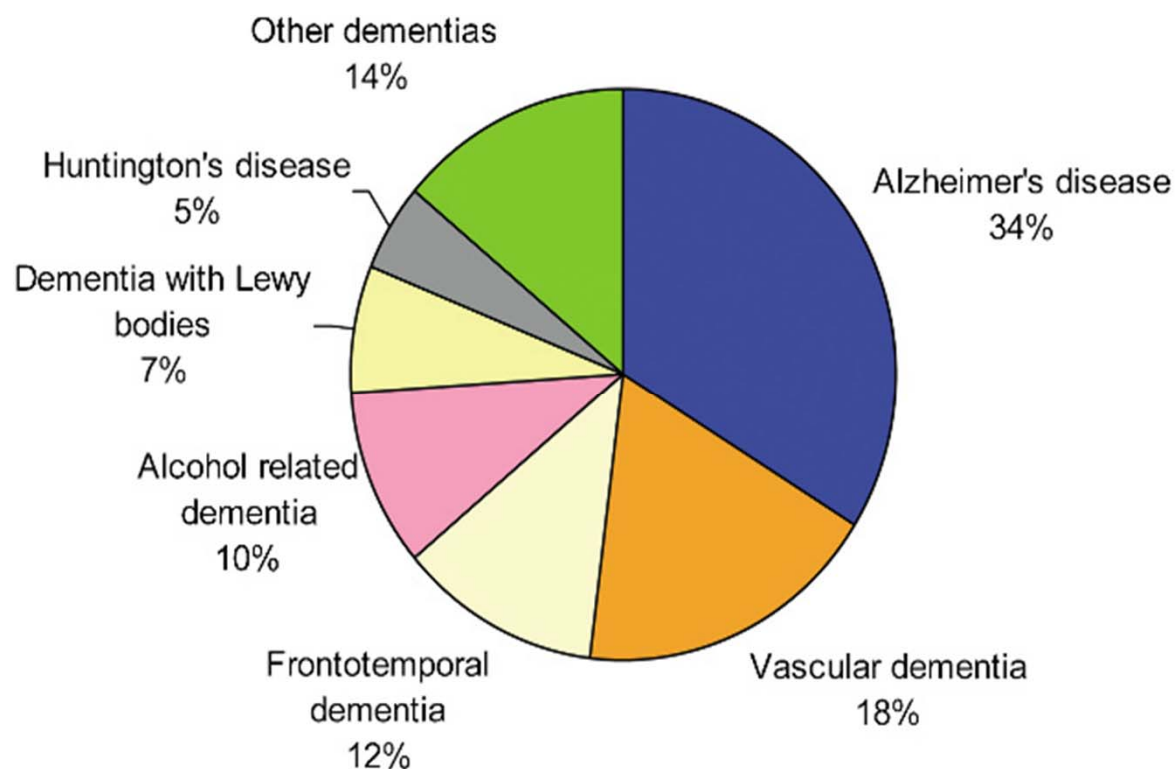


但是，我們親愛的家人．．．



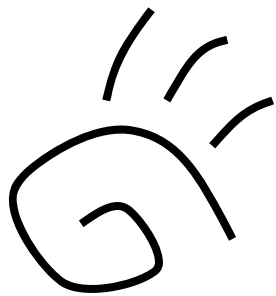


# 與失智症親人的溝通



不同類型的失智症患者，因為傷到腦部的區域不同，因此溝通的模式也需要有所不同。





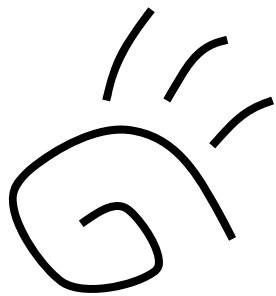
# 與失智症親人的溝通

---

## 失智症的認知症狀

- 》近期記憶力不好 (amnesia)
- 》失語症 (aphasia)
- 》認識能力不好 (agnosia)
- 》操作能力不好 (apraxia，包括吃飯、如廁、穿衣、沐浴盥洗、及運動功能)
- 》定向感
- 》抽象思考、規劃、計算、學習、理解、判斷能力等。





# 與失智症親人的溝通

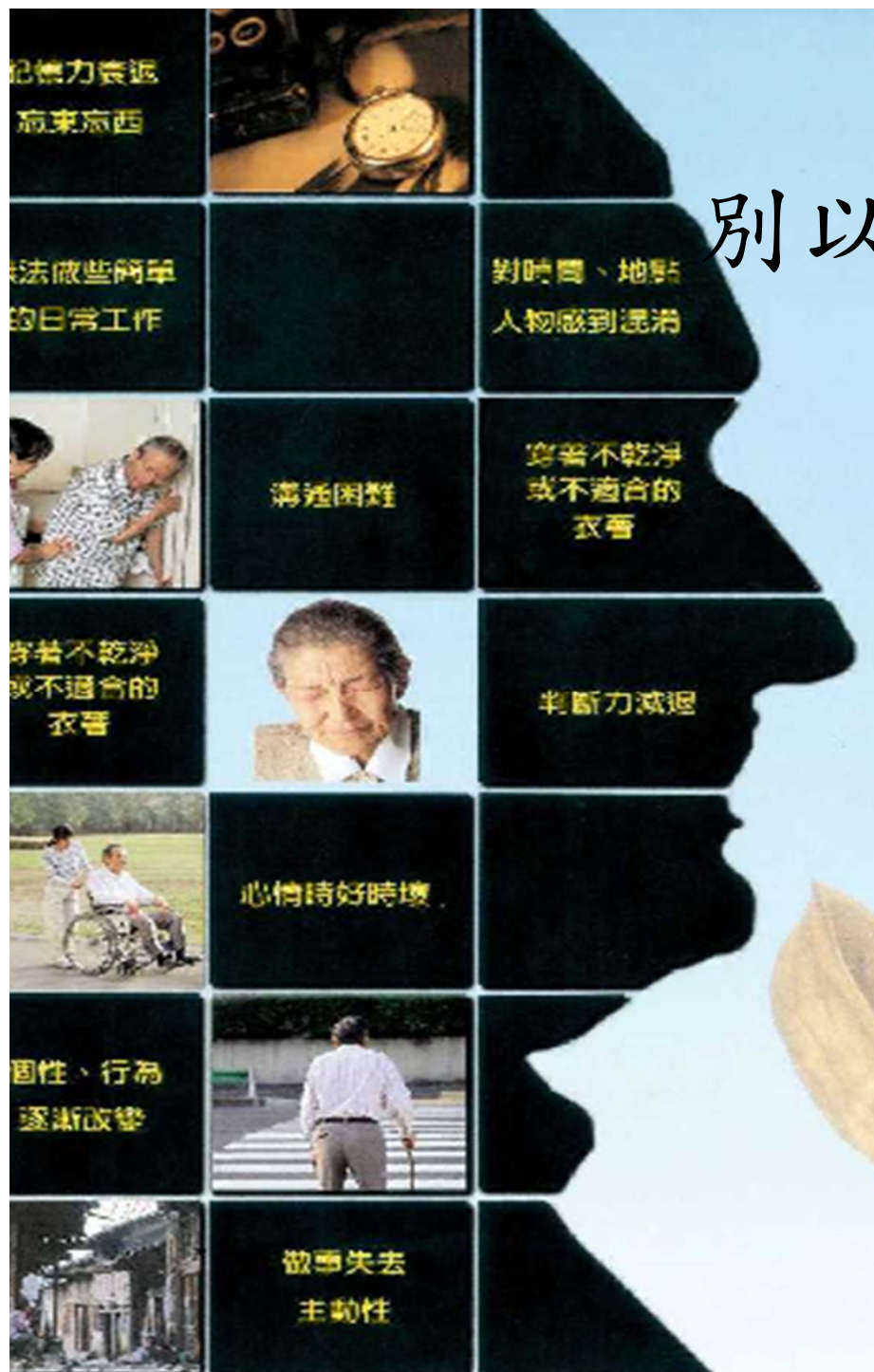
---

## 失智症的症狀

- 》失智症病患意識狀態 (consciousness) 大部分是清醒的，除非因身體疾病而同時合併譫妄。
- 》在疾病的某種程度時或其中一部分病人會同時合併情緒控制、社會行為問題、動機或驅力調節功能退化（食慾、睡眠習慣、性慾）、憂鬱、妄想或幻覺等症狀。



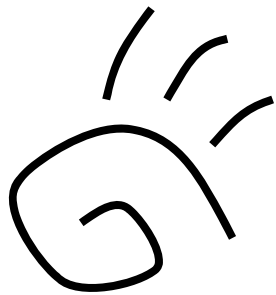




# 十大警訊： 別以為這是正常老化現象

- 》記憶力衰退，忘東忘西
- 》對時間，地點，人物感到混淆
- 》無法作一些日常生活工作
- 》個性，行為逐漸改變
- 》溝通困難
- 》判斷力減退
- 》心情時好時壞
- 》常把東西放錯位置
- 》穿著不乾淨，不合時宜的衣服
- 》做事失去主動性





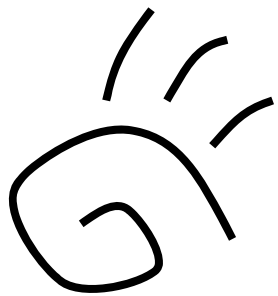
# 與失智症親人的溝通

---

## 失智症的行為精神症狀-BPSD

- 》 Affect — 憂鬱(達重鬱症否)，焦慮，躁症，易怒
- 》 Behavior — 自言自語，反覆衝動或持續行為，遊走，不適切行為，坐立不安，傷人或自傷。
- 》 Cognition — 被偷妄想，錯認妄想，忌妒妄想，被害妄想，宗教妄想(?)，反覆固著的想法(不尋常內容的想法或妄想)，虛談現象，答非所問，聽幻覺，視幻覺，觸幻覺，嗅幻覺
- 》 Drive — 不想動或低動機，失眠或嗜睡，暴食，厭食或胃口差(食慾高或低)，體重減輕，性慾過高或不適切的性行為





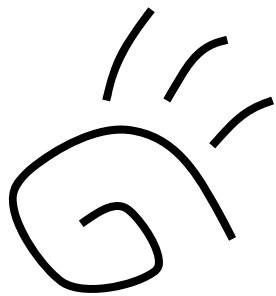
# 與失智症親人的溝通

---

## 溝通前必須做的功課

- 》瞭解親人所罹患失智症的類型（阿茲海默氏症、血管性失智症、額顳葉型失智症、路易氏體失智症、帕金森氏症、混合型失智症、…）與病程（認知功能障礙、輕度、中度、重度）
- 》對於失智症類型與病程的疾病發展與治療方式，以及所可能對應出現的BPSD進行瞭解。
- 》對於失智症照顧模式知能與技能的瞭解





# 與失智症親人的溝通

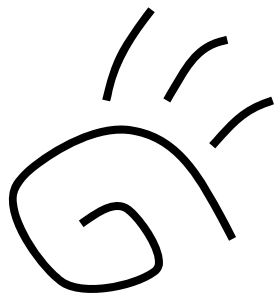
---

## 初期阿滋海默氏症（輕度認知功能障礙）

- 腦內某些區域開始形成病變
  - 學習與記憶
  - 思考與策劃
- 症狀
  - 約有50%患者出現憂鬱症狀、情緒問題
  - 初期未能用現有的測試法偵察出來





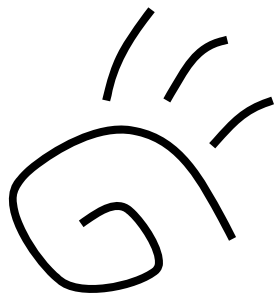


# 與失智症親人的溝通

## 輕度至中度阿滋海默症

- 病變區塊
  - 說話和理解言語
  - 認知的相關性
- 症狀
  - 記憶力或思考力明顯退化
  - 嚴重到妨礙日常工作和社交生活
  - 處理金錢困難
  - 表達自己和組織思考上會感到混亂與困難
  - 可能有性格和行為上的改變
  - 對人事時地物的認知問題，而產生行為障礙
  - 出現幻覺、妄想、錯認的精神行為症狀





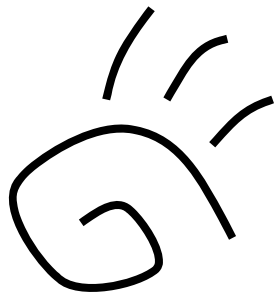
# 與失智症親人的溝通

---

## 重度阿滋海默氏症

- 大部份腦部皮層都已經被嚴重損壞
- 會失去
  - 溝通能力
  - 辨認家人和至親的能力
  - 自我照顧能力





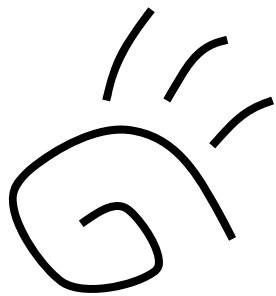
# 與失智症親人的溝通

---

## 額顳葉型失智症

- 腦部障礙以侵犯額葉及顳葉為主
  - 額葉：計畫、組織、問題解決、注意力、人格，  
以及一些有關行為與情緒的認知功能。
  - 顳葉：聽覺與嗅覺的分辨能力及新資訊的整理。
  - 右顳葉：視覺化的記憶能力  
對圖片與臉型的記憶
  - 左顳葉：語言上的記憶能力  
單字與名字的記憶





# 與失智症親人的溝通

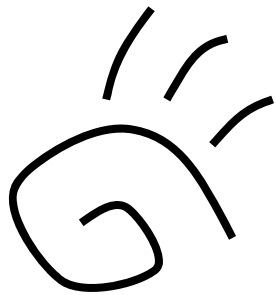
---

## 額顳葉型失智症對生活的影響

- 以行為問題為主
  - 缺乏情感反應及禮貌：冷漠、不當社交行為
  - 固執並無法控制的重複性行為
  - 道德判斷缺失：胡亂開車、不注重個人衛生
  - 意欲低、口慾大、注意力低。
  - 容易與人衝突而受到傷害
- 以語言障礙為主
  - 表達困難：說話、命名、名詞障礙。
  - 理解困難：不解別人所說的話、字或物品的意義







# 與失智症親人的溝通

---

## 路易氏體失智症

- ※ 視侵犯大腦不同部位而呈現不同症狀
- ※ 混亂期與清醒期交替(數週或數月的反覆發生)
  - 侵犯大腦基底核
    - 身體僵硬、手抖、走路不穩
    - 重複地無法解釋的跌倒現象或意識障礙
  - 侵犯大腦皮質
    - 產生認知功能退化
    - 精神症狀：視、聽、嗅或觸幻覺、情緒不穩及妄想
  - 侵犯交感神經系統
    - 自律神經失調：出現器官功能失調，活動表現及精神異常





# 與失智症親人的溝通

---

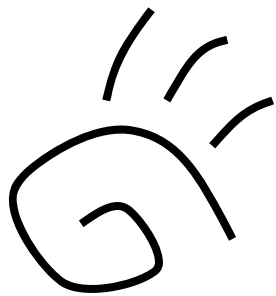
## 血管性失智症

- 好發於東方人
- 病因：

腦中風、腦血管梗塞或慢性病變造成腦部血液循環不良，使腦神經細胞功能減退所導致。

- 特性
  - 認知功能突然惡化
  - 有起伏現象、呈階梯狀退化





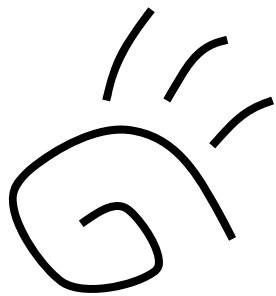
# 與失智症親人的溝通

---

## 血管性失智症對生活的影響

- 病灶症狀
  - 日常生活之處理能力緩慢
  - 手腳肢體行動遲緩
  - 尿失禁、吞嚥困難、構音困難、步履障礙
- 反應遲緩
  - 記憶力降低
  - 抽象想像能力變差
- 精神症狀
  - 情緒失禁、人格變化
  - 表情呆滯，易憂鬱
  - 有病識感





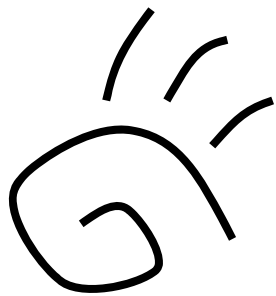
# 與失智症親人的溝通

---

## 混合型失智症

- 合併血管性失智症與退化型失智症





# 與失智症親人的溝通

---

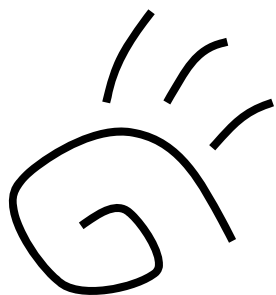
## 其他因素之失智症

※ 特定原因所造成之失智症，經過治療有可能恢復

- 營養失調：如缺乏維他命B12、葉酸等營養素。
- 顱內病灶：如水腦症、腦部腫瘤、腦部創傷等。
- 新陳代謝異常：如甲狀腺功能低下、電解質不平衡等。
- 中樞神經系統感染：如梅毒、愛滋病等。
- 中毒：因藥物濫用、酗酒等。







# 與失智症親人的溝通

---

## 失智症的綜合症

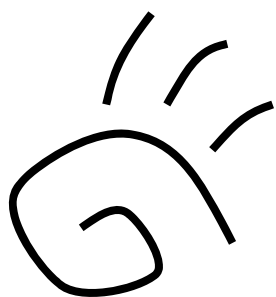
- 核心症狀

- 記憶、定向感(時、地、人)、判斷、思考、語言、數目等抽象能力障礙

- 周邊症狀

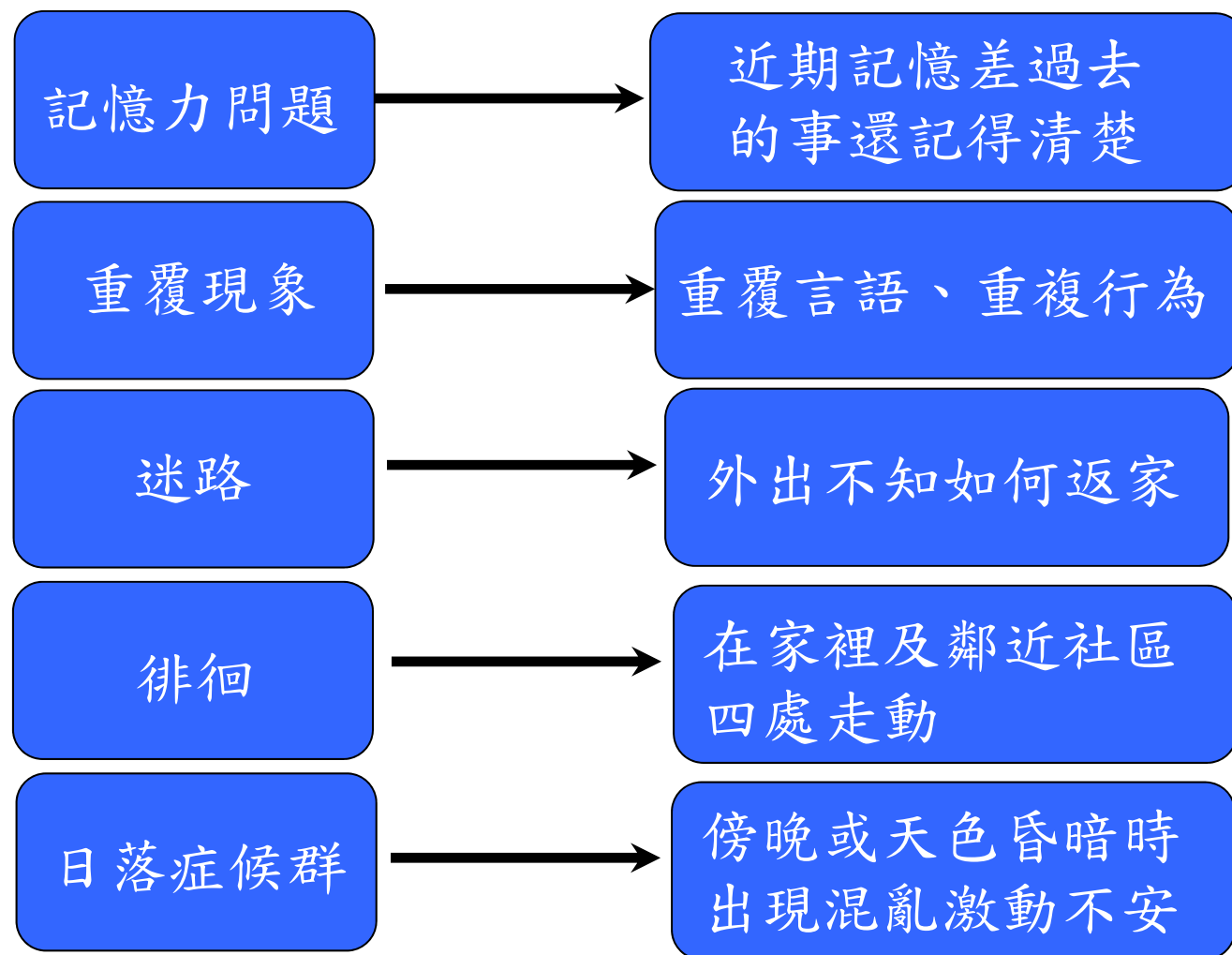
- 幻覺妄想、抑鬱、意欲、徘徊、蒐集癖、玩弄大小便、具攻擊性等

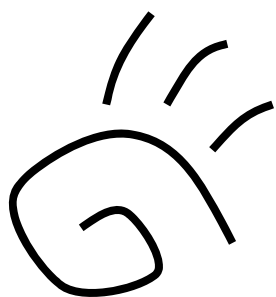




# 與失智症親人的溝通

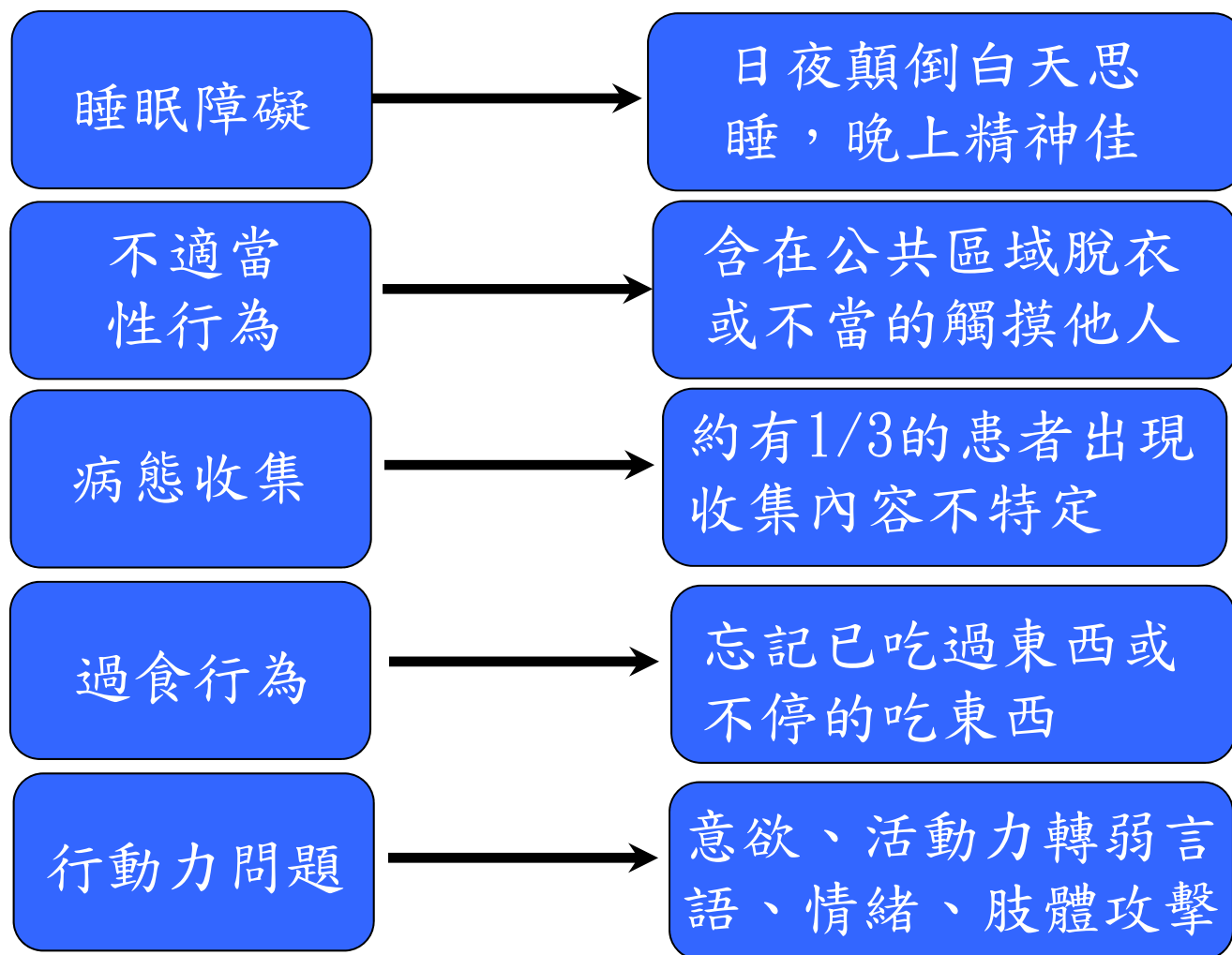
## ～行為症狀（一）～

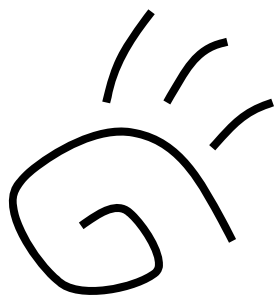




# 與失智症親人的溝通

## ～行為症狀（二）～





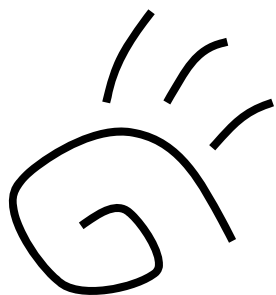
# 與失智症親人的溝通

---

情緒障礙問題

- 情緒不定、憂鬱、焦躁、生氣、興奮





# 與失智症親人的溝通

## ～精神症狀(一):妄想症～

被偷妄想

找不到東西就認為被偷了

被害妄想

懷疑別人透過任何方式

嫉妒妄想

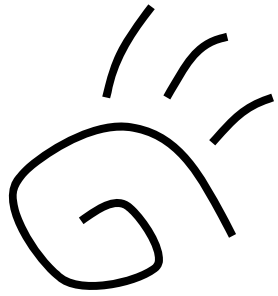
懷疑配偶有外遇認為他人是自己的親人

被遺棄妄想

認為家人丟下他不管或家人不見了







# 與失智症親人的溝通

## ～精神症狀(二):幻覺～

---

視幻覺



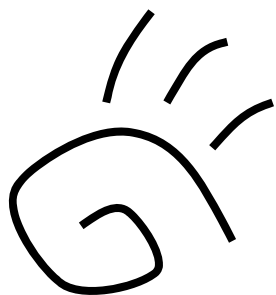
看到去世的親人或  
看到動物居多

聽幻覺



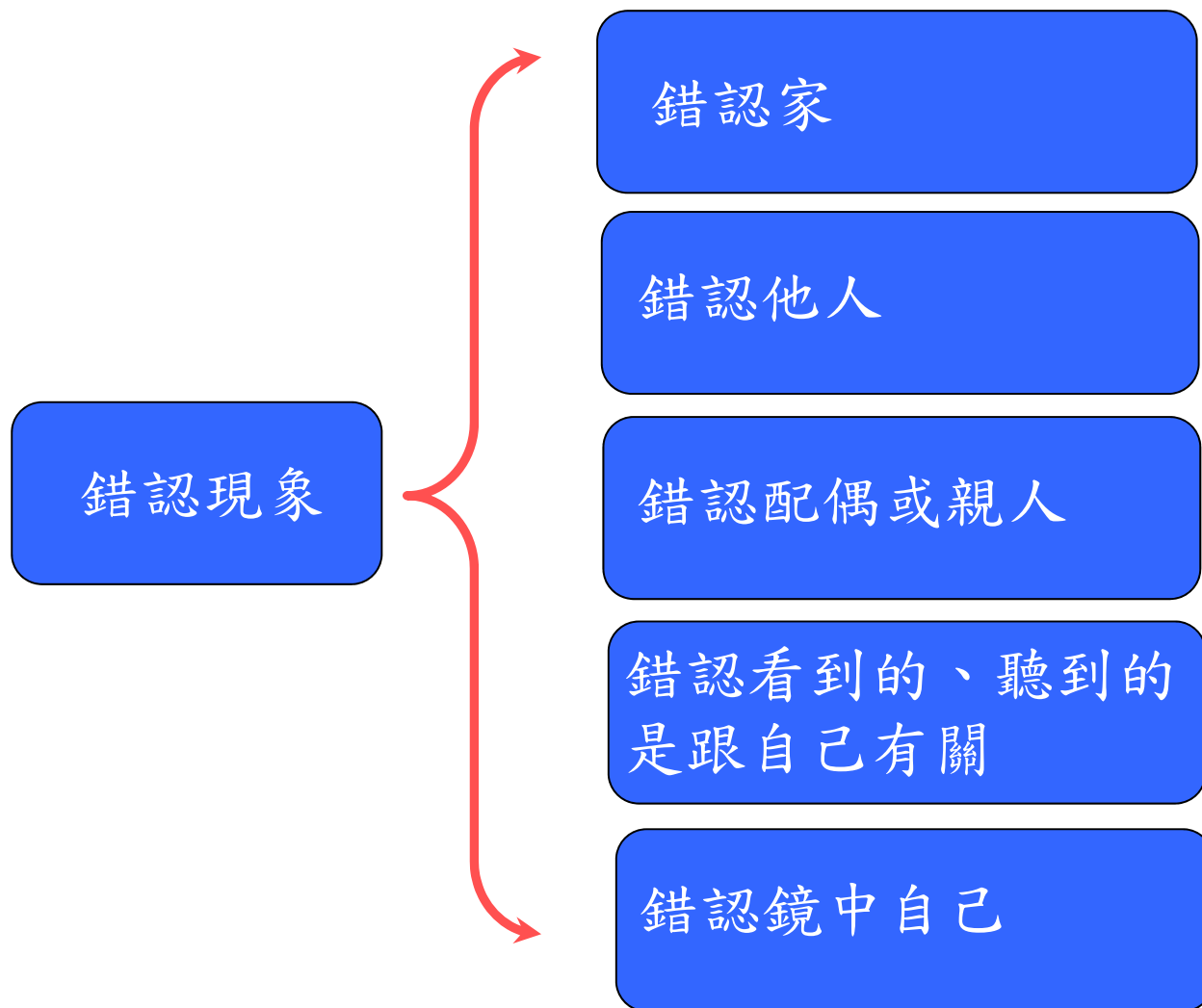
多半是模糊的聲音，  
或是聽到親人聲音

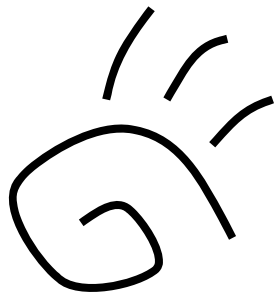




# 與失智症親人的溝通

## ～精神症狀(三)：錯覺～





# 與失智症親人的溝通

## 失智症的治療

### 非藥物治療

#### 人的治療

- 尊嚴、愛及參與生命故事
- 專業的知能
- 生活支援
- 活動陪伴

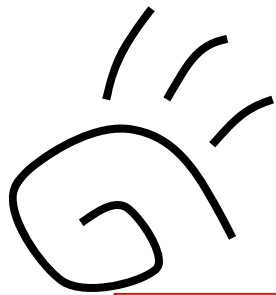
#### 環境治療

- 習慣的活動居所
- 規律的作息
- 熟悉的臉面
- 喜歡的物品

### 藥物治療

- 病因治療
- 促進腦血循
- 失智症：愛憶欣、憶思能、塔克寧
- 延緩失智症：Vit. EB
- 抗精神用藥
- 抗焦慮劑
- 安眠藥





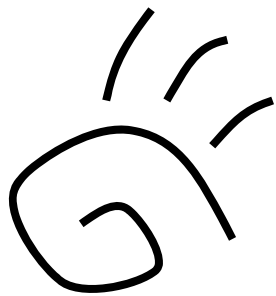
# 與失智症親人的溝通

## 輔助療法

### ※延緩失智症惡化方法

- 光照治療：穩定情緒、協助大腦調整生理時鐘
- 團體治療：協助病患建立與他人友誼
- 合宜運動：增進血循、肌力、肌耐力及肢體平衡
- 懷舊治療：利用舊時物品或器具引導回想與發言，找回過去的情感，並促進與維持語言功能。
- 認知訓練：幫助腦運動-朗讀、數字、手藝品、感官
- 現實導向：名字+稱呼、時間、地點
- 藝術輔療：音樂、美術、園藝等
- 學習療法：朗讀、算數、寫字





# 與失智症親人的溝通

## 失智症照顧-緩和舒適

- 照護行為以柔軟為宜
  - 接納與認同
- **理解原因、解決原因**
  - 行為問題背後的原因及因應技巧，預期需要
- 活動參與
  - 『提供任何的照護活動，是對長者有幫助的，不只是讓照護者消除照顧困擾而已』





# 面對妄想

## ■ 妄想

▶ 不要再來找我啦！我已經是個有夫之婦了！你趕快走吧，我先生等一下就回來了！

▶ 老太太不斷吵著要吃飯，抱怨媳婦不給他飯吃，讓他餓肚子

## ■ 常見妄想症狀

- ☑ 有人偷我的東西
- ☑ 這不是我的家，我要回家
- ☑ 配偶或照護者是冒充的，要趕他們出去
- ☑ 照顧者加害、被放棄、出軌的妄想

## ▶ 照護者可以這樣做

- 順應病患意思
- 轉移病患注意力
- 找不到東西時



- ▶ 將重要東西備份
- ▶ 尋找病患最喜歡藏東西的地方
- ▶ 倒垃圾前記得檢查垃圾桶

➡ 照護過程中爭論「誰對誰錯」不是重點，也沒有任何意義，因為患者有判斷與記憶障礙，如何了解患者需求與維持好情緒最為重要





# 情緒障礙照顧

## ■ 幻覺

- ▶ 路易氏體型失智症的患者發生率最高
- ▶ 視幻覺為主（看到熟人、逝世親人、陌生人等）
- ▶ 聽幻覺（有人跟我講話）
- ▶ 嗅幻覺（聞到臭味）

➡ 改善居住光線照明、解釋真實現象

## ■ 虛談

- ▶ 錯誤記憶的產物，把不會發生的事或之前經歷的時間和地點錯置、混淆

## ■ 情緒障礙

### ■ 常出現情緒問題

包括憂鬱、焦慮及恐懼、害怕落單與嚴重依附感



（什麼事都不想做、給人家拖累、想死）

- VD 患者高比率合併憂鬱，亦常出現情緒失禁，出現愛哭或愛笑

➡ 避免出席悲傷或喜事場合

- AD 患者高比率合併焦慮不安，出現重複詢問相同問題

➡ 簡短明確回答，回答後轉移到患者喜愛事務的話題



# 行為障礙應對

## ■ 不適當的行為

▶ 重複活動、收或藏東西、不適當行為

➡ 不要有激烈反應、轉移注意力以停止行為、準備說明卡

## ■ 暴力攻擊行為

▶ 因喪失行為能力、無法接受負面感覺與挫折、誤解他人語言及行為所致

➡ 保持冷靜不驚慌、轉移注意、求助醫師

## ■ 拒絕行為

▶ 病患病程後期將成為永遠的反對黨（不想吃飯、不想洗澡、不想散步E..），什麼事都不想做

➡ 請與患者較親的人引導  
➡ 利用患者在乎的事引導  
➡ 假如真不願意則不勉強  
➡ 參加家屬團體，分享技巧





# 準備餐食

## ■ 飲食

- 患者不斷要求要吃飯，家屬可提供低糖、低熱量、高纖等食物
  - 吃完還想再吃 -- 忘了已經吃過、飢餓與飽足感異常
  - 拒絕吃東西 -- 情緒不佳、牙疼、不會使用刀叉、活動量少
  - 吞嚥困難容易噎到 -- 常見於 VD，與失智症晚期
  - 食物含在口中，久久不吞下 -- 常見於失智症晚期
  - 營養不良、電解質不均衡、體重下降 -- 吞嚥困難因素造



■ 選擇適合咀嚼及吞嚥食物，依喜愛方式及口味烹調

■ 簡化餐具（易持易用），盡量在固定時間、地點用餐





# 排泄的處理

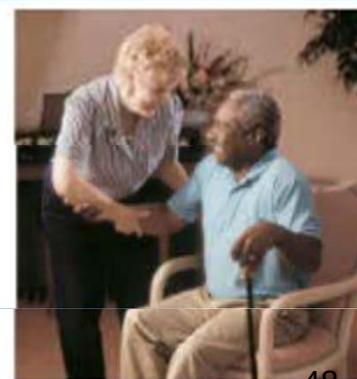
## ■ 排泄



- 尿尿或解便在褲子上
  - 找不到廁所、不知該到廁所解決、來不及或不會脫褲子、對尿意或便意不知如何反應、大小便失禁
- 玩排泄物 -- 不知如何善後、對排泄物好奇
- 長時間便秘 -- 藥物影響、活動量過小

### ▶ 照護者可以這樣做

- 廁所外有明顯圖示或圖片標示
- 前往廁所的通道應暢通
- 辨識患者的尿液訊號或定時帶他上廁所
- 攝取充足水分及纖維質





# 維持身體清潔衛生

## ■ 洗澡

- 照護患者相當重要的一件事 ( 因常吃東西灑在身上或尿褲子 )
  - 拒絕洗澡 -- 不了解洗澡的意思、目的與方法、心情不好不想洗、曾在浴室摔倒而恐懼、害怕浴室內的物品或擺設、覺得浴室很冷及吵、想保有隱私不想他人協助
  - 洗不乾淨 -- 動作不靈活、不知洗澡順序
  - 洗澡時間太常 -- 在浴室呆坐、被浴室內其他物品吸引

### ▶ 照護者可以這樣做

- 安排充足時間進行洗澡
- 營造舒適與安全的洗澡環境
- 注重患者隱私，協助洗澡動作應溫和



# 穿衣的困擾

## ■ 穿衣

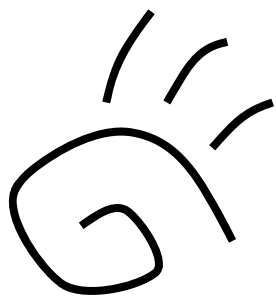
- 穿錯衣服 -- 不知穿衣順序
- 不適合氣候場合 -- 不知如何選擇
- 無法穿整齊 -- 不知如何扣鈕釦、拉拉鍊
- 拒絕更衣 -- 只喜歡某些衣服



### ▶ 照護者可以這樣做

- 搭配好整套衣服，一件一件給他穿。
- 選擇合宜衣服樣式。
- 多套同樣式的衣服。

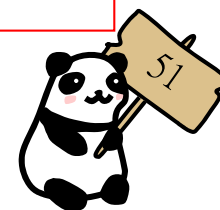




## 其他照顧上的小撇步



為維持患者的能力，盡量不替代患者作任何事，有時甚至必須勉強患者做事。





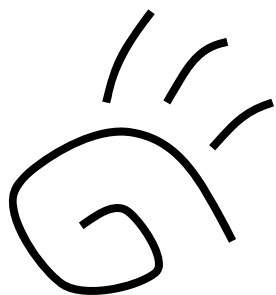
## 其他照顧上的小撇步

---



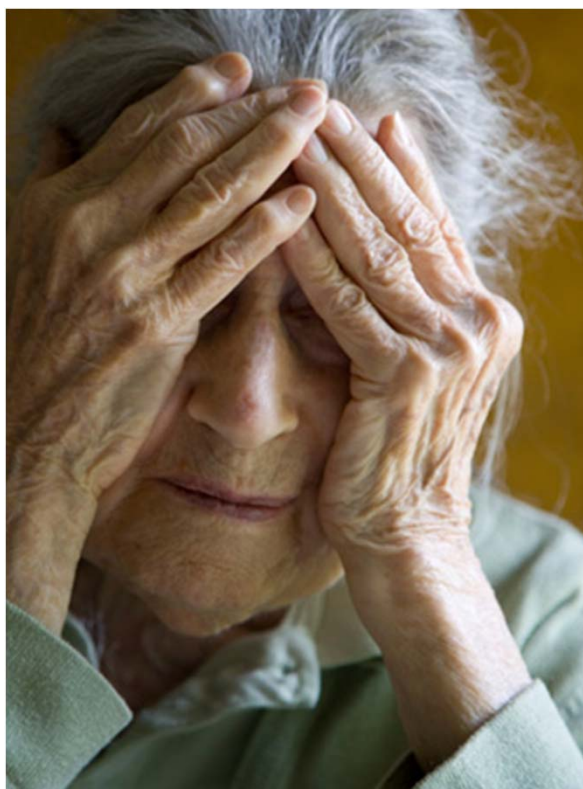
決定何時動手幫助案主是困難的，必須靠平時不斷地觀察並據以判斷。





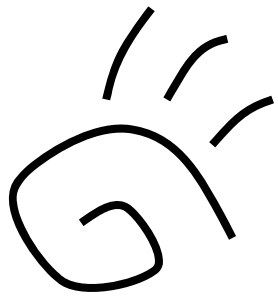
## 其他照顧上的小撇步

---



對於失智症患者的理解是一把通往支持  
與照顧之門的鑰匙。





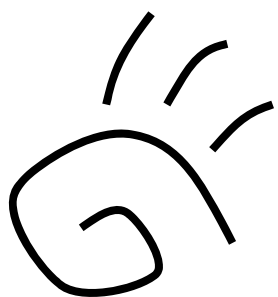
## 其他照顧上的小撇步

---



藥物治療對於患者部分的**BPSD**的確是有效的，  
但非藥物治療方式對於患者而言有著更顯著的效果。

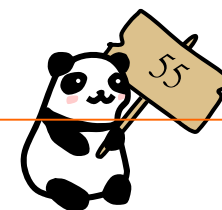




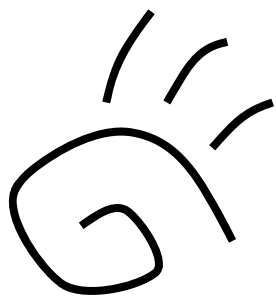
## 其他照顧上的小撇步



如果非藥物治療的方式，所選取的內容不符合患者的『口味』時，那麼結果將是……。







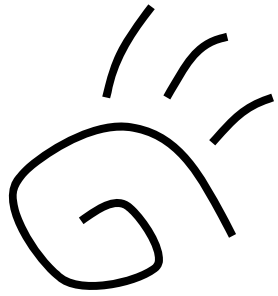
## 其他照顧上的小撇步



但如果對上了患者的胃口，那麼結果是……。





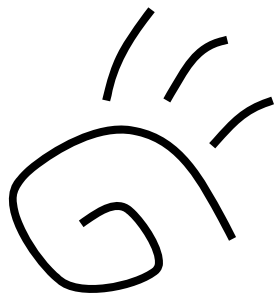


## 失智老人可使用之社會福利資源

---

- 》社團法人台灣失智症協會  
(<http://www.tada2002.org.tw/Default.aspx>)
- 》財團法人天主教失智老人社會福利基金會  
(<http://www.cfad.org.tw/>)





## ～對於老人照顧的期許～

---

願我們的老人都能活得更有盼望

更加健康

更有智慧

.....

願大家對於老人照顧都有更全面的認識

更正確的照顧

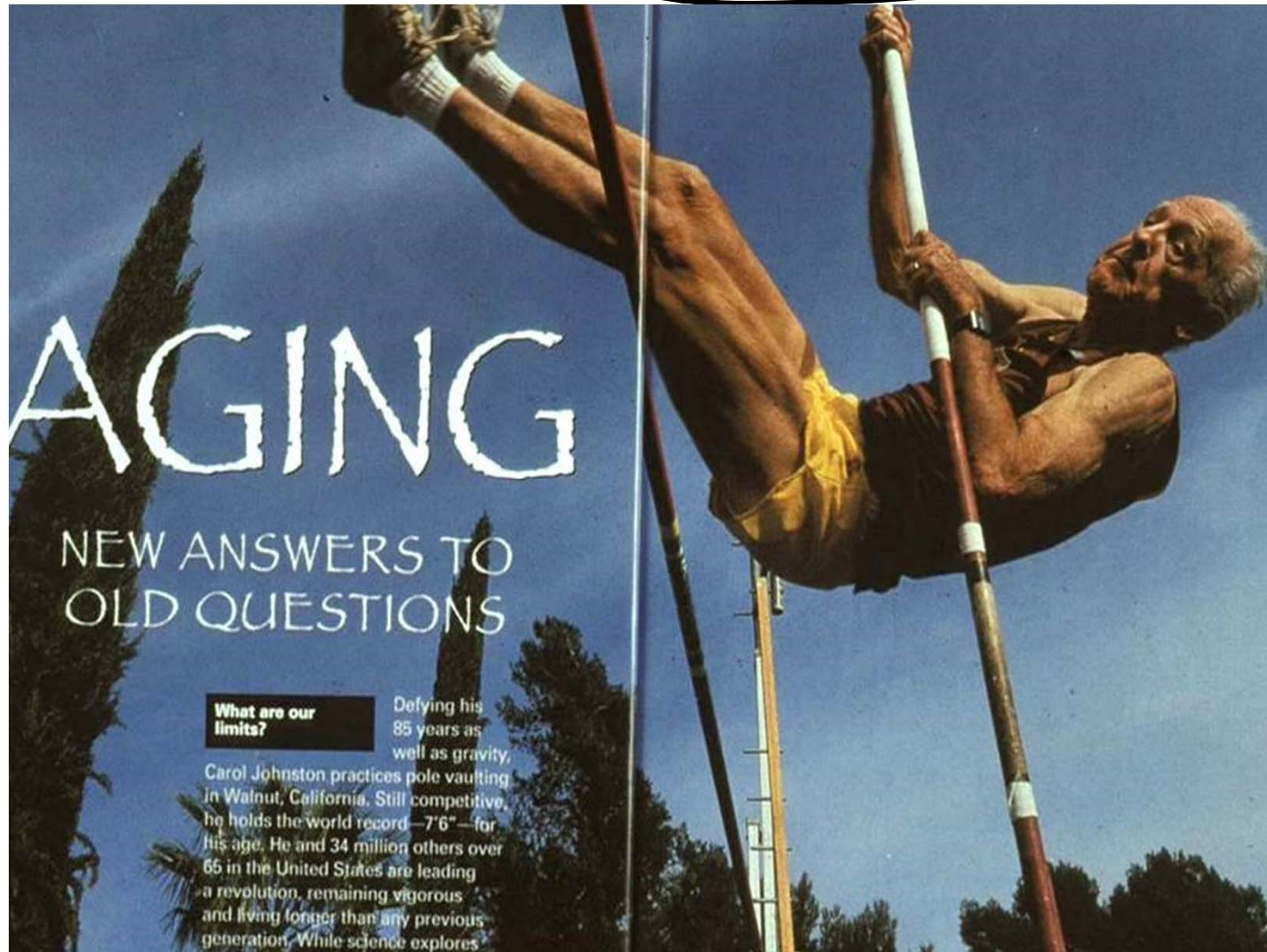
更快樂的陪伴

.....





你願意老了之後也跟他一樣嗎？





# 014年第二季 長者關顧主日學

## 如何安排老人的日常生活

|   |                         |
|---|-------------------------|
| 食 | 『食』在有趣－如何用食物來豐富老年人的味蕾   |
| 衣 | 『衣』依不捨－如何幫助老年人挑選舒適大方的衣服 |
| 住 | 『家』諭戶曉－如何將通用設計的概念運用到住宅中 |
| 行 | 『行』路無礙－如何幫助老年人增加行的安全    |
| 育 | 『育』才一樂－如何幫助老年人了解終身學習    |
| 樂 | 『樂』不思蜀－如何幫助老年人進行適切的娛樂   |

## 如何與老年人溝通

|    |                    |
|----|--------------------|
| 健康 | 老當益『壯』－如何與健康的老年人溝通 |
| 罹病 | 同『病』相憐－如何與罹病的老年人溝通 |
| 失能 | 『殘』而不廢－如何與失能的老年人溝通 |
| 失智 | 返老還『童』－如何與失智的老年人溝通 |
| 臥床 | 纏綿病『榻』－如何與臥床的老年人溝通 |
| 臨終 | 老有所『終』－如何與臨終的老年人溝通 |

