

 澳門鏡湖護理學院 主辦

仁·愛晚晴

應對老齡化社會教育系統工程

公眾講座

當父母/親友患上老年失智症

澳門理工學院長者書院校長
澳門失智症協會副理事長
林韻薇 博士

2014年9月12日

贊助單位：

協辦單位：

專業指導：



澳門特別行政區政府
社會工作局



澳門明愛
Caritas
MACAU



澳門工會聯合總會
Federação das Associações dos Operários de Macau



那打素護理學院
香港中文大學



澳門街坊會聯合總會
União Geral das Associações dos Mordedores de Macau

MADA
澳門失智症協會
Macao Alzheimer's Disease Association
Associação da Doença de Alzheimer de Macau



香港認知障礙症協會
Hong Kong Alzheimer's Disease Association

「仁·愛晚晴」培訓計劃目的

「仁·愛晚晴」培訓計劃是一項跨學科的專業培訓計劃，旨在為市民大眾、非正規及家庭照顧者或從事護老工作之醫護及社福界專業人員，提供一般性及專業性的老年學教育

澳門鏡湖書院
版權所

「仁·愛晚晴」培訓計劃對象

- 市民大眾：對護老知識感興趣的所有人士
- 非專業及家庭的老人照顧者：那些在日常生活或工作中，需要為長者提供日常照顧，例如：長者的家人、鄰居、朋友、家傭及義務工作者
- 醫護及社福界專業人員：從事護老工作之醫護及社福專業人員，如註冊護士、社工、臨床心理學家、職業治療師、物理治療師及醫生

「仁·愛晚晴」培訓計劃宗旨

- 促進公眾對人口老齡化的關注，提高公眾對長者的社會及醫護服務需求的認識
- 培養公眾對人口老齡化的正確認識和正面態度
- 對非正規及家庭照顧者進行護老基本知識和技巧的培訓，使其能夠應付日常護老工作
- 提升從事護老工作之醫護及社福界專業人員的老年專科知識，使其為長者群提供更高質素的跨專業服務



「仁·愛晚晴」先導計劃

· 老人失智症之預防及照顧

- 健康老齡化及代際關係之凝聚
- 長者的心社靈照顧
- 慢性疾病處理及臨終關懷
- 社區及院舍的老人照顧

內容簡介

- 老人痴呆症的階段
- 痴呆症患者的照顧需要及生活問題的處理
- 維持照顧者身心健康的方法
- 簡介政府對老人痴呆症患者提供的服務

什麼是老人痴呆症？

你對痴呆症患者的印象是什麼？

澳門鏡湖護理學院
版權所有

甚麼是老人痴呆症？



澳門鏡湖護老學院
版權所有

甚麼是老人痴呆症？

- 是一種腦部退化疾病，因大腦神經細胞病變(死亡)導致大腦功能衰退
- 不是老化過程中一個必經的階段
- 記憶、理解、計算、語言、學習、和判斷力都會受影響
- 部份或會有情緒、行為、感官方面的變化

老年痴呆症長者與健康長者 在記性及自我照顧能力方面的分別

範 圍	老年痴呆症長者	健 康 長 者
病識感	不知道或否認有記憶退化問題	知道自己有記憶退化問題
善忘	整個事件/經驗 頻密發生	部分片段 間中發生
回憶被遺忘的內容	很少能回想起	經常可於事後回想起
利用環境提示	漸漸不能依從	可以依從
吸收新訊息	很大的困難	沒有大困難
自我照顧能力 (穿衣、沐浴、煮食等)	能力漸漸失去	多能夠保持

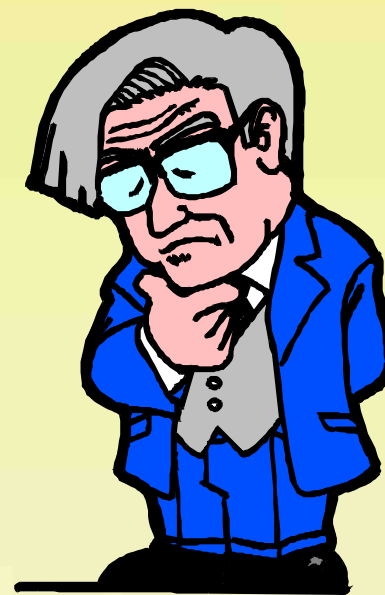
老人痴呆症的階段

澳門鏡湖護理學院
版權所有

老人痴呆症的階段

初期(一至三年)：

- 難以掌握抽象觀念
(如時間、地點；例如：後天的意思)
- 記憶逐漸衰退、判斷力減弱
- 理財有困難
- 亂放家中物件
- 迷路
- 情緒低落



老人痴呆症的階段

中期(三至八年)：

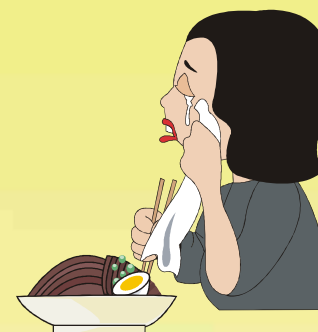
- 失去時間觀念
- 難以掌握生活技巧
(如不懂調較冷熱水、使用家中電器)
- 情緒不穩
- 日夜顛倒，四處遊走
- 多疑



老人痴呆症的階段

晚期(八至十年)：

- 無法認出家人
- 言語表達困難
- 不能自理基本生活需要
(如排泄、進食和吞嚥)
- 容易激動，或有攻擊性
- 對他人冷漠，無法與人溝通



人大了便會變成痴呆？

雖然患上老人痴呆症的機會會隨著年紀增加，
但並不代表必定會患上老人痴呆症

危險因素：

- 年紀越大，患病機會越高; 性別
- 家庭成員患上痴呆症
- 患上心血管疾病(如高血壓)
- 腦部曾有損傷

保護因素：

- 經常參與娛樂社交活動
- 做運動
- 刺激腦部活動
- 教育程度較高

痴呆症患者的照顧需要及 生活問題的處理

澳門鏡湖護理學院
版權所有

痴呆症患者的照顧需要及生活問題的處理

痴呆症患者的需要

- 如何與痴呆症患者相處
- 外出與活動安排（社交/人際關係）
- 自理能力
- 飲食須知

如何與痴呆症患者相處

澳門鏡湖護理學院
版權所有

五大要素

照顧患者的方式：

- 專業能力
- 同理心
- 一貫性
- 持之以恆
- 良好的氣氛



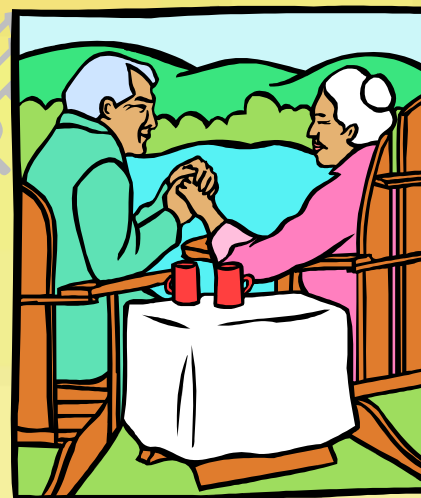
考慮因素

- 痴呆症患者因認知功能受損，在記憶裡時空交錯，所有過往的責任、角色一再在生活中重複出現
- 因此，照顧者需充分了解患者過去的生活經驗，以適切的答案回覆
- 確保有效的溝通

確保有效的溝通

溝通前準備：

- 避免嘈雜環境
- 平和的心理狀態



說話技巧：

- 將指示分成小步驟，逐步給予指示

考慮患者接收、表達訊息能力：

- 注意非語言溝通(微笑、牽手)
- 談話要簡短

痴呆症患者的照顧需要及生活問題的處理

痴呆症患者的需要

- 如何與痴呆症患者相處
- 外出與活動安排 (社交/人際關係)
- 自理能力
- 飲食須知

外出與活動安排（社交/人際關係）

澳門鏡湖護理學院
版權所有

交通上可能遭遇哪些狀況？

- 腦中的地圖變得異常混亂
- 定向感出現問題
- 對於如何前往目的地，失去了判斷力



如何計劃患者的行進路線？

- 行人路
- 升降坡度不應太陡峭
- 關節退化的毛病，不宜爬太多階梯
- 注意天氣情況
- 加入一些「懷舊」元素



如何誘導患者多走動？

加強患者的活動動機：

- 例如對愛吃的長者可以美食為誘因；
- 喜歡花花草草的則可多放置盆栽。

多走動的好處：

- 維持較好的健康狀態；
- 有助調整患者的生理時鐘。



合適活動逐個講－注意事項

生理方面：

- － 注意患者的體能
- － 留意如廁安排
- － 說話要清晰，語調適中（以彌補視覺、聽覺的衰退）
- － 避免太精細的活動
- － 給予足夠的歇息時間

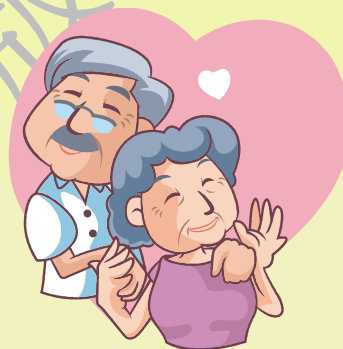


認知方面：

- － 避免過份要求記憶力、分析力的活動
- － 活動長短需考慮患者已退減的集中力
- － 活動指示要簡單直接
- － 接納患者需要護老者較多的指引和輔助

社交方面：

- － 考慮患者現有的能力。若患者語言表達能力下降，要避免過份需求語言表達的活動
- － 配合患者的興趣、性格和背景
- － 切忌待患者為小孩
- － 令患者感到自己有用及仍是家中的一分子



合適活動逐個講－例子

- 簡單的家居活動：摺衫、淋花
- 散步、早操
- 手、腳按摩
- 音樂活動



痴呆症患者的照顧需要及生活問題的處理

痴呆症患者的需要

- 如何與痴呆症患者相處
- 外出與活動安排（社交/人際關係）
- 自理能力
- 飲食須知

自理能力

澳門鏡湖護理學院
版權所有

洗澡問題

- 拒絕洗澡
- 把不潔的衣服穿上：
 - 分不清那一件衣服是清潔的
 - 把內衣穿在外衣上
- ☞ 設一個污衣桶，訓練患者把污衣立即放進桶內
- ☞ 把衣服依照穿衣的次序排好

拒絕洗澡

- 避免讓患者選擇，也別爭論：「去唔去沖涼」跟「去沖涼啦」的分別
- 不發怒，保持心境平和
- 顧及患者原有的習慣（包括時間和方式）
- 留意水溫，患者對水溫的感覺或會消失，容易燙傷
- 留意患者身體各部有沒有紅腫的地方

技巧和策略

- 平時和患者建立良好的關係
- 參照患者以往的生活習慣而制定一個合適的洗澡規律
- 在洗澡前，先提示患者這是洗澡時間
- 尊重患者私隱和尊嚴

其他



大小便失禁

- 多發生於後期痴呆的階段
- 若是偶發事件，由於情緒和身體疾病所造成，應可醫治改善

澳門鏡湖護理學院
版權所有

痴呆症患者的照顧需要及生活問題的處理

痴呆症患者的需要

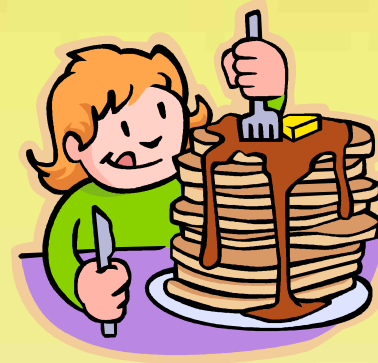
- 如何與痴呆症患者相處
- 外出與活動安排（社交/人際關係）
- 自理能力
- 飲食須知

飲食須知

澳門鏡湖護理學院
版權所有

不斷索食

- 患者忘記已進食
- 不必過份指責／置諸不理
- ☞ 正餐時不要給予太多食物，將部份留待患者要求時再給予便可
- ☞ 藉着活動來轉移他的注意



吃得一塌糊塗：

- － 進食環境要安靜，規律化
- － 切勿催促或批評
- － 進食流質食物時，可使用加蓋的杯子和吸管
- － 避免給予太黏的食物，如年糕、湯圓和腸粉
- － 使用輔助儀器

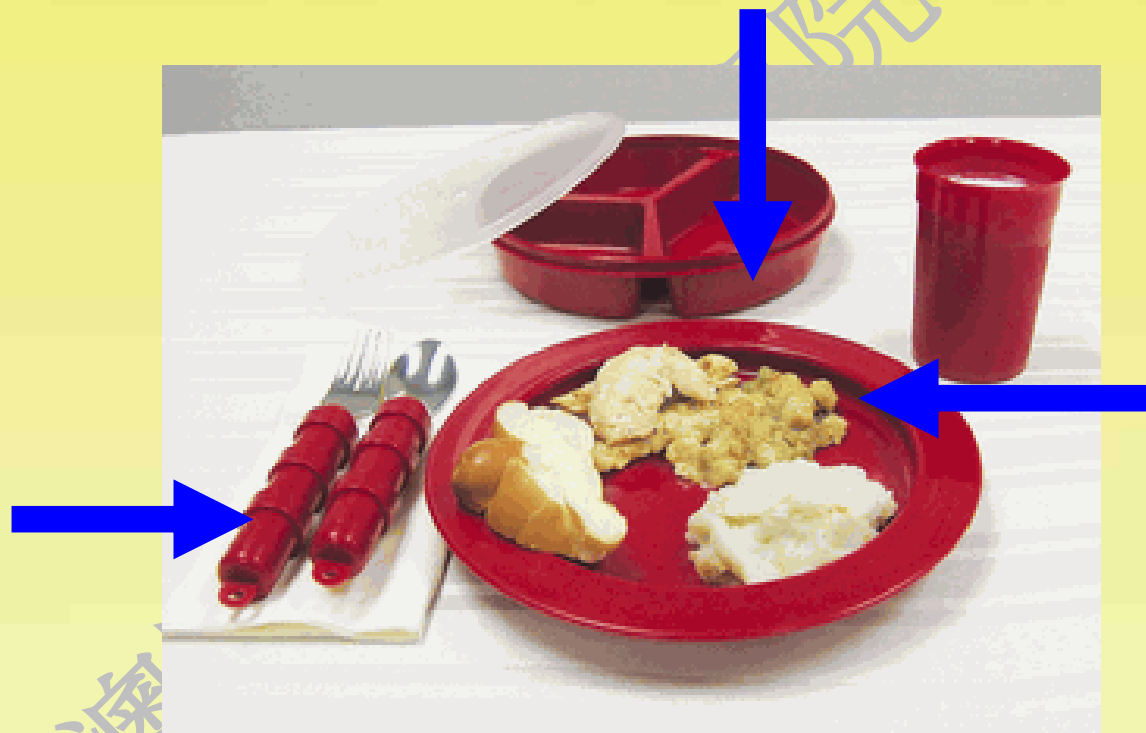
你知道它們的用途嗎？





www.megamedics.com/product.php?productname=no...

請留意顏色和設計



維持照顧者身心健康的方法

澳門鏡湖護理學院
版權所有

調查指痴呆症長者受虐問題嚴重

(星島)2010年5月12日 星期三 12:49

星島日報
SINGTAU POST

香港大學及中文大學的一項調查顯示，痴呆症長者的受虐問題嚴重。

調查訪問了122名照顧痴呆症長者的人士，主要是患者的子女及配偶，發現超過六成受訪人士，承認曾經向患者做過一項或者以上的精神虐待行為，包括呼喝、說令人難堪的說話，及拿起物件作勢要擲向他們。另外，近兩成人更曾施以身體虐待。

調查亦顯示，施虐的受訪者普遍承受較大的照顧壓力。

負責調查的學者建議，負責照顧痴呆症長者的人當感到壓力時，應保持冷靜及暫時離開，避免做出虐待行為，若有需要應尋求專業人士協助。

施虐者普遍承受較大照顧壓力

- 照顧工作負有沉重的責任
- 患者不再用文字語言表達需求
- 性格改變和行為異常之發生不可預測
- 看著患者逐漸失去自主和認知能力，這會讓照顧者感到巨大的憂傷



照顧者的精神壓力來源

患者的表現

1. 自我照顧能力衰退
2. 溝通困難
3. 精神困擾
4. 不適當行為

個人的感受

1. 負擔過重的感覺
2. 害怕變成陌路人
3. 與家人的磨擦



減壓建議

- 多吸收與失智症有關的資訊
- 參加關注失智症的團體
- 了解自己及家人作為照顧者的承擔能力及分工
- 保持自己一定的社交活動



政府對老人痴呆症提供的服務

- 執行部門:澳門社會工作局
- 現有服務:
 - **9間**非牟利安老院舍為患有失智症的院友提供相關服務，而當中的黑沙環明暉護養院更設有失智症患者專區
 - **5支**家居照顧及支援服務隊，隊伍內的專業團隊，包括護士、社工及物理／職業治療師，更為失智症患者提供到戶之護理、復康訓練、家居安全評估等服務

- 即將提供的服務:

未來新設的長者日間護理中心及安老院舍，亦會設立專為失智症長者而設的服務區域，如現正興建的氹仔菩提禪院護理安老院內亦將引入失智症服務，並會預留**40個服務床位**。此外，亦計劃興建一所專為失智症長者而設的失智症長者及家屬支援中心，為患失智症患者及其家屬或照顧者提供的服務及支援。

- 失智症照顧者的培訓/支援工作方面：
- 本澳7間長者日間中心及護理中心是設有護老者支援服務，透過不同培訓，為家人及外傭提供系統訓練和教授有效的減壓技巧，讓護老者更有信心照顧失智長者：

松柏之家老人中心、海傍區老人中心、澳門工會聯合總會望廈老人中心、青洲老人中心、綠楊長者日間護理中心、康暉長者日間護理中心、澳門街坊總會頤駿中心

- 執行部門:仁伯爵綜合醫院的記憶診所
- 現有服務:協助處理由專科門診、住院部門及衛生中心轉介涉及記憶和老人精神疾病的個案，透過簡短智能測驗（**MMSE**）作初步評估，再根據結果安排治療或其它跟進項目。

共勉

勇於面對 作好準備



多謝！

澳門鏡湖護理學院
版權所有

問與答

澳門鏡湖護理學院
版權所有