

# 失智者居家照護技巧

嘉南療養院 陳柏言 職能治療師

成功大學職能治療碩士

2019/6/14

# 大綱

- 失智者問題行為
- 失智者居家生活促進與安全
- 討論

# 失智症症狀

## 認知功能 減退

- 記憶力
- 注意力
- 語言能力
- 時間地點  
定向感
- 計算能力
- 判斷

## 精神行為 異常

- 行為問題
- 個性改變
- 妄想
- 幻覺
- 錯認
- 憂鬱

## 無法獨立 生活

## 生理功能 異常

- 容易跌倒
- 吞嚥問題
- 視力減退
- 大小便失

# 失智症的精神行為症狀-1

- 憂鬱症狀 (40~50%)
- 精神病症狀
  1. 妄想 (被偷55%,被害26%,嫉妒15.8%)
  2. 幻覺 (72%)
  3. 錯認 (35~55%)

# 失智症的精神行為症狀-2

- 行為障礙

1. 迷路



2. 睡眠障礙



3. 攻擊



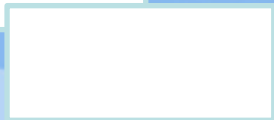
4. 漫遊



5. 貪食



6. 病態收集



7. 不當性行為



8. 日落症候群

# 失智者居家生活

# 居家生活?

食

衣

行

住

浴

樂



# 居家生活-4D化

居家環境

家庭資源

時間安排

食衣  
住行  
浴樂



# 居家生活-4D化

食

- 忘記要吃
- 營養均衡
- 咀嚼吞嚥
- 動作障礙
- 物品使用

時間安排

- 定時定量
- 飲食紀錄表

家庭資源

- 營養搭配
- 食物大小、性質
- 動作協助

居家環境

- 進食輔具
- 餐具調整
- 減少刺激干擾









(資料來源:衛福部輔具資源入口網)

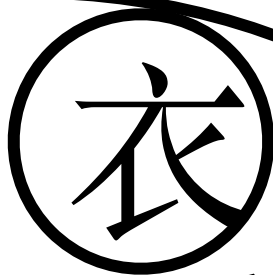
# Eatwell-失智症用餐輔具



(創作者:姚彥慈-2014史丹佛長壽中心設計競賽冠軍)



# 居家生活-4D化



- 季節判斷
- 正反面
- 怎麼穿
- 穿脫困難
- 精細動作

## 時間安排

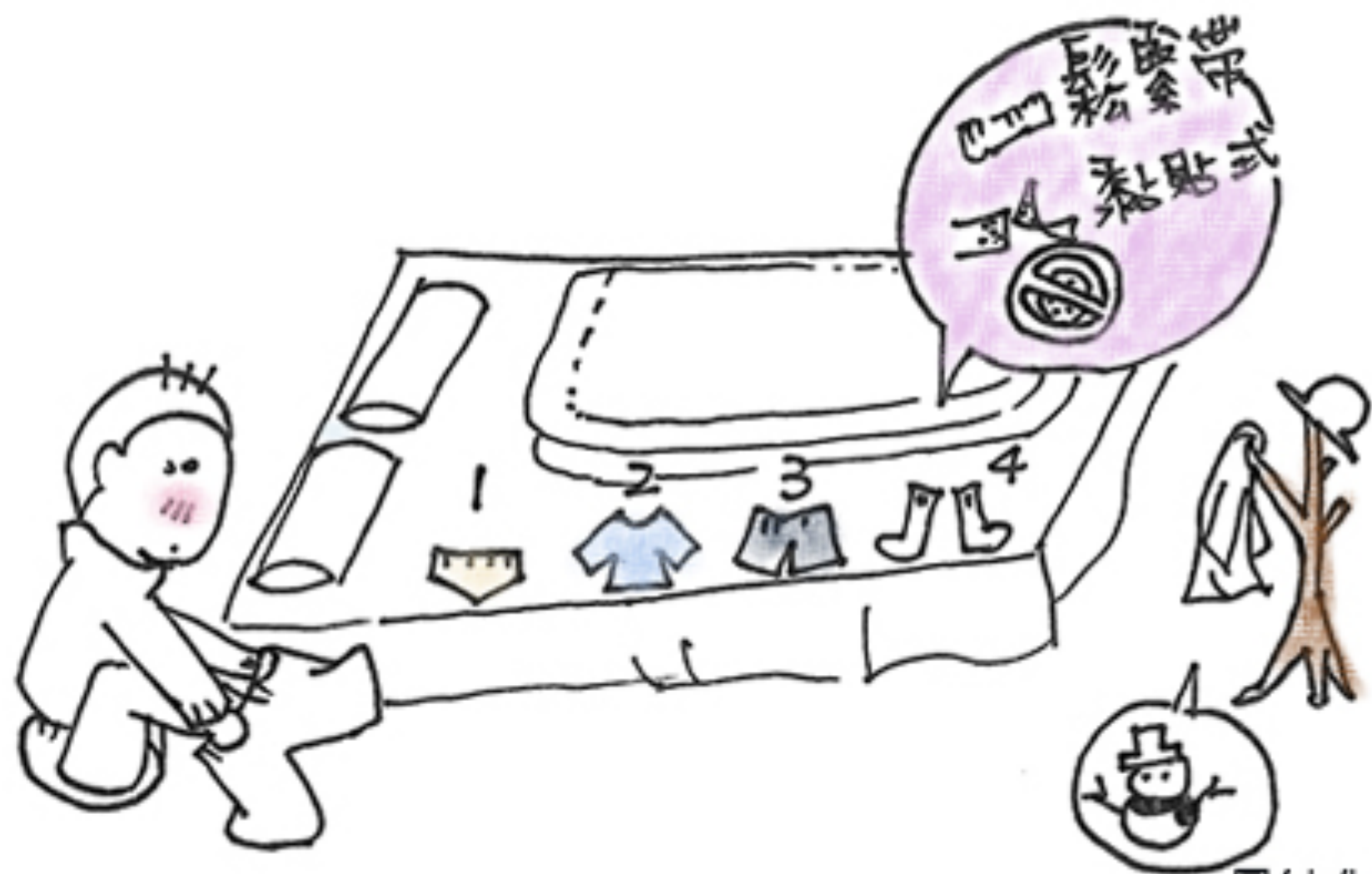
- 季節天氣定向感

## 家庭資源

- 搭配衣物
- 穿衣順序提示
- 按照順序放

## 居家環境

- 收納環境
- 改變衣服形式







# 居家生活-4D化

住

- 睡眠混亂
- 跌倒
- 找不到東西
- 跑出去

時間安排

- 白天活動安排
- 固定的每日行程

家庭資源

- 陪伴
- 轉移注意力

居家環境

- 減少物品堆放
- 充足日光
- 固定物品位置
- 門鎖、假門

## 物品定位器



將常用物品貼上感應器，當找不到時，按下定位器上設定的物品按鍵，感應器便會發出聲響而容易被找出。

## 離床偵測系統



適用有跌倒風險或有夜醒遊走症狀者。當長輩在特定時間內離床，則會啟動警報，提醒照顧者及早介入。

## 感應式夜燈



夜間偵測到長輩經過時，會自動開啟照明，亦可與右上列離床偵測系統連結使用。

## 安全瓦斯爐



適用需要使用瓦斯爐，但記憶力差的長輩。當監測到爐火因風、湯汁熄滅，或長時間乾燒，即會自動關閉。

## 失智照護輔具 輕中度病程適用



## 臺大醫院輔具中心

臺北市政府社會局

臺北市公益彩券盈餘基金補助

(02) 23123456 分機 67292  
台北市常德街一號 復健部1樓

失智症隨病程進展會造成認知、溝通與肢體功能狀況的退化，導致日常生活活動進行困難，帶給照顧者極大的負荷與壓力。其中，輕中度失智症患者以認知功能缺損為主，肢體活動能力還未受影響，也因此容易發生意外事故、忘記服藥與常用物品位置等，稍有疏漏可能造成遺憾。

## 典型症狀與行為

### 輕度

- \* 近期記憶力減退
- \* 時間感混淆
- \* 語言表達困難
- \* 難以判斷事情
- \* 缺乏動機、喪失興趣
- \* 精神渙散
- \* 憂鬱或躁動不安

### 中度

- \* 想不起最近的事
- \* 時間感和空間感迷失
- \* 溝通、算數困難
- \* 複雜日常活動進行困難
- \* 衛生盥洗需要提醒或協助
- \* 住家附近走失
- \* 遊走、妄想

若能在照護中適當運用輔具，達到提醒、偵測與通知等功能，可避免上述狀況發生，降低照護負擔。

## 走失手鍊

手鍊刻印編號與聯絡資訊，作為走失長輩的辨識物，以利尋獲。



## 戶外協尋



適用有外出需求但可能會走失的長輩，當離開設定的安全範圍或遇到緊急狀況時，可傳送簡訊或定位資訊給照顧者。

## 室內預警



適用有遊走行為的長輩，當走出家門、或步入警戒區（如廚房、浴廁）時可發出提示音。

## 現實導向日曆



適用於對時間感混淆的長輩，可幫助理解當下時間。

## 智慧藥盒



適用於時常忘記按時服藥，或忘記是否服過藥的患者。

























# 居家生活-4D化

行

- 平衡減退
- 注意力不佳
- 交通能力
- 迷路

時間安排

- 外出時間
- 視體力調整

家庭資源

- 陪伴外出
- 行走訓練
- 鄰里通報系統

居家環境

- 行走路線
- 減少障礙
- 光線充足
- 代步工具

## 臥室

臥室內若有窗戶、陽台，最好加上安全鎖，以免發生危險。另可加裝窗簾以避免過於刺眼。

臥室光線不宜過於明亮刺眼；夜晚應留夜燈，尤其是走道上，可加裝感應式夜燈。



若室內無浴廁，可在角落放置馬桶椅，方便夜裡上廁所。

起身、上下床不方便者，可以在床邊加裝扶手，以利施力與扶持。

▲臥室：臥室牆壁的颜色與裝潢不宜複雜，色系不宜過於鮮豔，布置與擺設應簡單。





# 居家生活-4D化

## 浴

- 動作受限
- 清潔品質變差
- 拒絕洗澡
- 時間混亂
- 大小便失禁

## 時間安排

- 定時提醒
- 固定步驟流程
- 控制進水量、時間

## 家庭資源

- 建立洗澡安全感
- 觀察清潔品質
- 協助完成動作

## 居家環境

- 浴室防滑
- 就近
- 輔具使用
- 環境調整







4



漱口杯裝水



拿起牙刷



拿起牙膏



擠牙膏

# 居家生活-4D化

樂

- 動機低
- 挫折感
- 不具經驗
- 體力不足

時間安排

- 養成習慣

家庭資源

- 提供刺激、參與機會
- 選擇適當活動
- 懷舊VS新奇

居家環境

- 安全休閒環境
- 可使用的設備

# 居家生活-總結

食衣  
住行  
浴樂

## 時間安排

- 結構化
- 養成習慣

## 家庭資源

- 陪伴支持
- 提供機會
- 注意安全

## 居家環境

- 安全適當環境
- 輔具支援
- 光線與顏色

# 失智症患者的日常生活注意事項

## 對周圍環境感到茫然

- 將環境布置成失智者熟悉或過去的生活環境
- 接觸的人、事情、地點、每日活動盡量固定
- 提供可以遊蕩行走的空間，最好是環狀

## 不清楚早上還是晚上

- 提供良好的採光，讓失智者用日光分辨時間
- 數字型時鐘比指針型時鐘更簡單易懂

## 找不到要找的東西

- 物品或櫃子皆清楚標示，字體放大
- 利用對比色凸顯物體，如馬桶、洗手台
- 個別化個案的物品，如貼上貼紙，或放置熟悉物品

## 容易跌倒或滑倒

- 提供防跌、防撞、防滑的環境改造
- 設置扶手，包含走道與浴室等失智者會使用的空間

## 避免可能發生的危險

- 控制熱水的溫度範圍
- 藥品、危險物品放在上鎖的櫃子裡
- 減少強光、反光造成的不適，盡量減少鏡面和玻璃

# 與失智症患者互動的注意事項

## 迷思

- 失智者的情緒是針對我？
- 不是跟你講過不要這樣了嗎？
- 可不可以不要再問了？

## 了解

- 瞭解失智症患者的喜好與過去
- 可能會得到預料之外的反應
- 任何努力都有可能沒有進步

## 注意

- 失智症患者的精神好壞
- 憂鬱 / 黃昏症候群
- 不要破壞失智症患者的日常規律

# 與失智症患者的互動策略

- 轉移注意力
- 利用患者健忘的特性
- 減少預期焦慮
- 肯定、正向的回答
- 統一說法
- 減少正面衝突

# 與失智症患者的互動策略

- 處理重複行為-引導轉移分散注意力
- 處理妄想行為
  - 避免在長者面前悄悄話
  - 協助尋找失物、且讓長輩自己找到
  - 減少可藏東西的地方、櫃子上鎖
  - 避免爭辯
  - 避免光線不足、鏡子干擾
- 處理攻擊行為-保持冷靜、溫和、避免當面指正、表面和平



謝謝聆聽

歡迎討論

E-mail : [yan03051990@gmail.com](mailto:yan03051990@gmail.com)