

與腦退化症患者溝通 – 竅門與方針

(COMMUNICATING WITH A PERSON WITH DEMENTIA: TIPS AND STRATEGIES)

可帶出話題的一些建議

請留意：這部分（「可帶出話題的一些建議」）的資料來自 Claudia J. Strauss 著作 *Talking to Alzheimer's* (2001 年，Claudia J. Strauss 版權所有)。本會獲授權使用，詳見參考著作目錄。

展開對話

當你不能確定患者是否記起你是誰，與其直接詢問，以下是一些可以間接找出答案的方法：

- 「李太太你好，我又來探望你啦。現在方便嗎？」
- 「陳先生你好，我是小周呀！可以跟你聊一聊嗎？」

如果對方說：「我不認識你。」你可以回答：「噢，幸會，我是小周。很高興認識你。」

可發問的問題

問一些有明確答案的問題，往往比一些探索性的問題好。所謂有明確答案的問題，就是患者可以用「是」、「不是」、「有可能」、「不知道」或「記不起」來回答的那一種。以下是一些例子：

- 「你想看電視嗎？」
- 「你想跟我出去散步嗎？」
- 「這份三明治好吃嗎？」
- 「我想聽你說你第一份工作的故事，可以告訴我嗎？」

Alzheimer Society of BC Provincial Office

300 - 828 West 8th Ave.

phone : 604.681.6530

www.alzheimerbc.org

Vancouver, B.C. V5Z 1E2

toll-free : 1-800.667.3742

info@alzheimerbc.org

一些探索性的問題包括：

「你今天過得怎樣？」

「你近況如何？」

當你聽不懂對方說話的時候

有時候，患者未能把自己的話清楚說完，或者會變得詞不達意。這個時候，大方地承認大家溝通上有困難，比裝作明白要好。例如對他說：「對不起，你講不出你想說的說話，我也未能明白你的意思。我很了解你現在的心情。」

這是一種真誠尊重對方的態度，亦表示你明白他的處境。如果他不願意繼續把話說完，你可以擁抱他一下以示鼓勵，然後建議大家進行其他活動，例如說：「我們遲些才說這個吧。不如我們現在帶狗出去散步好嗎？」

表示你有在聆聽的方法

以下是一些延續對話的方法

- 「這個很有趣！」
- 「謝謝你告訴我。」
- 「這是個好建議。」
- 「我懂你的意思。」
- 「我以前都不知道呀。」
- 「真的嗎？」
- 「很好啊。」
- 「無問題。」

說「不」的一些方法

有時候你要說「不」，以下是一些不同的表達方法：

Alzheimer Society of BC Provincial Office

300 - 828 West 8th Ave.

phone : 604.681.6530

www.alzheimerbc.org

Vancouver, B.C. V5Z 1E2

toll-free : 1-800.667.3742

info@alzheimerbc.org

- 「如果可以的話就好了。」
- 「這是個很好的提議，但是現在不是時候。」
- 「我想今天天氣太冷/太熱，不適宜做這個。」
- 「你看看，今天下雨/下雪啦，我們改天才去好嗎？」

鼓勵患者參與活動的一些方法

有時候患者會喜歡參加一些令自己感覺獨立一點的活動。你可以用以下方法去鼓勵他們參與：

- 「我很支持你。我明天可以跟你一起去嗎？」
- 「如果你陪我一起去我會更高興。」
- 「我餓了，可以跟你一起吃嗎？」
- 「大家一起動手多熱鬧！」

終止談話的一些方法

終止談話，代表你與患者相處的時間將要結束。因為這是有意義的相交時間，所以對方可能會覺得有點失落或落寞。你可以告訴患者你很喜歡與他相聚的時間，並且你們很快又再見面。以下是一些表達方法的建議：

- 「每一次跟你談話之後都很開心。」
- 「你很能聊，講的故事也很動聽。」
- 「今天最開心的就是見到你。」

你也可以告訴對方你要去工作、做家務或吃飯，所以暫時要離開。譬如說：

- 「我還要趕去買菜及煮飯。下一次再聊。」
- 「不經不覺已經這麼晚了，我明天還要早起去工作，先走啦。」

需要緊記的事情

- 阿茲海默症會影響患者的記憶力，但不會抹掉他們的感受。他們往往祇能單憑感受去明白周圍發生的事情。
- 我們都是用情緒、表達和觸摸去與別人溝通。有時候輕輕拉住對方的手，淡淡的一個微笑，抵得住千言萬語。
- 我們必須常常留意自己的身體語言和面部表情。嚴厲的眼神與惡言惡語一樣是負面。
- 必須讓對方參與談話。自顧自地，不理對方存在地說話會令人不好受。

不斷努力

阿茲海默症患者能否維持好的生活質素，很視乎他們能否與別人溝通，維持關係。感情的維繫既複雜又具挑戰性，有些日子你或會覺得患者活在自己的世界中，別的日子你卻又感受到情感的交流。盡量珍惜美好的時光，也要請他們幫助你渡過困難時間，不要放棄。要知道你已經是盡力而為了。

這單張的資料來自：

Day to Day: Communication, Alzheimer Society of Canada, 2007.

其他資源：

1. The Alzheimer Journey, Module 4, *Understanding Alzheimer Disease: The link between brain and behaviour*, video and workbook series, the Alzheimer Society of Canada, 2002.
2. Talking to Alzheimer's: *Simple ways to connect when you visit with a family member or friend*, Claudia J. Strauss, New Harbinger Publications, Inc., 2001, ISBN 1-57224-270-1.

Alzheimer Society of BC Provincial Office

300 - 828 West 8th Ave.

phone : 604.681.6530

www.alzheimerbc.org

Vancouver, B.C. V5Z 1E2

toll-free : 1-800.667.3742

info@alzheimerbc.org