

為患者選擇合適活動的指引 (GUIDELINES FOR CHOOSING AN ACTIVITY)

選擇活動

- 考慮患者尚有的技能和知識，而不是注重他們已失去的能力。
- 重視患者的個人性格、喜惡，以及他們的經驗。
- 要緊記，腦退化症會改變患者的喜好及個性。他們或會嘗試一些昔日曾經抗拒的事物。
- 可以的話，讓患者持續做一些同樣的活動，不要因他的病情加劇而改變。
- 不要選擇一些腦退化症患者會認為是幼稚的活動，即使你覺得他們的舉止有點幼稚。
- 病情會每天不同，活動要視乎病者當天的情況而定，因此不須要作任何特別調整。
- 可以的話，向腦退化症患者介紹一些你和他都喜歡做的活動。如果對方沒有興趣，可以建議另一些你們都喜歡的活動。
- 留意患者的身體狀況，會否影響他進行某些活動。

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

腦退化症後期患者：

- 重覆做同樣的活動較為適合，因為對患者有安撫作用。
- 減少活動時間，因為患者的體力會退減，並需要更多時間休息。

在甚麼時候及甚麼情況下進行活動

- 選擇最適宜進行某類活動的時間。舉例來說，你應該選擇在患者思考最清晰的時段，去進行需要專注和動腦筋的活動。如果某個活動的目的是要減壓，你應選擇患者看來較焦慮的時候進行。
- 要確保活動是在一個安全的環境中進行。
- 要確保活動環境清靜和不受滋擾。
- 要確保光線合宜(例如光線要充足，沒有反光)。
- 你可以劃出一個活動範圍，給患者選擇和容易進行。
- 可以的話，要把活動時間編排入每日的生活中，因為規律有助腦化退症患者找到方向感。

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

腦退化症後期患者：

- 在熟悉的環境下進行活動，有助患者鬆馳，更樂於參與。
- 每天編排活動，能為腦退化症患者提供規律及安全感，有助他們每一天過得更有方向感。

如何進行活動

- 向患者介紹一項活動時，可以說邀請對方幫你一起策劃這活動。
- 把活動指引簡化為幾個簡單步驟。
- 在教導患者時要做示範。
- 有需要時才幫忙。
- 要有耐性，在有需要時重覆指引。
- 要抱鼓勵態度，不要批評。
- 持續用活動來維繫病者身体的功能轉變。
- 要與患者一起進行活動，或至少在開始時參與，好作示範(模仿通常比跟從引示來得容易)。
- 你可以作個開始，然後讓患者完成活動。

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

- 邀請腦退化症患者完成一個項目的某些部份。例如在做園藝時，你可以負責挖洞，由對方負責栽種，然後再由你來填滿泥土及水。
- 在完成活動時要多謝患者或表達謝意。
- 在完成活動時可作檢討 -大家是否享受活動時間？工作是否太困難或太容易？在檢討後可以作出調整。
- 請緊記，活動的目標並非要得到成果，而是要享受過程。

腦退化症後期患者：

- 活動時盡量用五種不同觸覺來介紹活動。
- 盡量提供支援，在患者身邊多作鼓勵。
- 小心不要介紹太多活動，令患者過度興奮。
- 要進行較短的活動，因為患者的體力及集中力會隨時間減少。

* 特別鳴謝康樂職療師 Tracey Leslie，為這單張提供了寶貴意見。

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