

獻給所有 護老者



目錄

序一	趙鳳琴醫生	I
序二	吳漢城醫生	III
序三	李兆華醫生	V
序四	方心淑博士	VII
香港老年精神科學會簡介		IX
青山醫院老人精神科簡介		X
鳴謝		XV

第一章 老年痴呆症概覽

1) 什麼是老年痴呆症？	2
2) 痴呆症與正常老年的認知退化如何區別？	3
3) 為什麼痴呆症患者的短期記憶會比遠期記憶 更早退化？	5
4) 老年痴呆症可分為哪幾類？	7
5) 柏金遜症是否痴呆症其中一種？	9
6) 我們如何及早察覺親友患上老年痴呆症？	10
7) 老年痴呆症是否普遍？與年齡有關嗎？	11
8) 酗酒是否與痴呆症有關呢？	12

- | | | | |
|--|----|--|----|
| 9) 痴呆症與抑鬱症是否有關係？ | 13 | 20) 患痴呆症的爸爸服用了精神科藥物之後不久，便發覺他有行路不穩、坐立不安、日間思睡、說話不流利和肌肉僵硬的情況，請問應怎樣處理？ | 29 |
| 10) 老年痴呆症會否遺傳？ | 14 | 21) 我的婆婆需要長期服藥，我們應注意哪些地方？ | 30 |
| 11) 藥物可否治癒老年痴呆症？ | 15 | 22) 我的太太患了老年痴呆症多年，現已退化至不能走動，除了日常的起居照顧外，我還有什麼可以幫到她呢？ | 32 |
| 12) 老年痴呆症有其他方法醫治嗎？ | 16 | 23) 患有後期痴呆症病者，除了在認知上的衰退外，軀體的功能也顯著減弱，甚至不能走動，在照顧方面有什麼要注意？ | 34 |
| 13) 吃營養豐富的食物或進補是否可以改善病情呢？ | 17 | 24) 有什麼「記憶力」訓練可對痴呆症患者有幫助？ | 36 |
| 14) 阿氏痴呆症及血管性痴呆症有預防方法嗎？ | 18 | 25) 外婆患有晚期老年痴呆症，「多感官刺激治療」對她有幫助嗎？ | 38 |
| 15) 如果老年痴呆症患者不承認自己有問題，應怎麼辦？ | 19 | 26) 何謂「懷緬治療」？它對我患了老年痴呆症的家姑有幫助嗎？ | 40 |
| 第二章 起居護理基本功 | | 27) 什麼是「確認治療」？對痴呆症患者有何幫助？ | 41 |
| 第一節 治療須知 | | | |
| 16) 我那患了痴呆症的媽媽時有幻覺或妄想，應如何處理？ | 22 | | |
| 17) 爸爸除了患上痴呆症外，更時有情緒低落，我應怎樣照料他呢？ | 24 | | |
| 18) 祖母不願意甚至拒絕覆診及接受治療，我應怎麼辦？ | 26 | | |
| 19) 如沒有人提醒，祖父便忘記吃藥，令病情反覆。有什麼方法可幫助他依時吃藥呢？ | 28 | | |

第二節 家居安全

- 28) 我的媽媽近期的記憶力很差，時常忘記帶鎖匙外出，往往要家人回家代為開門，如要求她日間不外出又好像不切實際，可有更好的方法幫助她呢？ 43
- 29) 我的婆婆患病後，曾多次在煮食後忘記關上煤氣爐。若不讓她入廚房，她又不高興，令我們很為難，我們應怎樣幫助她呢？ 44
- 30) 祖父近日開始忘記怎樣調校水溫，但他卻堅持獨自洗澡。我擔心他會給熱水燙傷，我可怎麼辦呢？ 45
- 31) 我的爸爸記性越來越差，如何才能令他明白獨居是不安全的？ 46

第三節 飲食須知

- 32) 當患痴呆症的祖母不斷索食時，我們應怎樣處理？ 48
- 33) 我的婆婆進食時不但容易噎着，而且吃得一場糊塗，有什麼解決方法呢？ 49
- 34) 我的老爺不願進食時，我們應怎辦？ 51
- 35) 我的爸爸開始不能用筷子進食，而且每次吃飯時都弄得一團糟，有什麼方法可以幫他呢？ 53

第四節 個人衛生

- 36) 若我的太太出現便秘的情況，我應注意些什麼？ 54
- 37) 我的丈夫有間歇性失禁，他為此感到尷尬，而我亦為了事後的清洗而感到不快，怎辦？ 56
- 38) 我的爸爸洗完澡後，時常把不潔的衣服再穿上，有時甚至將內衣穿在外衣上，有什麼辦法可幫助他呢？ 58
- 39) 我的祖父常常拒絕洗澡，我應該怎辦呢？ 59
- 40) 協助我的祖母沐浴時，我應注意什麼地方？ 61

第五節 溝通之道

- 41) 我的爸爸患了老年痴呆症後，時常不明白我的說話，我怎樣才可改善大家的溝通？ 62
- 42) 我的太太整天都重複問我同一問題，令我很煩惱，應怎樣辦呢？ 65

第六節 環境設計

- 43) 媽媽最近時常拒絕入睡房，還說窗邊有人；為什麼她會這樣呢？環境設計可以幫助她嗎？ 67
- 44) 家裏最近重新裝修，但癱癱自此以後就時常說這裏不是她的家，經常嚷着要離去。為什麼她 69

- 會這樣呢？
- 45) 我丈夫的認知能力越來越差，甚至認不出廁所的位置，有什麼方法可以幫助他呢？ 70
- 46) 老人院的職員投訴爸爸最近很不合作，每逢經過某些地方就拒絕走過。這究竟是什麼原因？ 71
- 47) 媽媽在老人院居住，最近被投訴晚上強佔了別人的床，又不聽勸喻，我可以怎樣處理？ 72

第三章 行為問題化解法

- 48) 我的母親常常說我及傭人偷她的東西，我應如何處理這些指責？ 74
- 49) 我的丈夫患了老年痴呆症，他常不停活動，顯得坐立不安，我可怎樣使他安靜下來？ 75
- 50) 我的爸爸患了老年痴呆症，近來情況好像差了，在晚間特別混亂，常大聲呼叫，躁動不安，有時甚至將床單、衣服等撕掉，我應如何處理？ 77
- 51) 我的祖父外出後不懂回家，亦會有數次迷途的記錄，家人應怎樣處理？ 79
- 52) 祖母在家中四處徘徊，有時並會衝門，我們應怎辦？ 80

- 53) 我們已關上鐵閘，防止患痴呆症的媽媽離開，但她仍然大吵大鬧及嚷着要離開，我們可以怎辦呢？ 82
- 54) 外婆近日步履不穩，但仍堅持要外出，還會因此而跌至頭破血流，可是她又堅拒使用手杖；若不許她外出，則大吵大鬧，有什麼方法可以處理？ 83
- 55) 當患痴呆症的丈夫行為古怪或對人無禮時，我覺得很尷尬和羞愧。我可怎樣應付？ 85
- 56) 我的媽媽時常在街上將別人拋棄的東西撿起，並帶回家中收藏；以致家裏垃圾堆積如山，我應何處理？ 87
- 57) 若爸爸情緒不穩定及出現躁暴行為，例如罵人、擲物、甚至作出攻擊性的舉動時，我們應怎樣處理呢？ 89
- 58) 我的丈夫有時會突然脫去衣服，亦曾多次在他面前撫弄自己的生殖器。我應怎辦？ 91

第四章 護老者減壓之道

- 59) 媽媽長期照顧患了痴呆症的爸爸，雖然感到辛苦、疲乏，但仍無悔無怨；可是爸爸的情況每

- 況愈下，我擔心媽媽體力與精神上都會遲早捱不了。
- 60) 我是家中的幼女，兄弟姊妹雖然衆多，但照顧患痴呆症的媽媽的責任，卻落在我身上；我雖覺有此責任，但其他人卻在照顧的方法上，諸多意見，令我感到既無奈、又氣憤，我怎可以令自己好過一些？ 95
- 61) 我是一位長期照顧老年痴呆症的家人，我感到很疲倦、孤單、無助及沒有希望，我恐怕最終連面對困難的勇氣也沒有，請問我可怎樣幫自己振作一點呢？ 96
- 62) 每次到老人院探訪媽媽時，都受到她的責備，指我不孝順，令我感到很無奈和內疚，有什麼建議給我呢？ 98
- 63) 我的父母一向關係很好，最近我的爸爸命危，我如何將這消息告訴給那患了痴呆症的媽媽；一旦爸爸去世，我應如何幫助媽媽渡過哀傷？ 100
- 64) 自從在家中照顧患痴呆症的家人後我覺得自己的情緒較易失控。身邊的朋友都說我變得情緒化和對任何事物都很負面，我真不知如何是好。 102
- 65) 現時社會有哪些資源提供給我那患了老年痴呆症的伯父？ 106
- 66) 我和患了老年痴呆症的媽媽同住，因為我要上班而無法在日間照顧她，有什麼機構可以協助我照料她？如何辦理申請手續？ 108
- 67) 我的姨婆最近患了老年痴呆症，記憶力不好，加上身體虛弱，她希望入住安老院舍安享晚年，請問哪一類院舍適合她和如何申請呢？ 109
- 68) 我平日在家中忙於照顧患了老年痴呆症的媽媽，現希望能與家人放一段長假，請問有沒有院舍可以暫時照顧她呢？ 110
- 69) 有沒有經濟援助給予我那患了老年痴呆症的孀孀？ 111
- 70) 我的外婆因行動不便以至不能煮食，請問政府有沒有送飯服務？ 112
- 71) 我要照顧患有老年痴呆症的媽媽，但對這病認識不多，更不懂如何護理她，所以常常感到壓力很大，甚至心力交瘁，請問有什麼服務可以幫我解決問題呢？ 113

第五章 社區資源話你知道

- 72) 我那患了痴呆症的伯父，最近身體衰退，以致未能照顧自己；現急須要住院服務，市面有那麼多私營安老院，我應如何選擇？ 116
- 73) 我可以在何處獲得有關評估和診治老年痴呆症的資料和服務？ 119

第六章 法律常識備忘錄

- 74) 我退休前當了職業司機數十年，現在仍喜歡以駕車為樂。最近我被診斷為患有早期老年痴呆症，我是否仍可駕車呢？ 124
- 75) 我的祖父已患了晚期的老年痴呆症，他名下的物業股票等資產該如何處理？他現時所立的遺囑是否有法律效力呢？ 125
- 76) 我的爸爸患有晚期老年痴呆症，但是，我們兄弟姊妹對於照顧他的各種安排，由居住的地點以致是否接受某種手術等，都不知如何安排，我應該怎樣做？ 127
- 77) 我的爸爸患有老年痴呆症，近期由於他深信有人在食物中下毒謀害他，所以拒絕進食。他拒絕接受任何治療，使我非常憂慮。我可否直接送他往精神科醫院接受治療呢？ 129

第七章 合適活動逐樣講

- 78) 我想為患痴呆症的祖父安排一些運動，應怎樣選擇呢？ 132
- 79) 為何外婆近來經常跌倒？有什麼方法可幫助她呢？ 134
- 80) 我的丈夫以前是一個非常活躍的人，但患了痴呆症後，每天只是呆坐一邊，連他最喜歡的活動也不再參與。究竟他為什麼會變成這樣？ 136
- 81) 我很想為我那患痴呆症的太太安排活動，應注意些什麼？ 137
- 82) 我在安老院服務多年，為長者策劃過不少活動。但是要鼓勵一群老年痴呆症患者參加一般的活動，卻往往十分困難。其實，有什麼活動適合他們呢？ 138
- 83) 為痴呆症患者籌劃活動，是否需要特別的考慮？ 140