

老年痴呆症照顧流程小貼士

老年痴呆症(腦退化症)(認知障礙症) [下稱老年痴呆症]是持續衰退的疾病，患者的自理能力會隨病情發展日漸衰退，需要同事在日常照顧上多方面提供協助。為老年痴呆症患者提供日常照顧時，我們要依據患者的能力、背景及習慣，彈性地作出調整與變通。請留意下列各點：

每日流程

起床

- 訂立規律的作息時間，避免患者因生活缺乏規律而令產生混亂。
- 協助患者起床時，先清楚說明來意及作簡單導向，
 - 如：「陳婆婆，早晨，現在是早上七時，我是李姑娘，我想協助你起床。」
- 與患者溝通時，配合身體語言及其他溝通方法，如使用圖片的視覺提醒等。

日常自理活動

- 觀察患者進行自理活動的能力及反應，善用他們的剩餘能力，合適地提供協助。
- 善用環境提示，如地方指示牌、步驟提示牌等，提高患者的獨立能力。
- 提醒患者氣溫變化，建議加減衣服。
- 觀察患者的排泄習慣，定時進行如廁訓練。
- 訂立大致規律的洗澡時間，考慮患者的生活習慣、身體狀況（如患者的關節會否於早上較僵硬）及精神狀況(如患者會否於下午出現較混亂情緒)，彈性地配合患者的需要。
- 洗澡時，留意浴室及水的溫度，確保有充足的私隱度。

進餐

- 訂立熟習的進餐時間及地點，進餐環境應為寧靜舒適，避免患者受干擾分心而影響進食。
- 留意患者的進食情況，保持合適的進食坐姿，如發現患者出現進食或吞嚥困難即時匯報。
- 加強餐具及食物與餐桌的顏色對比，有需要時可向患者示範餐具的使用。
- 提供餐膳時，可進行簡單的現實導向，
 - 如「黃伯，現在是早上八時，我們吃早餐了。今天的早餐是牛奶麥皮。」
- 利用餐膳的食物進行多感官活動，如邀請患者聞聞食物的香味、欣賞食物的外觀、形容食物的質感和味道等。

進行活動

- 按患者的能力、興趣及喜好，安排合適的活動，避免患者因缺乏有意義的活動而出現行為問題，如遊走、持續叫喊、重複發問等。
- 善用日常生活活動，如邀請患者摺疊衣服、抹乾碗筷等。
- 選擇患者精神狀況較佳的時間進行活動，提升活動功效。

小睡／休息

- 避免患者於白天過量睡眠，影響晚上的睡眠質素。
- 部份患者在傍晚時出現混亂、不安焦慮、遊走、尖叫、幻覺等行為，稱為「日落症候群」的症狀，這些症狀可藉午睡改善，故建議按患者的精神狀況安排午睡。
- 於傍晚時分加強室內光線，以減少患者出現「日落症候群」的症狀或因光線不足而產生混亂與不安。

睡覺

- 與患者訂立合適的作息時間及習慣，如患者有睡眠問題，我們可以諮詢醫生的建議。