



預防遊走

「遊走」是老年痴呆症患者的常見病徵，在合適及安全的環境下，遊走不會帶來問題，但如處理不當，遊走則會帶來負面後果，如引致患者睡眠困擾、滋擾他人、跌倒、骨折、走失等。

常見的遊走原因包括：

- 因認知障礙以致未能辨別環境及方向，例如：患者半夜醒來誤以為是早上而外出晨運、患者未能辨別院舍環境
- 患者按照以往的習慣活動，例如：患者仍然記掛在特定時間外出上班
- 缺乏活動刺激，患者精力過盛，因整日無所事事而遊走
- 患者身體不適或情緒無法表達，如感到寒冷、肚餓、煩躁不安等而不停走動

處理患者遊走的問題？

尋根究底

- 細心觀察，多與患者溝通，了解患者遊走原因，並作出相應的處理
- 可向患者家人了解患者的背景，如昔日的生活習慣

環境改善

- 於當眼處張貼導向提示，如地點指示牌
- 大門用密碼鎖／拍咭系統，並定期由維修保養公司檢查
- 利用不同的顏色配搭及設計，隱藏出入口

加強監察

- 定期更新有溜走傾向患者名單，並通知各職級同事加強留意
- 緊密追蹤監察院友行蹤，可協助患者穿著較明亮光鮮的衣服，以便察覺
- 向大樓護衛／於門口當值義工提供有溜走傾向患者的照片及資料，以便監察

善用輔助用具

- 使用輔助器具，提高護老者對患者遊走的警覺性，如走失警報器、感應門鈴、閉路電視系統、升降機出口安裝紅外線警報系統、離床/離座警報器等
- 為患者佩戴印有姓名及聯絡人電話號碼的名牌，或把資料縫在患者衣服內

鼓勵自「遊」行

- 劃分安全遊走地方，確保通道無阻、照明充足，讓患者可安全地遊走，以消耗多餘的體力
- 可沿途設置不同的感官刺激佈置、掛上懷舊相片等，為患者提供合適的感官刺激

生活有規律

- 按患者的能力及興趣安排活動，如摺衫、抹碗筷、打理盤裁等，充實患者的生活，
- 患者或會出現「日落症候群」的症狀，於傍晚時候顯得焦慮不安，出現遊走的情況；我們可於接近傍晚時，為患者安排適當的活動，分散遊走的意圖

要減低老年痴呆症患者遊走的機會，單純用禁止患者外出或約束患者的方法並不能奏效，護老者應多與患者溝通，熟悉他們的生活習慣和需要，因應患者的個別情況，尋找遊走的原因來加以預防。