

如何協助早發性腦退化 症人士處理日常生活及 其行為表現的方法

2024年12月12日

註冊職業治療師 沈姑娘

何謂行為？

“行為”：先“行”而後“為”

“行”：行動也。

“為”：作為也 (目的)

- 行為：人為了一些目的而作出的行動
- 行為背後有原因, 有目的, 有結果

問題行為的分類

沒有攻擊性及具騷擾性的口頭行為

- 時常叫嚷
- 無理投訴
- 不必要的插嘴

問題行為的分類

具攻擊性及騷擾性的口頭行為

- 謾罵
- 詛咒
- 發脾氣
- 大叫 / 尖叫

問題行為的分類

不具攻擊性的一般行為

- 漫無目的遊蕩
- 不恰當的穿衣及脫衣
- 重複做某一動作



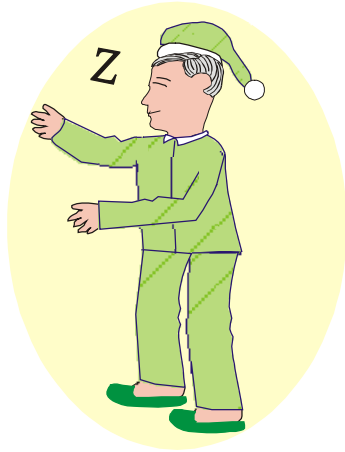
問題行為的分類

具**攻擊性**的行為

- 抓自己/他人
- 捉拿物品/他人
- 推倒他人
- 無理手打他人

常見行為問題

90%阿爾茲海默氏症的患者會出現單一或多個



遊走



大叫

你叫乜
姑娘？



有人想
陷害我

重複相同
動作或說話



妄想和幻覺



攻擊



抑鬱



不適當的性舉動



失眠

患者常見的問題行為

- 四處漫無目的遊蕩/迷失路
- 日間渴睡而晚間失眠
- 容易激怒及激動
- 擅自拿取他人物品
- 不停叫嚷
- 口頭及行為上粗暴
- 過份活躍/自閉
- 隨處吐痰/大小便

問題行為的成因 (身體狀況)

- ✦ 未能表達身體不適，引致情緒不安及煩躁。
 - ✦ 藥物引起的身體不適或精神昏亂。
 - ✦ 認知方面退化，令他們產生混亂的感覺。
 - ✦ 智力衰退引致他們認知失誤。(影響理解力及判斷力)
 - ✦ 腦部受損 (額葉損傷→性格改變)
 - ✦ 疲累或睡眠不足
- 

問題行為的成因

○溝通受阻

- ✦他們表達及接收訊息出現困難，引致忙亂及煩躁
- ✦不善表達身體毛病

○面對壓力

- ✦他們失去進行日常活動的能力，如沐浴、刷牙等，容易令患者沮喪及退縮

問題行為的成因

心理

➤ 本身的個性和處事方式

例如：

- 性格內向→適應力會較低→患病後可能更容易產生抑鬱
- 愛面子→在患病後因認知能力衰退，每當遇挫折時，往往會覺得失去尊嚴，而大發脾氣

問題行為的成因 (外在環境)

- ✦ 環境太多刺激，令他們產生焦慮。
- ✦ 過大的空間、新改動的環境，令他們產生不安及混亂。
- ✦ 鏡子/反光的傢俬及地面→出現錯覺
- ✦ 環境中有太多/太少感官刺激
- ✦ 太熱或太冷

問題行為的成因 (人際環境)

- 1) 感受到照顧者不友善的態度
- 2) 照顧者太忙於照顧長者身體上的問題而忽略和長者溝通
- 3) 使用錯誤的溝通方式及處理行為問題方法



行為問題成因



在錯誤詮釋訊息時感到沮喪



能力難以應付面前的任務，
構成壓力



環境



處理問題行為

可以向醫生查問的問題：

1. 藥物的副作用有機會引致這些問題行為？
2. 幾種藥物會有相互作用？
3. 他有便秘問題？
4. 他身體可能有其他不適？(視力/聽覺等.....)

處理問題行為的原則

- ABC 方法:
Antecedent (原因) →
Behavior (行為) →
Consequence (結果)

行為分析 — ABC 方法

A.前因: 在哪種情況下患者會有這種舉動?

B.行為: 當早發性腦退化症人士有這種舉動時, 他做了什麼?

C. 後果: 這種舉動會有什麼後遺症?



Antecedent (原因)

1. 行為出現前發生的事
2. 患者正在做甚麼？
3. 患者的精神情況如何？
4. 患者的身體情況如何？
5. 其他人在做甚麼？
6. 四周發生了甚麼事？

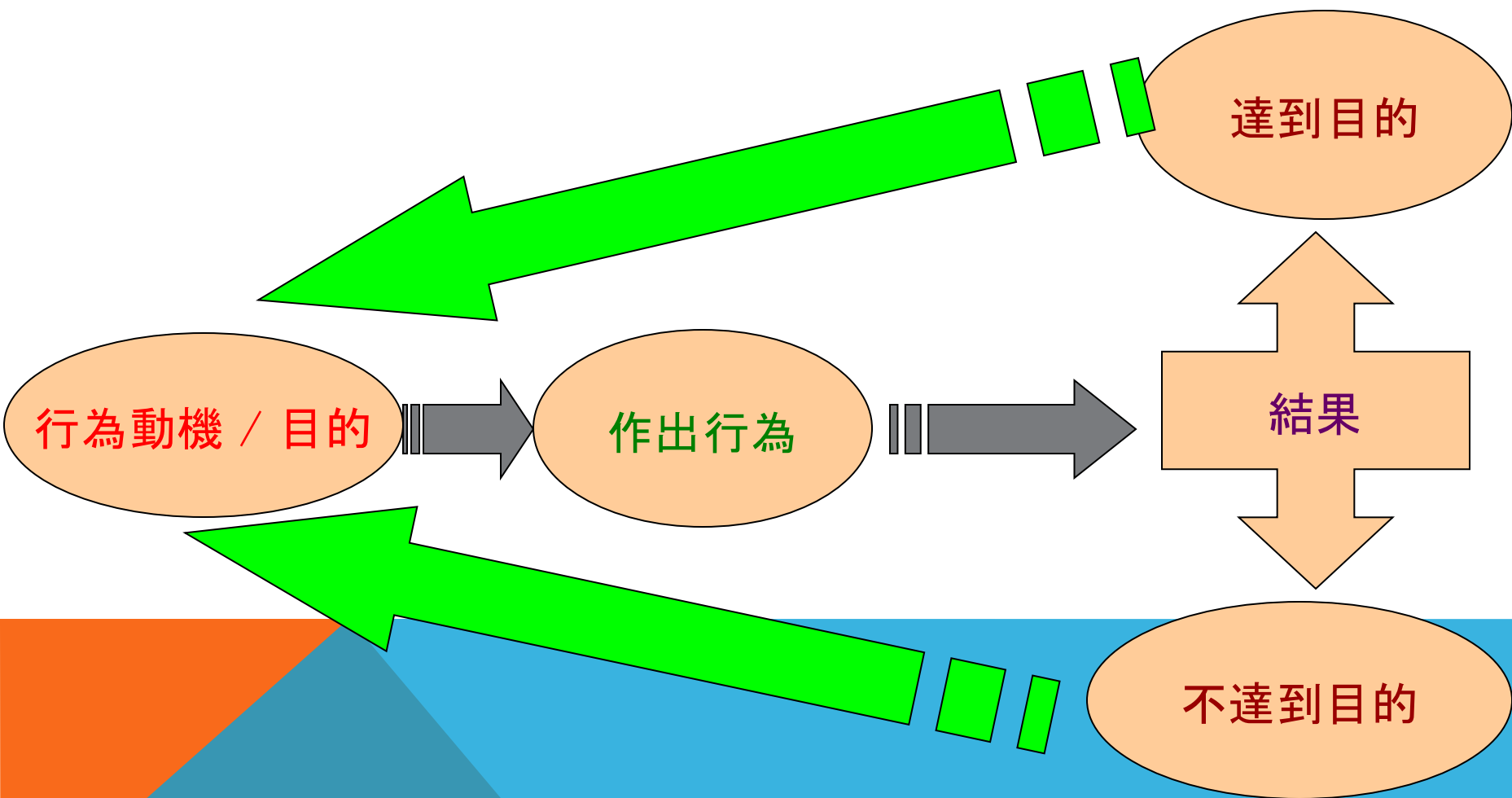
Behavior (行為)

- 1.出現的行為
- 2.出現甚麼行為？
- 3.何時發生？
- 4.在哪裡發生？
- 5.對象是誰？
- 6.持續多久？
- 7.以往曾發生嗎？

Consequence (結果)

1. 行為出現後發生的結果
2. 他們有何感受？
3. 他們有何反應？
4. 他們的下一個行動是甚麼？
5. 其他人有何感受？
6. 其他人有何反應？
7. 其他人的下一個行動是甚麼？

處理問題行為的原則



例子

A: 前因

今日運動時多了兒子在場，變得激動

B: 行為

當時的表情:焦慮, 忿怒，開始拍抬和大叫

C: 後果(患者或其他人)

如沒負面影響, 不需干涉



處理問題行為的原則 (可能原因)

處理問題行為應從A和C入手：

- 四週的環境
- 社交心理的環境
- 早發性腦退化症人士本身的問題
- 其他人的態度
- 缺乏適當活動等

處理問題行為的原則

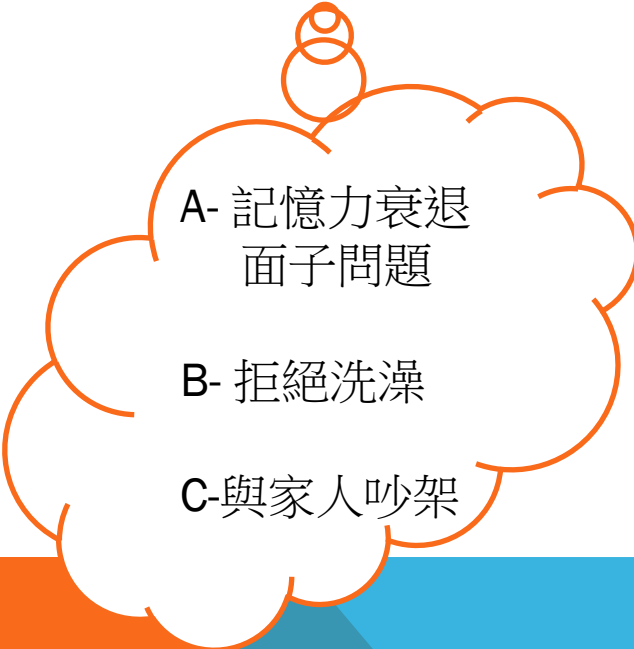
結果

- 事後患者的反應
- 事後工作人員的反應及態度
- 事後問題的處理方式

套用ABC 方法在以下例子

1. 懷疑工人姐姐偷錢

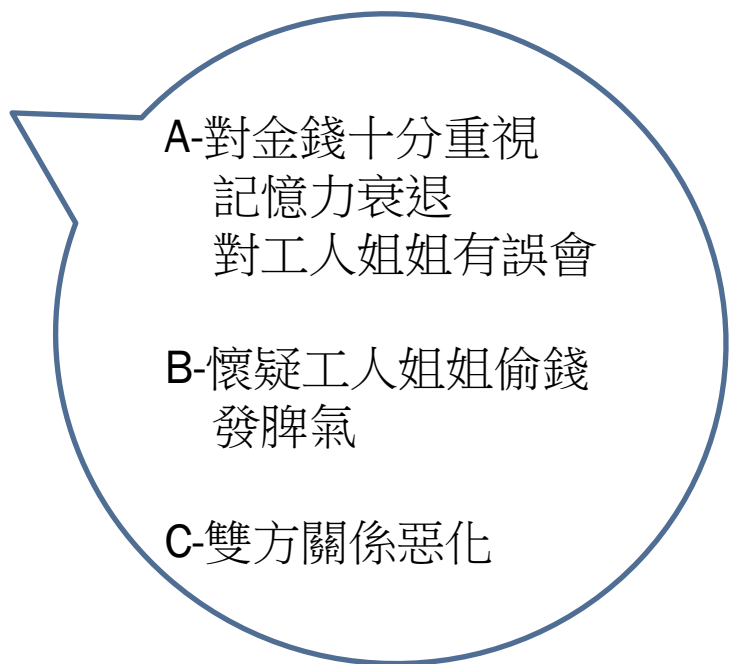
2. 拒絕洗澡



A- 記憶力衰退
面子問題

B- 拒絕洗澡

C-與家人吵架



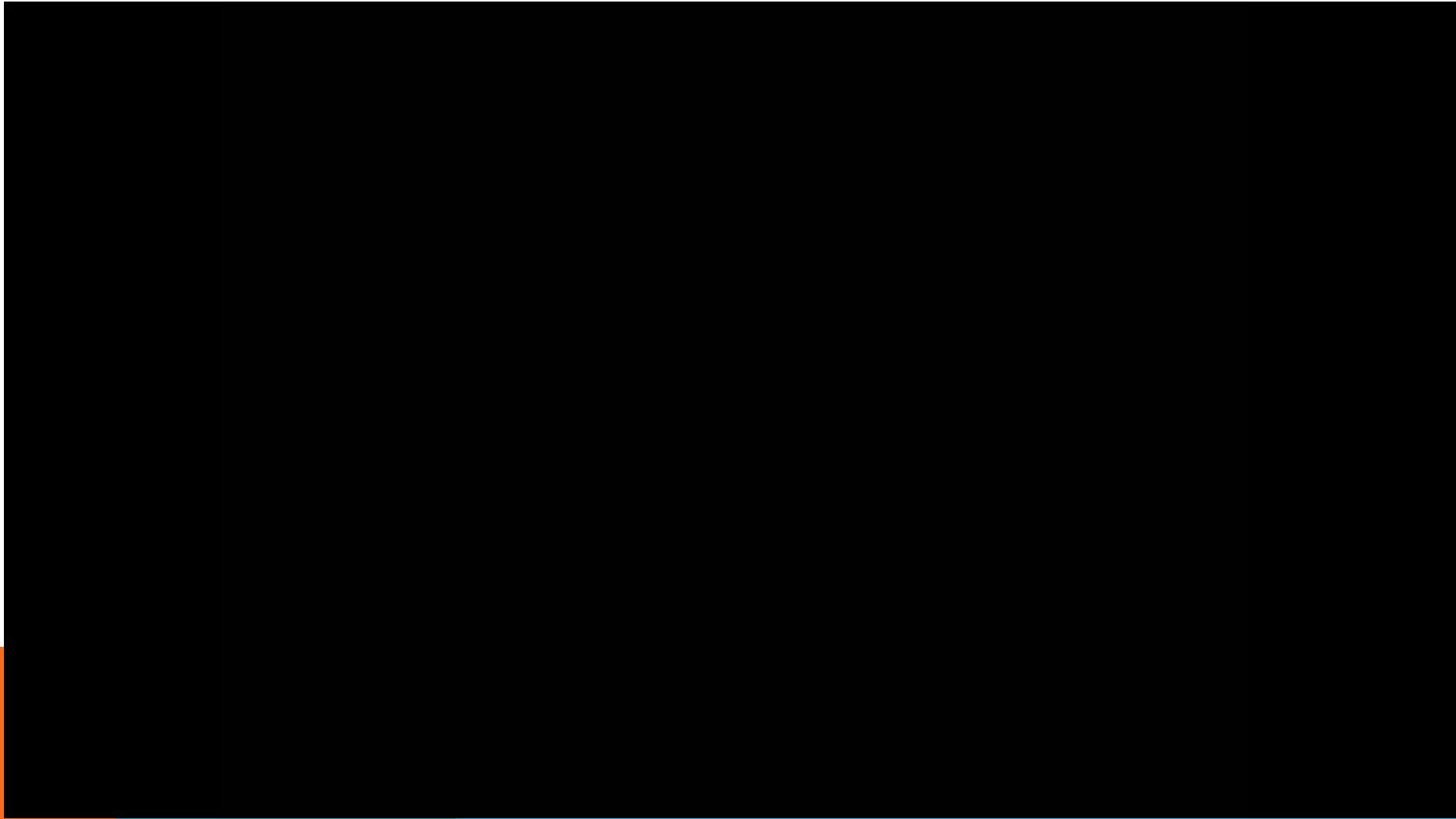
A-對金錢十分重視
記憶力衰退
對工人姐姐有誤會

B-懷疑工人姐姐偷錢
發脾氣

C-雙方關係惡化

如何處理腦退化症患者行為問題 (多疑)

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=QQ9CZZ1WYAQ](https://www.youtube.com/watch?v=QQ9CZZ1WYAQ)



如何處理腦退化症患者行為問題 (拒絕洗澡)

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=XFMFSGKYJZG](https://www.youtube.com/watch?v=XFMFSGKYJZG)



囤積和收藏物件

[HTTP://WWW.NUR.CUHK.EDU.HK/CGV/BPSD5.HTML](http://www.nur.cuhk.edu.hk/cgv/BPSD5.html)



處理問題行為的原則

問題行為的記錄

- 問題行為的類別
- 發生的次數及嚴重性
- 發生的時間及地點
- 在什麼情況下及人物前發生
- 事後的处理手法
- 他們的事後反應

為何我就是
做不到？

我真的是
有心無力！

怎樣才算
做得足夠？



處理問題行為的原則



處理問題行為的原則

了解背後的原因

1. 生理方面

- 藥物反應
- 身體不適
- 其他疾病的影響：昏亂

處理問題行為的原則

2. 精神心理方面

- 抑鬱
- 症狀：昏亂，幻覺，記憶力下降，判斷力日差，日落症候群
- 缺乏安全感
- 徬徨及擔心
- 害怕/恐懼

處理問題行為的原則

3. 外在因素

- 環境
- 缺乏有意義的活動
- 缺乏活動空間
- 人際相處困難
- 照顧者容忍度低
- 太多刺激或頻密的活動
- 照顧者的處理態度

4. 溝通上的問題

處理行為問題

調整環境 → 減低環境對長者的壓力



- 避免不必要的家居環境改動
- 提供足夠光線

衛生署擁有本影片的全部版權。
本影片只供作非商業用途，嚴禁
租售及作其他牟利用途。

The Department of Health owns the
copyright of this film. The film is
produced solely for non-commercial
use. It should not be rented, sold or
otherwise used for profit-marking
purposes.

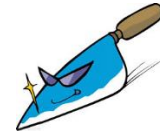
處理行為問題

接觸時，告知你的姓名及與他們的關係



妳好呀，我係
黃姑娘呀，今
日係黎幫妳沖
涼既！

呢到有你最鐘
意食既菠蘿包，
不如你食趁熱
左先啦！



- 保持眼神接觸及適當的身體接觸
- 分散注意力
- 在**安全環境下**，可暫不理會他們的憤怒情緒
(留意身邊有沒有利器)

處理方法及技巧

明白患者本身, 嘗試找出問題原因

- 了解他們病前和病後的性格轉變
- 留意行為出現前和出現後所發生的事情
- 推測行為目的

處理方法及技巧

個別處理

- 每個人都是獨一無二的
- 同一種行為問題, 這方法對A有效, 對B可能無效
- 應因應每個長者的情況來獨立處理
- 多嘗試, 學習經驗

處理方法及技巧

多方配合

- 從早發性腦退化症人士, 環境及護理者/照顧者三方面去處理行為問題
- 當找到原因及處理方法後, 應該告訴所有照顧者, 大家要**嚴格執行**那個方法
- 每位照顧者都可留意行為出現的**頻率, 強度**和早發性腦退化症人士對於處理方法的**反應**

處理方法及技巧

溝通技巧

- 很多時, 行為問題是由於日積月累的誤解形成.
- 改善溝通技巧, 有助減少誤解.

處理方法及技巧 (活動治療)

- 養成一種類似工作的習慣
- 給予精神寄託
- 減少昏亂
- 減少日間渴睡
- 消耗過剩精力
- 增強現實導向
- 提供適當的刺激
- 給予成就感
- 增強溝通技巧
- 穩定情緒

常見的行為問題及解決方法

－ 遊走及四處徘徊

- 作息定時，減少午睡時間
- 在日間提供有規律的活動，例如散步或健體操等
- 鼓勵患者日間多做運動，消耗體力，幫助容易入睡
- 避免喝濃茶或咖啡，及其他含咖啡因的食物如汽水，有助減低失眠的機會
- 隨身帶備寫上自己名字、地址、近照及聯絡電話的平安卡，一旦迷失，亦可根據卡中資料聯絡家人

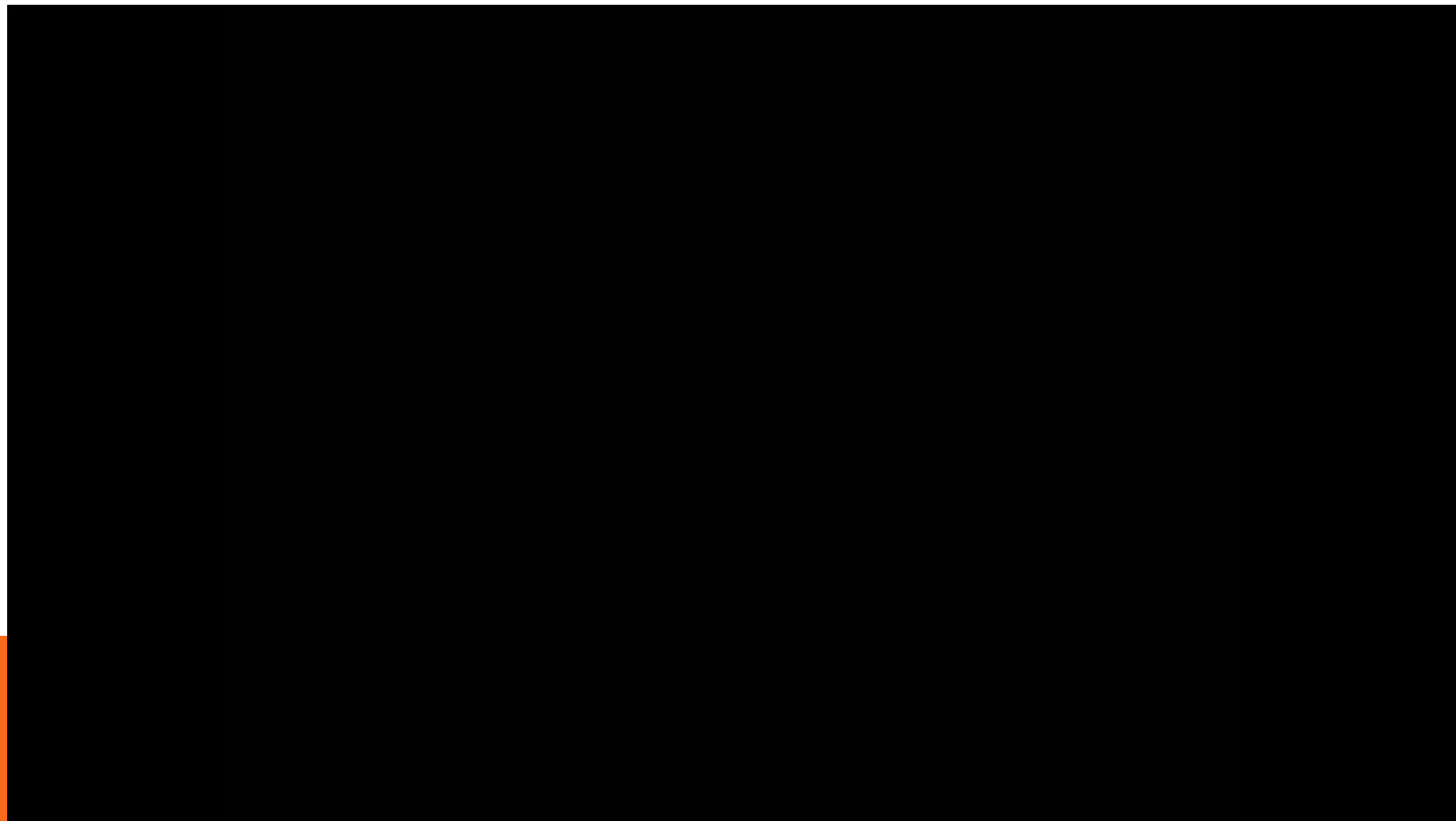
常見的行為問題及解決方法

－重複相同動作及說話

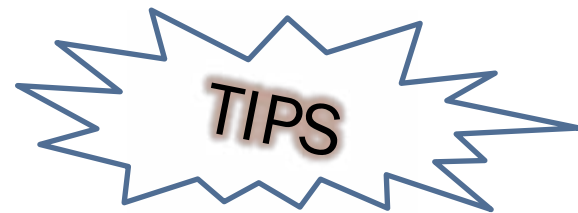
- 利用簡單、感興趣及有意義的活動來轉移早發性腦退化症人士的注意力，如摘菜、摺毛巾等
- 不要生氣或責備他們，應給予慰問及疏導患者不安的情緒



影片 (4:00)



處理行為問題



1. 保持**冷靜**，**不要**表達驚恐
2. **不要**爭論
3. **不要**寄予**太高期望**。若他們因未能完成工作而焦急暴躁，照顧者可調較活動的難度，並加以鼓勵。
4. 讓他們**獨立完成**一些自己也能完成的事
5. 如行為問題出現**頻密**，應向**個案社工**，**相關治療師或護士**求助。
6. 嘗試分散早發性腦退化症人士的**注意力**

