

當記憶漸漸消失 照顧仍可有尊嚴

支援腦退化症課程 重塑以人為本醫護文化

香港人口急速老化，腦退化症已成為社會急不容緩的議題。本地研究推算，70歲以上長者中，每10人便有1人患病；85歲以上，更增至約每3人便有1人。隨著腦退化症人士數目上升，照顧需求愈趨迫切，但具系統訓練、並能從「以人為本」角度理解患者的專業人員，仍然不足。15年前，香港中文大學醫學院與賽馬會耆智園合作開辦「腦退化症照顧」課程，嘗試從專業培訓入手，重塑照顧文化。課程至今已培育逾400名學員，分佈於醫療、社福及院舍等不同崗位。

賽馬會耆智園副總監郭志毅教授表示，腦退化症從來不只是醫療問題，而是整個社會都需要面對的長期照顧課題。「我們做腦退化症照顧很多年，累積不少經驗，很希望更多同工可以受益，令整個香港在照顧腦退化症人士方面有所進步。」

學習技巧 更要轉變理念

外界對腦退化症與照顧的理解，往往停留在餵食及服藥等日常護理工作，但課程更重視的，其實是照顧者的價值觀與理解方式。郭志毅指出，課程核心一直圍繞「以人為本」，因此學習目標不只是掌握理論與技巧，而是重新思考「照顧」的本質。「我們講的不是單純技巧，而是在理念上要有轉變。」

郭志毅認為，不少培訓偏向資訊與操作層面，但真正重要的，是讓照顧者理解患者的情緒、尊嚴與人生經驗。因此，課程除了課堂學習外，亦安排學員到中心觀察個案、進行分析及反思，透過實際情境深化理解。

行為問題 先處理情緒需要

賽馬會耆智園副總監兼課程統籌總監崔志文博士形容，課程最重疊的，是明白「照顧一個人」變成「理解一個人」。

他指出，很多照顧衝突，源於照顧者急於糾正「事實」，卻忽視患者若下真實感受到的情緒。例如長者堅持「被人偷東西」，家人第一反應往往是反駁：「沒有人偷你東西。」但對患者而言，重點或許不是東西是否真的失去，而是背後的不安與恐懼。「如果一個普通人被偷東西，你傷會先安慰他；但面對腦退化症人士，很多人第一句卻是「你記錯」。」他說，患者真正最

的，往往是感受被否定。因此，課程特別重視照顧態度。崔志文舉例，有些長者會把鏡中的自己誤認為陌生人，有些人因身體不適而變得暴躁，卻無法清楚表達。若照顧者只把這些視為「退化症狀」，便容易忽視背後真正需要處理的問題。

課程與時俱進 英國理論香港實踐

課程最初參考英國腦退化症碩士課程架構，再結合本地實務經驗加以本土化。崔志文指出，香港與西方社會在文化與家庭觀念上存在差異，因



▲賽馬會耆智園副總監兼課程統籌總監崔志文博士指出，真正重要的，不只是管理一個病，而是理解一個人正在經歷什麼，並嘗試走進對方的世界。



▲賽馬會耆智園副總監兼課程統籌總監郭志毅教授表示，腦退化症照顧不只是教授技巧，更重要的是改變照顧者理解患者的方式，將「以人為本」理念帶入醫療、院舍與社區服務之中。

此不能完全照搬外國模式。「外國較強調個人獨立，香港則以家庭為本，因而令很多照顧者即依面對沉重照顧壓力，仍不願求助。」因此，課程除了教授國際研究與介入方法，也特別重視華人社會中的照顧文化，包括與家屬間的溝通、建立「照顧夥伴」概念，以及支援照顧者壓力。

15年間，課程內容亦隨國際研究與本地需要持續更新，涵蓋非藥物介入、動物輔助治療、燈光與空間設計，以及近年有關預防與治療指示等議題。崔志文特別提及，課程一直反對約束。「耆智園成立25年來，沒有綁過老人家。」他指出，很多疏離問題，其實可透過環境設計、活動安排與情緒理解改善。

教學相長 理念回到前線

與一般短期課程不同，這個文憑課程主要招收具一定經驗的專業人士，包括護士、社工、治療

師及院舍主管，希望學員畢業後能將理念帶回所屬機構，再影響更多前線同工。郭志毅補充：「香港有數以十萬腦退化症患者，我們直接接觸到的人其實有限，所以更希望培養一批能推動改變的人。」

現時不少畢業生已成為院舍主管、醫療團隊成員或社區服務領導者，亦有學生來自博物館、公共機構甚至創科界，嘗試從不同範疇推動「腦退化友善社會」。崔志文提及，曾有博物館管理人員修讀課程，希望了解如何展廳空間更適合腦退化症患者；亦有學生研究定位裝置、防止失物科技等創新應用。「腦退化症不僅屬於醫療界，而是整個社會都要面對的課題。」

課程已踏入第15年，但郭志毅坦言，「這個工作是很艱鉅的，永遠都要繼續努力。」他希望新一屆課程能繼續吸引有志投身長者服務的人加入，延續以人為本的理念。

從執行任務到理解需要 護老院舍重建腦退化症照顧文化

在護老院舍裡，有長者明明剛吃完饭，卻堅持自己「還未吃」；亦有人半夜反覆想「回家」。對照顧者而言，這些情況並不陌生。隨著香港步入高齡社會，腦退化症患者持續增加，院舍照顧模式亦逐漸由「完成程序」，走向理解長者真正的需要。

非一般護老服務

松齡樂軒院院長馮揚表示，院舍約80名院友，逾半數患有腦退化症，因為需要當生疏的才會有入計算比例，實際比例可能更高。很多家語都是照顧到最後，才不得不選擇院舍。」他認為，腦退化症照顧與一般長者照顧有根本分別，「普通長者照顧有一定規律，但腦退化症患者很多時未必能理解或表達自己。」患者可能會逐漸失去語言能力、時間感與空間感，亦可能出現情緒或行為問題，每個個案都不相同。



▲松齡樂軒院院長馮揚表示，院舍將課程理念融入環境設計與日常照顧，希望減少腦退化症長者的不安與混亂，讓他們在更舒適及有尊嚴的環境中生活。

他舉例，有長者明明已吃飯，卻堅持自己未吃，若照顧者只是不斷糾正，往往令對方更焦慮，「因為在他的世界裡，那件事是真的。」因此，他認為照顧不只是完成洗澡及進餐等程序，而是在完成服務的過程中理解長者當下的情緒與認知狀態，透過照顧提升患者生活質素。

整全視野理解照顧本質

馮揚認為，現時業界最缺乏的，是整全的腦退化症訓練，同時醫療、護理、心理、社工，以至家屬支援與院舍管理，均需要跨專業合作。「很多時候，我們以為自己是在處理行為問題，但背後可能其實是痛症、焦慮或孤獨感。」他指出，若知道長者是因不安或疼痛而大叫，處理方式便是要回應其需要。他表示，報讀課程最大裨益是在於建立「整全視野」，重新理解照顧的本質。「以前看書訓練，只當它是評估工具；但現在會明白，那其實反映長者如何理解時間與世界。有些長者畫出的時鐘扭曲甚至混亂，正代表其認知世界已經改變。」

從技巧培訓到照顧文化改變

馮揚坦言，不少前線照顧員對腦退化症認識仍有限，「很多同事不是不想做好，而是不知道怎樣做。」因此，他近年積極將所學應用到員工培訓與院舍管理，包括以人為本照顧、非藥物介入及跨專業協作等，逐步建立團隊共同語言。他強調，真正重要的不是增加多少技巧，而是改變照顧文化。「我們不是為了完成程序，而是為了長者本身去設計照顧。」

面對無法逆轉的退化，他認為照顧的意義並非「治好」，而是透過適切支援，改善長者與家屬的生活質素。「雖然當下我們未必能令長者康復，但可以讓他們生活得舒服一點、有尊嚴一點。」

畢業學員：學懂理解 照顧不再是約束

在沙田醫院內科及老年科病房，護士史綺雯每天都會接觸腦退化症患者。對她而言，龐大的挑戰不只是醫療程序，而是如何理解患者的不安與情緒。

非藥物介入 減少約束照顧

「對患者來說，醫院是一個很陌生、甚至令人



▲醫院管理局新界東醫院聯網副護士(老年科)史綺雯表示，當照顧者開始理解腦退化症患者的情緒與需要，照顧便不再只是約束與管理，而是陪伴患者生活。

恐懼的地方。」她指出不少患者因無法理解抽血及服藥等治療流程，容易以為自己被傷害；因而出現抗拒、逃走或情緒激動。過去為安全考慮，約束措施往往被視為最直接的處理方法，但她想尋求其他解決方法，所以決定報讀有關課程，希望更深入了解患者行為背後的原因。課程中令她印象最深刻的，是非藥物介入與藝術治療。她曾照顧帶帶以為自己仍是年輕主婦的婆婆，反覆表示要回家照顧孩子。以往護理人員只能不斷安撫，但效果有限。於是，她嘗試把課堂所學帶入病房，為患者準備畫筒與顏色筆，邀請她「幫孩子做功課」。後來她獲准專注作畫，情緒亦逐漸平復。「原本很多時候，他們需要的不是被糾正，而是有人理解他們正在經歷的世界。」

跨專業合作 重新理解照顧

史綺雯認為，護士在腦退化症照顧中尤其重要，因為是最近患者及家屬的人。「我們像是一個協理角色。」護士可以將日常觀察到的情況，與醫生、治療師及其他團隊成員共同討論，再統籌醫療方案。她亦鼓勵同行進修相關課程，認為最大價值不只是知識，而是跨專業交流。「不同背景的人 聚學，才會知道原來社區裡有很多支援可以互相配合。」

面對人口老化加劇，她相信認知障礙症將成為所有醫護人員都需要面對的課題。她說，當照顧者開始理解患者的世界，照顧便不再只是約束或控制，而是真正對症下藥去理解與支持。

一段家庭經歷 連結專業培訓

課程導師黃振南的母親患上腦退化症後，家人曾經歷一段適應與理解的過程。在接觸賽馬會耆智園的服務與理念後，他更體會到「以人為本」照顧的重要。之後，他為紀念母親開闢如作出捐助，支持課程發展及學員培訓，期望更多前線專業人員實踐相關的理念。

支援腦退化症實務高等文憑課程簡介

由香港中文大學內科及藥物治療學系主講、賽馬會耆智園協辦，為醫療及社福界前線專業人員而設的一年制進修課程。課程結合理論、實務及臨床實習，涵蓋腦退化症照顧、個案分析及跨專業介入，並設有實習與臨床應用環節，強調「以人為本」的

照顧理念與實務應用。課程為一年制(兩學期)，課程適合護士、社工、職業治療師、物理治療師、安老服務專業人員，以及有志投身相關領域人士修讀。課程已納入持續進修基金(CEF)的可獲發津貼名單，同時

設有特別資助，支援完成課程並取得專業資格的學員進一步發展專業實踐。本課程畢業生可申請直接入讀史特靈大學(University of Stirling)的腦退化症碩士課程(MSc Dementia Studies (Online))，一年級。



掃描QR Code 了解課程內容



掃描QR Code 立即報名參加 課程資訊日