

# 有溫度的陪伴～

## 失智症活動治療

◎桃園長庚失智症中心職能治療師 紀皇如

**由**於失智症病人的記憶、思考判斷、語言溝通等認知功能逐漸流失，加上精神和行為症狀，逐漸影響日常生活功能的自主性。而病人與照護家屬在病狀退化的過程中，面對失智症所帶來的衝擊，生活常規的調適，實在難以用筆墨形容。因此在失智症的治療上，需全面性地評估、考量病人與照護者的情況與需求，配合環境與照護技巧、溝通方式的調整，才能真正讓病人與照護者的生活品質都獲得改善。

除了藥物外，研究發現透過各種非藥物的活動治療可有效幫助失智症病人維持日常生活功能、降低精神行為症狀和照護者的壓力負荷。職能治療即從病人生理、認知、心理及日常生活各層面的失能進行評估，個別化設計適當的活動，加上居家環境的改造或輔助工具的設計，幫助維持病人尚能自主的功能，進一步促進日常生活和參與社交互動的能力。

失智症的非藥物活動治療廣泛，包括懷舊治療、認知訓練、運動治療、多感官治療、音樂治療、藝術治療、園藝、光照療法…等，各種療法的理論基礎、介入形式、媒介素材越來越多元，

到底哪一種是最適合家中失智症病人？可考量從病人的人生經歷、生活背景找出其較有興趣的方式，將各種訓練的元素融入活動過程。除了達到治療目的外，同時觀察日常活動中病人的行為及反應，例如是否出現過程時間延長、完成度降低、甚至是可能造成危險的徵兆等，都有助於治療參考。

失智症病人在病程發展中，於溝通表達、感覺認知等各方面的逐漸退化，較難察覺出自己生活所碰到的困難或表達自己的需求，常讓他人覺得像是「活在自己的世界」；而這些「講不通」、「故意找碴」的情形，往往是由於患者無法自主控制。故在面對病人及安排日常活動時，需要隨時保持彈性調整，才能應對五花八門的突發狀況，也較不會讓照護者筋疲力盡。

失智症病人與照護者都需要「有溫度」的活動治療，唯有從中感受到被懂得、被尊重與認同，才能主動地參與其中，真正達到活動治療的意義與目的。若有意義的活動能夠融入於平日的生活作息，同時將環境空間調整，配合社會資源運用，作到「生活即治療」，更有助於病人與照護者的良好生活品質。☺