

香港中文大學那打素護理學院  
「流金頌」培訓計劃  
CTP004: 老人痴呆症之預防及照顧  
非正規及家庭照顧者訓練工作坊

# 活動秘笈

2009 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, **3/9**

2013年流金頌培訓計劃版權所有



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

# 內容大綱

- 個案討論
- 小組活動設計
- 早期痴呆症小組活動—智力大比拚
- 中期痴呆症小組活動—輕曲妙韻往日情
- 後期痴呆症活動—寵物至多FUN
- 小組實習及分享
- 小組活動檢討表

# 活動程序評估

## 1. 參與預先計劃的活動

- 患者能逐步參與、按指示完成活動，但患者未必能解決在活動中發生的問題。照顧者需在旁協助患者處理部份的問題，大部份患者都能完成活動。

## 2. 參與探索性的活動

- 患者主要在熟悉的環境下參與活動，並著重感覺及享受過程。如活動包括多個步驟，照顧者需協助將活動簡化並提供方向

### 3. 參與感官性的活動

- 患者主要為滿足活動身體及享受從感官刺激中得到的樂趣，喜歡參與簡單及重覆步驟的活動，如拖地

### 4. 本能反應的活動

- 患者對身邊周圍的反應，單純為本能的反應。太多的刺激引致患者困擾，照顧者需依賴單字或非語言與患者溝通

# 小組活動設計

- 活動名稱：智力大比拚
- 性質：訓練性
- 形式：小組
- 目標：訓練患者的專注力、提升自信心及維持認知能力
- 對象：初期老人痴呆症患者
- 人數：8人

# 小組活動設計

- 時間： 上午10:00至11:00 (一星期一次)
- 工作人員數目：2人 (活動帶領員及助理)
- 程序內容：
  - 物資： 大日曆及小組名稱、參加者名牌，點心
  - 注意事項：
  - 檢討方法：觀察患者在小組內的表現

# 早期痴呆症小組活動

## 智力大比拚

請你寫出四字詞語，然後用最末的一個字作為開頭，連接下去，越長越好…

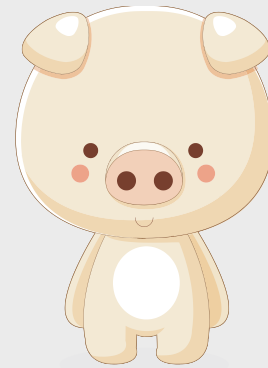
**一臂之力**

# 小組活動

請每一組寫出與選中的動物有關  
的四字詞語及其解釋



# 小組活動



# 音樂活動

四大元素：

- 節奏
- 旋律
- 和聲
- 音色



# 如何尋找痴呆症患者記憶中的音樂？

出生背景

職業類別

特殊事件

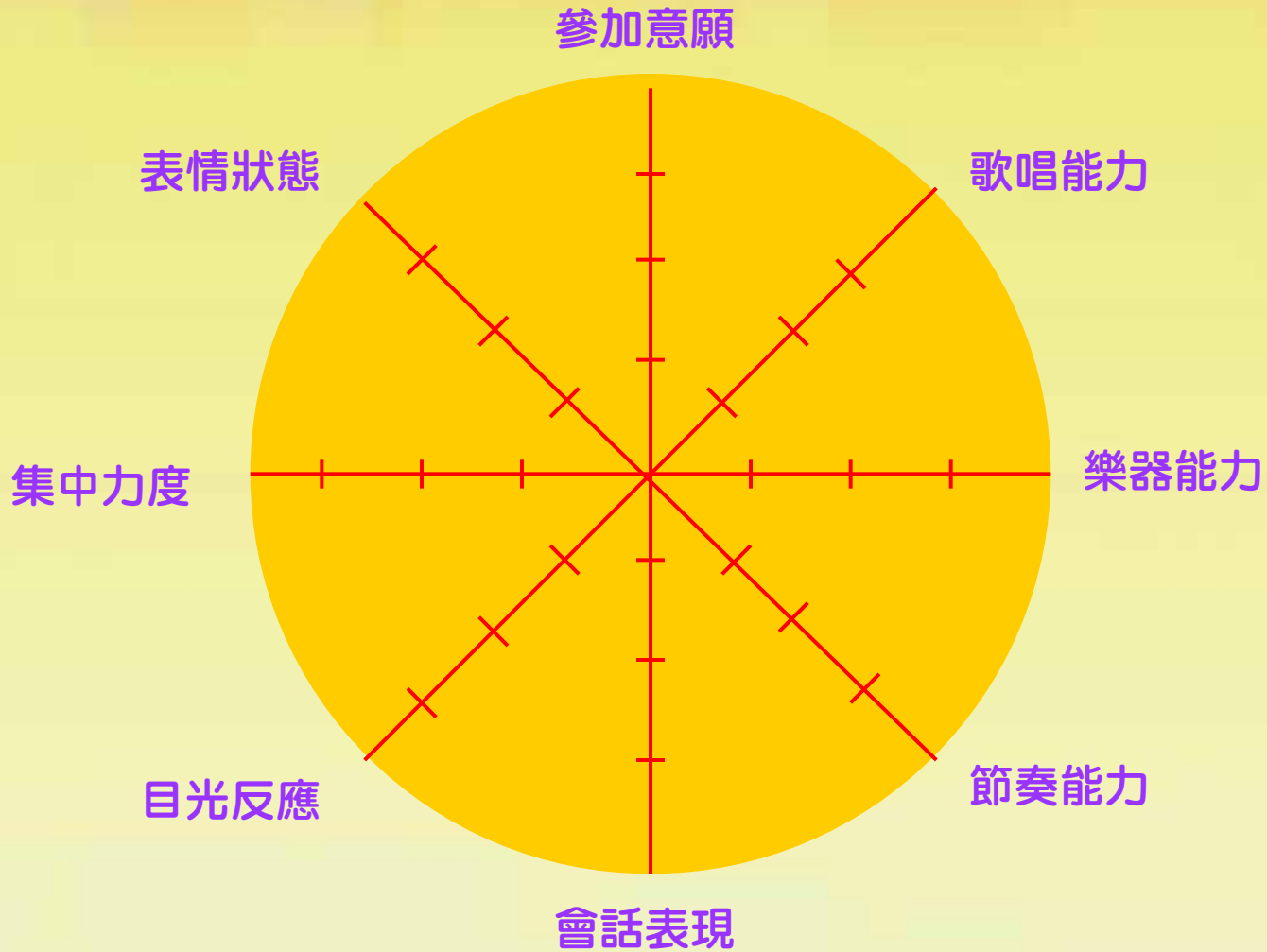
教育程度

興趣嗜好

# 如何觀察痴呆症患者在小組的表現

- 知的機能
- 情感機能
  - 身體、四肢及臉部的表情狀況
- 行動機能
  - 積極/被動
- 聽覺機能
  - 聽覺的反應

# 評估



# 評估

會話表現	目光反應
(A) 能正常地交談	(A) 能用目光溝通交流
(B) 偶爾能正常地交談	(B) 偶爾能用目光溝通交流
(C) 只能發聲不能交談	(C) 眼睛能移動但不能交談
(D) 完全不能交談	(D) 目光完全沒有反應

# 評估

集中力度	表情狀態
(A) 集中力持續1小時以上	(A) 表情非常豐富
(B) 偶爾可集中40分鐘以上	(B) 要求下會有表情
(C) 集中力只能在20分鐘以下	(C) 表情貧乏木訥
(D) 完全不能集中精神	(D) 完全沒有表情反應

# 評估

參加意願	唱歌能力
(A) 積極主動參加	(A) 能不斷學習新歌
(B) 強制下會參加	(B) 只能喜歡唱老歌
(C) 強制下偶爾參加	(C) 被要求下偶爾唱歌
(D) 完全不能參加	(D) 完全不能唱歌



# 評估

樂器能力	節奏能力
(A) 能正確演奏樂器	(A) 能正確打拍子
(B) 動作不很正確	(B) 能打拍子但不是很正確
(C) 只能拿樂器	(C) 能打拍子但完全不合
(D) 完全不能拿樂器	(D) 完全不能打拍子

# 音樂活動的實踐

(一) 實踐的場所

(二) 音響設備方面

(三) 樂器使用方面

- 無音律的打擊樂器 (金屬製、木製、塑膠製)
- 有音律的打擊樂器 (木琴、鐵琴)
- 手搖式的樂器 (鈴鼓、搖鈴)
  - 助奏及伴奏時使用
- 其他樂器 (直笛、口風琴)

# 音樂活動的實踐

## 初次使用樂器需知

- 提示樂器的構造及操作方法
- 如患者不滿意，立即更換及調整
- 不要給予患者在演奏上太大的壓力
- 不要太著重節奏的整齊，  
著重玩樂的心情

# 音樂活動的實踐

唱歌時要留意事項：

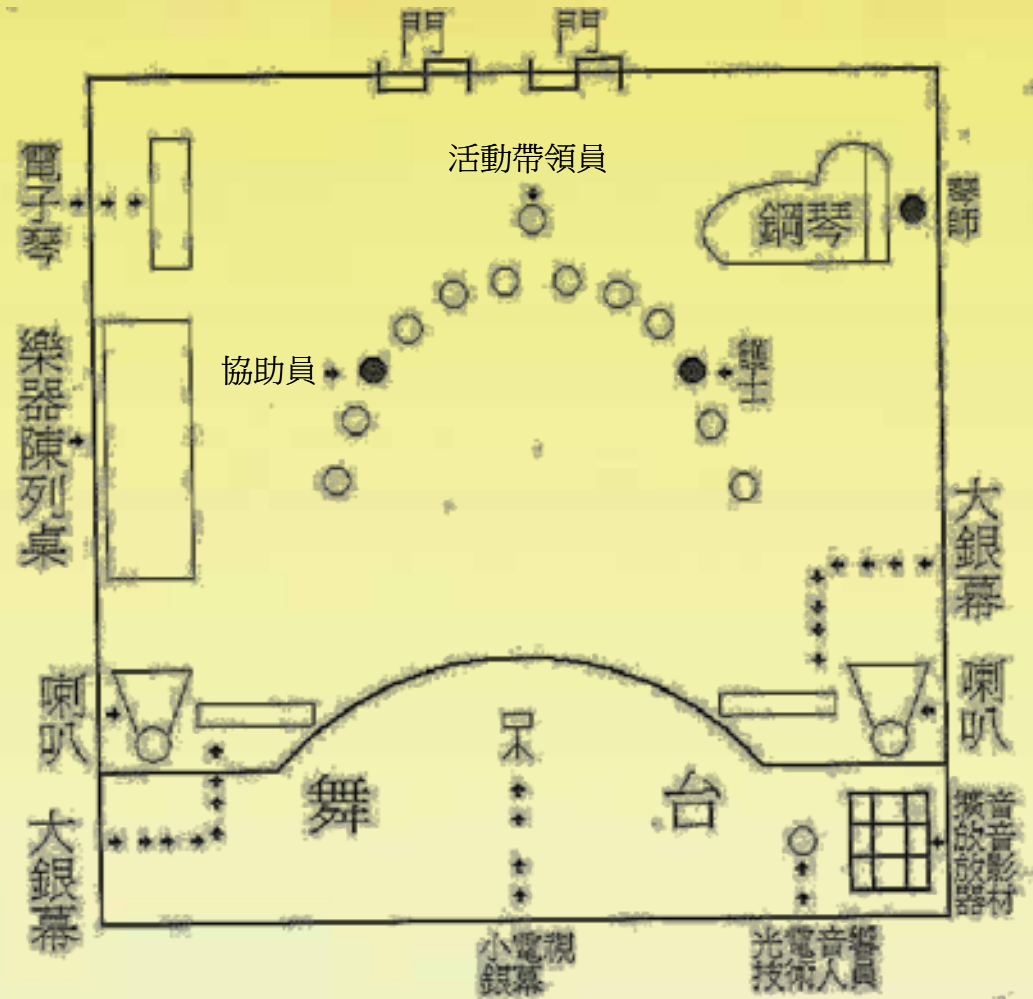
- 主要利用唱歌來協助患者回想
- 留意患者是否患有氣管疾病
- 避免使用伴唱帶
- 留意唱歌中途是否突然升高或降低音
- 注意患者唱歌的速度與拍子的變化能力
- 加強節奏的效果，如拍手

# 音樂活動的實踐

位置的安排：

## 1. 扇形

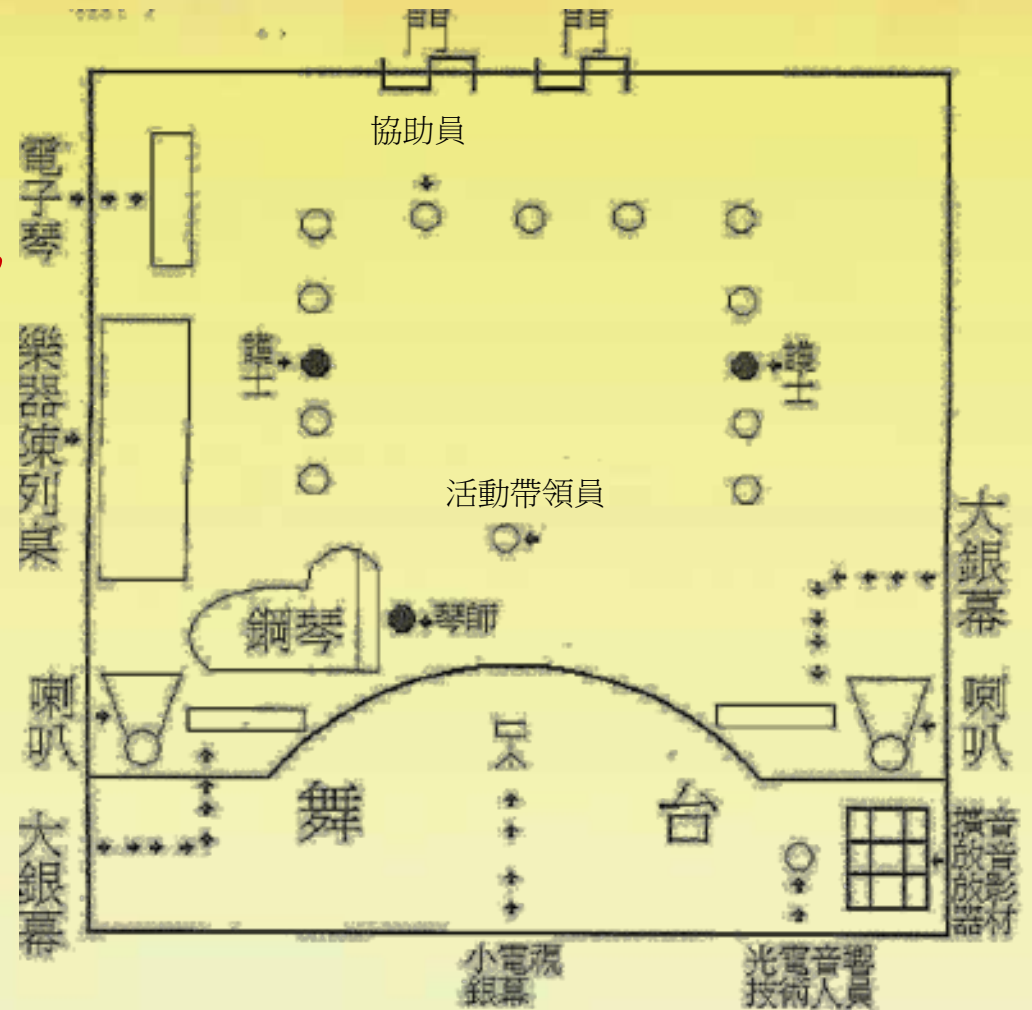
- 職員穿插在患者之中，可隨時留意患者情緒行為及行動，必要時可帶出場外



# 音樂活動的實踐

## 2. 馬蹄形：

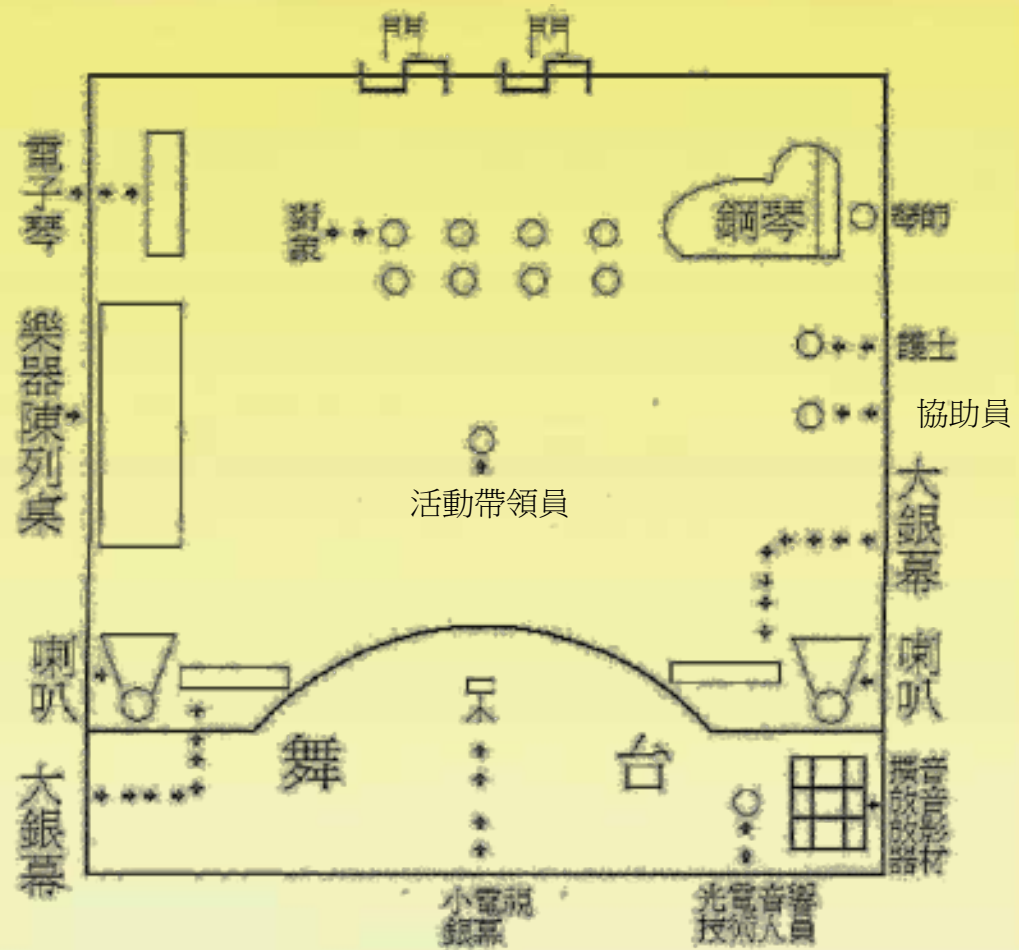
- 職員站在馬蹄形前面之左及右側，其他協助者穿插在隊形之中，有助於患者在台上唱歌或演奏



# 音樂活動的實踐

## 3. 並列形：

- 患者並排或並列坐在椅子上，職員坐在正對面，協助者在側面觀察與協助



# 音樂活動的實踐

## 身體的動作

- 利用音樂的節奏與身體活動結合起來
- 有助於改善患者的：
  - 心肺功能
  - 肌力
  - 肌耐力
  - 柔軟度
  - 體脂肪



# 樂曲與歌的選擇及運用

## 感受季節的五感



蟲的叫聲、鳥的啼聲、  
風的聲音、雨的聲音

# 樂曲與歌的選擇及運用

視覺

大自然景色的變化  
及花草的盛開等景象，  
配合音樂



# 樂曲與歌的選擇及運用

感受季節的歌詞

春天

迎春花、恭喜發財

遲來的春天

慢步人生路

我和春天有個約會



# 樂曲與歌的選擇及運用

感受季節的歌詞

夏天

夏日寒風



# 樂曲與歌的選擇及運用

感受季節的歌詞

秋天

風的季節



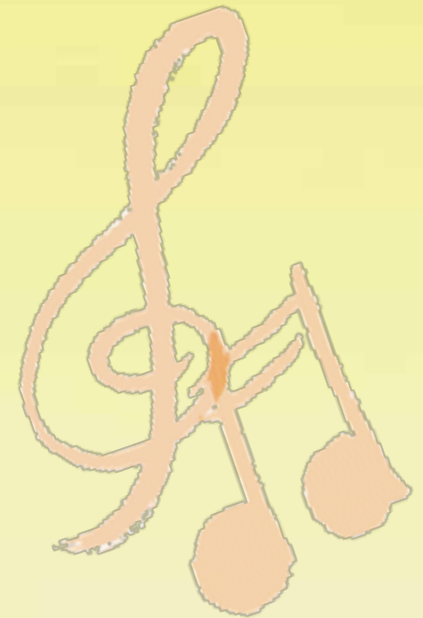
# 樂曲與歌的選擇及運用

感受季節的歌詞

冬天

大約在冬季

聖誕鈴聲



# 音樂活動的實踐

## 跟節拍做運動

目的：

- 提高身體的意識
- 增加小肌肉的控制力
- 促進心理的機能及社交

# 音樂活動的實踐

原則：

- 樂曲不宜太長，約在10分鐘內
- 有明顯的曲調
- 歌曲要活潑、最好是二拍或四拍子
- 歌曲能讓患者跟著吟唱
- 內容勾起患者的回憶



# 音樂活動的實踐

動作設計：

- 著重四肢各部位的活動
- 量力而為
- 適合不同能力的患者，可分為坐、企等的姿勢
- 適合患者的動作及感到興趣

# 實習

請以下列歌曲，設計一系列的動作，讓痴呆症的患者可以坐著、站立著都可以做

朋友

# 寵物活動

目標：

透過寵物與患者產生的互動反應，可以：

- 增加知覺刺激，鼓勵自我表達；
- 增加患者建立關係的機會；
- 增強語言表達；
- 提供情感表達；
- 從照顧動物中增進自我價值；
- 提供運動的機會；
- 身心舒展的時間；

# 寵物治療

## 治療效果：

- 生理上：降低血壓，有助鬆弛
- 心理上：改善自我概念、情緒、精神穩定
- 社交上：提高社交能力、帶來歡笑、打破冷漠

## 適合的寵物：

- 小狗
- 小貓
- 小鳥
- 金魚、烏龜及兔子等



# 寵物治療

選擇使用寵物治療前，考慮因素：

- 患者喜歡寵物
- 寵物的健康
- 寵物要溫馴及沒有攻擊性
- 飼養能力
- 寵物居住的環境



# 寵物治療

進行治療中，應留意：

- 患者出現過敏現象，如紅疹、氣管過敏
- 人畜共同患病
- 由動物傳播的疾病，如禽流感
- 異味
- 傷口，如咬傷或抓傷
- 公共衛生動物離世等



# 小組活動檢討表—範例

- 患者評估項目
- 指標：非常同意 (5次以上)……

專心聆聽	主動表達意見
服從指示	主動溝通
積極嘗試	表示開心
精神狀態好/情緒穩定	主動讚賞
面露笑容	講出感受
身體語言	耐心完成活動
適當回應	

**- 本節完 -**