

香港中文大學那打素護理學院 流金頌培訓計劃

CTP004—腦退化症之預防及照顧

非正規及家庭照顧者培訓工作坊

腦退化症訓練百科

2013 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, **20/3**

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

腦退化症非藥物治療方法

⌘ 懷緬治療

⌘ 現實導向治療

⌘ 藝術治療

⌘ 音樂治療

⌘ 園藝治療

⌘ 多感官功能刺激治療

腦退化症治療

初期

中期

後期



記憶策略訓練

懷緬治療

現實導向

藝術治療

感官刺激

懷緬治療定義

⌘ 思維活動

⌘ 眼前事物觸發一些回憶

⌘ 將以往所發生的事情重新組織及整合

⌘ 對昔日經驗重新體驗

⌘ 不單是自發, 也可以是由他人引導

⌘ 可以是個人, 也可以集體

創造過程是具選擇性, 不是被動的

懷緬治療作用

(一) 整合人生

(二) 從分享中肯定自我

⌘ (三) 協助解決困難

⌘ (四) 拓展社交

⌘ (五) 改善溝通

⌘ (六) 減少苦悶

⌘ (七) 預備面對死亡

⌘ (八) 從心裡治療促長者健康

⌘ (九) 鼓勵使用長期記憶

懷緬治療及腦退化症

主題

⌘ 人生階段

※ 結婚, 孩童生活, 學校生活, 青少年

⌘ 生活品/地區風貌

※ 糖果, 風景, 建築物

⌘ 日常生活

※ 拜神, 交通, 名勝古蹟

按長者的背景, 喜好及能力而設定
忽略所觸及的記憶和回應

懷緬治療及腦退化症

引導物

- ⌘ 懷舊物件
- ⌘ 感觀刺激道具
- ⌘ 相片
- ⌘ 音樂, 歌曲, 電影
- ⌘ 食物, 飾物, 服飾

切忌喧賓奪主, 只顧展示引導物

懷緬治療及腦退化症

引導物

- ⌘ 視覺: 照片, 圖畫, 幻燈片
- ⌘ 嗅覺: 五味架, 花朵, 香水, 食物的氣味
- ⌘ 味覺: 食物與飲品
- ⌘ 聽覺: 音樂, 歌曲, 電影, 自然環境
- ⌘ 觸覺: 與主題有關實物, 不同質地

感官刺激可直接連繫到大腦記憶系統

懷緬治療及腦退化症

- ⌘ 記憶力衰退及判斷力減低會令腦退化症患者與人及環境溝通出現困難, 變得孤立無助, 與現實生活脫離
- ⌘ 「懷緬」作為媒介, 鼓勵患者與人溝通
- ⌘ 遠期記憶是實在, 在沒有壓力之下讓患者抒發自己的意見及情感
- ⌘ 過去的光輝歲月及成就可增強自信心, 維護個人尊嚴, 重新肯定自己, 建立安全感
- ⌘ 鼓勵使用長期記憶, 增加照顧者對患者認識

懷緬治療及腦退化症

個別面談

小組分享

大型活動

懷緬治療及腦退化症

個別面談

- ⌘ 專注力較差的長者
- ⌘ 不喜歡合群的長者
- ⌘ 家中照顧的長者
- ⌘ 一張舊照片, 一首老歌均是隨手拈來題材
適合家中進行訓練, 例如每天午睡後, 一同
坐下談舊事
- ⌘ 可能即興, 可以計畫

融入日常生活及交談中

懷緬治療及腦退化症

小組形式

- ⌘ 適合老人中心, 日間醫院及院舍進行
- ⌘ 六至八人一組
- ⌘ 背景與能力相約
- ⌘ 每星期一次, 時間大約45分鐘
- ⌘ 定立目的及主題

懷緬治療-程序

程序

- 引子(五分鐘)
 - 互相認識
 - 現實導向
 - 引導者自我介紹
- 熱身及前奏(十分鐘)
 - 介紹主題
 - 展示物件
 - 簡單遊戲(獎品)

- 核心部份(二十分鐘)
 - 分享回憶
 - 與其他人分享
 - 突出重點
- 總結
 - 總結討論內容
 - 採用茶聚形式
 - 氣氛輕鬆地完結

懷緬治療要點

開放性問題	選擇題
你小時間都玩甚麼？	你小時間有玩彈弓/抓子嗎？
「你怎麼認識太太／先生的？」	「你和太太／先生是自由戀愛的嗎？」
「這彈弓／抓子要怎麼玩？」	「這是不是叫『彈弓／抓子』」？

懷緬治療要點

- ✓ 何人(Who)：「與誰一起玩過？」
- ✓ 何時(When)：「通常甚麼時候玩？」
- ✓ 為何(Why)：「為甚麼不能讓媽媽知道？」
- ✓ 何地(Where)：「通常在甚麼地方玩？」
- ✓ 何物(What)：「這件物件叫甚麼？」
- ✓ 如何(How)：「這要怎麼玩？」

懷緬治療

懷舊閣

- ⌘ 營造一個易於懷緬的氣氛, 容易投入情緒
- ⌘ 平民化擺設容易引起共鳴

總結:懷舊治療

時光隧道

懷舊治療目的:

- ⌘ 透過生命的回顧，讓患者對自己過往的能力及知識引以自豪，從而增強患者的自尊和自信心
- ⌘ 加強長者面對困難的力量
- ⌘ 促進患者與別人溝通及語言能力
- ⌘ 減慢患者遠期記憶的退化

現實環境導向訓練

- ⌘ 讓患者掌握有關日期, 時間, 地點及人物資料
- ⌘ 重新學習及掌握某些切身關係的資料及訊息
- ⌘ 改善其對周圍環境及事物的認知和處理方法
- ⌘ 增加患者對各種日常活動的信心及獨立性
- ⌘ 鼓勵社交接觸, 增加與外界接觸, 避免脫節



現實環境導向訓練

□資料種類:

- 日期、時間、地點、天氣

- 人物（與他們有接觸的人，如物理治療師及其他老人等）

- 時間表或日程

- 節日或季節

□利用工具，如環境導向資料板、大鐘、大日曆、名牌等

□利用不同視聽傳媒，如廣播、資料板、標誌及鬧鐘等。

現實環境導向訓練

24小時
現實導向

現實導向
小組

非形式化
-沒有固定地方/時間

形式化
-有固定的時間
、地點

現實環境導向訓練-24小時導向

□全日24小時(除睡眠時間), 不停及重覆向患者告訴他們當時:

□時間

□四周環境

□身在什麼地方

□節氣

□發生什麼時情

□當進行基本護理(例:沐浴, 更衣), 運動, 不同活動

融入日常
起居生活



現實環境導向訓練-24小時導向

時間

- ⌘ 時鐘要大, 數目字要清楚
- ⌘ 當眼地方擺放大大的月曆
- ⌘ 在環境設置作息時間表

環境

- ⌘ 設置指示牌
 - ※ 房門貼上大大提示
 - ※ 物品要有系統擺放
 - ※ 貼上圖片/標貼
- ⌘ 不要隨便改動傢俬位置

現實環境導向訓練-24小時導向

人物

- ⌘ 清晰
- ⌘ 身份
- ⌘ 一致
- ⌘ 避免混淆

你會如何介紹你自己?

你會如何向患者介紹地方?

你會如何向患者打招呼?

現實環境導向訓練-24小時導向

- ⌘ 必須全體工作人員進行, 包括所有和患者接觸的家人和親友
- ⌘ 提供資料要一致, 清晰, 簡單及一致
- ⌘ 利用不同形式持久地「輸送」資料給患者

顯示

指示牌

標誌

廣播

現實環境導向訓練-導向小組

- ⌘ 患者參加導向小組，可加強他們辨認周遭熟悉的事物及事件的能力
- ⌘ 首先揀選患者進行評估
- ⌘ 集合數位腦退化程度相約的患者
- ⌘ 避免因程度相差太遠導致其他組員不滿或不安
- ⌘ 「固定式」開組時間, 地點及環境
- ⌘ 由一至二位引導員負責
- ⌘ 施行「密集式」訓練, 短期內完成, 加強學習成效
- ⌘ 可邀請家屬一齊參與
- ⌘ 設備為期四至六星期, 十至二十節的訓練班
- ⌘ 20至30分鐘一節

現實環境導向訓練-導向小組

⌘ 題目?

水果

節日

季節

服飾

應節
食品

房間
設備

現實環境導向訓練-導向小組

小組程序: (20-30mins)

□ 開始

- 介紹各組員及指導員
- 彼此打招呼

□ 提供導向資料

- 指導員讀出板上訊息
- 每位組員輪流讀出

□ 小組主題

- 簡單遊戲(獎品)
- 分享/ 懷緬主題

□ 提供導向資料

- 指導員讀出板上訊息
- 每位組員輪流讀出

□ 結束

- 鼓勵組員互相打招呼
- 品嚐簡單茶點

感官刺激

- 透過五個人體主要感官為患者提供不同類別的感官刺激，緩和老人癡呆症患者焦慮、增進社交行為，並化解對治療的排斥感。
 - 視覺
 - 聽覺
 - 嗅覺
 - 味覺
 - 觸覺

切忌

- 同一時間開啓所有燈光 (房燈、牆燈、聖誕燈及轉盤色燈等)
- 音樂／歌曲聲量太大
- 同一時間給予過量感官刺激
- 禁止使用者探索環境
- 大聲喝罵



應該

- 細心觀察使用者非語言的表達如眼神、手勢等
- 鼓勵溝通
- 選擇合適感官刺激物件，有系統地進行訓練
- 建立互信關係，沒挫敗和愉快環境



藝術治療

- ⌘ 是一種結合創造性藝術表達和心理治療的專業
- ⌘ 藝術治療將藝術視為非語言溝通工具，並不著重作品的美感，而著重於讓當事人在一個安全、受支持的環境下，透過深入探索及清晰闡明，把隱藏在潛意識裡面的東西呈現出來，並了解其中的意義
- ⌘ 個人情感、問題、潛能與潛意識在過程中被發掘與體悟，進而在治療中加以解決與處理，幫助個案達致自我瞭解、調和情緒、改善社會技能、提昇行為管理和問題解決的能力，促進自我轉變與成長、人格統整及潛能發展



藝術治療

⌘ 視覺藝術治療

⌘ 音樂治療

⌘ 戲劇治療

⌘ 舞蹈治療

⌘ 園藝治療

音樂治療

- ⌘ 音樂治療是運用音樂對人生理及心理所可能產生的影響，配合治療技巧，以幫助參加者達到不同的治療目標
- ⌘ 「音樂」不單指聆聽音樂，而是泛指一切與音樂相關的經驗，如唱歌、彈奏樂器、肢體律動、音樂創作、即與彈奏及音樂與其他藝術形式的結合（如繪畫、戲劇、舞蹈、詩詞...等）

音樂治療

- ⌘ 音樂治療的目標並非增進治療對象的音樂能力
- ⌘ 治療師需要融合各種音樂技巧、心理學知識、輔導學理論及不同的音樂素材，並且經常調節音樂的形式與方向
- ⌘ 不同的治療目標，其中包括改善生理、心靈、情緒、認知、社交、言語、肌能等各方面的需要

音樂治療

治療重點：

- 延緩認知退化
- 發揮創意
- 豐富感官體驗
- 建立正面經歷
- 重整過去的經歷
- 促進社交技巧

音樂治療

建議使用音樂的場合

- 起床及睡覺
 - 使用柔和的音樂，搖籃曲等，讓患者放鬆慢慢入睡；早晨時，可考慮使用輕快，鳥啼的音樂
- 沖涼時
 - 如患者拒絕沖涼，可配合香氣，播放溫柔的音樂，哼著輕鬆的歌，有助患者入浴
- 進行小組活動
 - 使用簡單的進行曲，配合身體動作，每天早晨做早操

CADENZA 播放懷舊的曲調，勾起長遠的回憶，一面聽老歌，一面傾往事，比較容易表達情感

園藝治療

- 以植物為介入媒體，植物是擁有生命，有其生命週期，需要悉心及耐心照顧料理
- 園藝治療是透過園藝活動，如花卉及蔬果種植、乾花手工藝、治療性園景設計等，從而令參加者獲得社交、情緒、身體、認知、精神及創意方面的好處

~ 本節完 ~



謝謝！