

# 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培訓工作坊

健「腦」活動錦囊

2011 29/9, **6/10**, 13/10, 20/10, 27/10

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

# 工作坊內容

第一節：痴呆症患者的需要

第二節：簡介認知訓練

第三節：簡介認知訓練

# 活動就是照顧

什麼是  
有意義的活動？

# 有意義的活動

原則：

- 有目的
- 自願參與
- 開心及滿足感
- 成功感
- 配合自己的社交背景

# 設計活動的原則

- 從簡單的活動中，令患者在過程中領略成功感（例如完成一件手工藝）；
- 有挑戰性的活動（例如問答遊戲，包含懷舊元素）；
- 開心、有趣的活動（例如音樂傳球）；
- 有挫敗感的活動（例如現實導向活動，多利用患者現有的能力）；
- 可調節的活動（例如時間、參與人數、難度等）；

# 設計活動的重點

- 由淺入深
- 由簡單至複雜
- 由低參與至高參與
- 由短時間至長時間
- 由體能至智能
- 由被動至主動
- 由個人至小組



# 帶領活動的技巧

趣味性

鼓勵互動

適中的幽默

指導性

彈性

提供選擇

即時作出正面的回應

清楚及簡單步驟



利用視覺提示

輕鬆及愉快

輔以面部表情、手勢

與患者一同參加

# 帶領活動的技巧: 第一步

## 獲得患者的注意

- 面對面說話
- 減少環境刺激
- 提醒他/她你是誰

陳伯 (患者的稱呼) ，我係阿明！

# 帶領活動的技巧: 第二步

- 給予足夠的時間讓患者回應
- 聽聽他們的回應，了解他/她們對現實環境的理解，有需要時提供導向資料

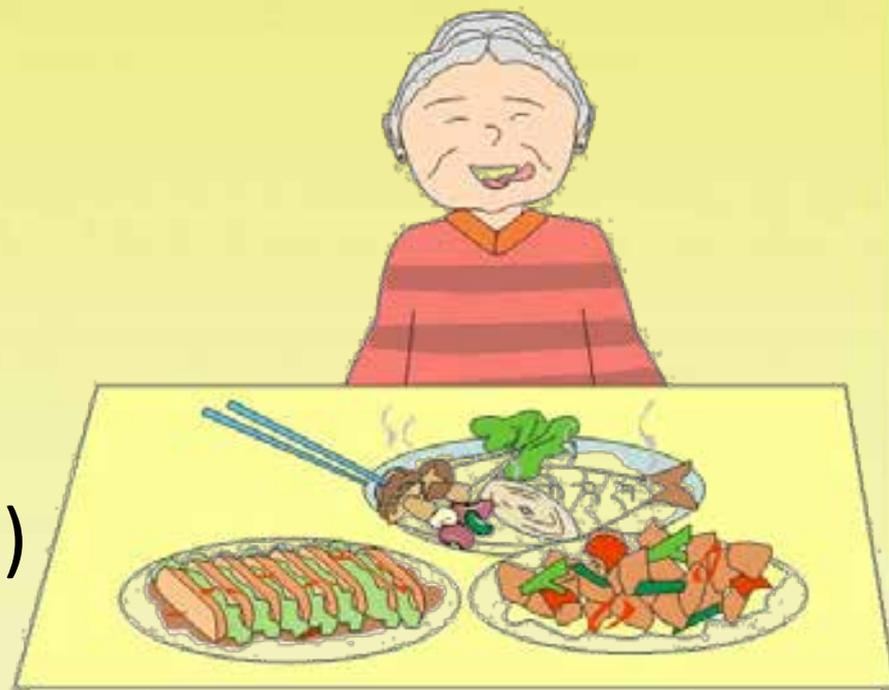
患者的表現	你的回應
都唔知你在做什麼！	
我宜家要去買餸！	
你係邊個，做乜嘢！	

# 帶領活動的技巧: 第三步

- 要了解患者的資料，例如背景、生活習慣、喜好及擔心的事情等
- 給予一個理由參與活動

嘗試...

- 邀請陳婆婆
- 參加美食小組(日間中心)
- 家中弄小食(屋企)



# 帶領活動的技巧: 第四步

- 協助患者進行活動時應以「由易到難」開始
- 從旁協助，保持患者的專注力

嘗試…

- 三文治美食
- 材料：麵包、芝士、火腿

# 感官刺激



# 感官刺激的應用

1. 減少行為問題及增加正面的行
2. 提升正面的情緒及情感表現
3. 提升溝通能力
4. 減少照顧者的壓力

# 感官刺激的例子

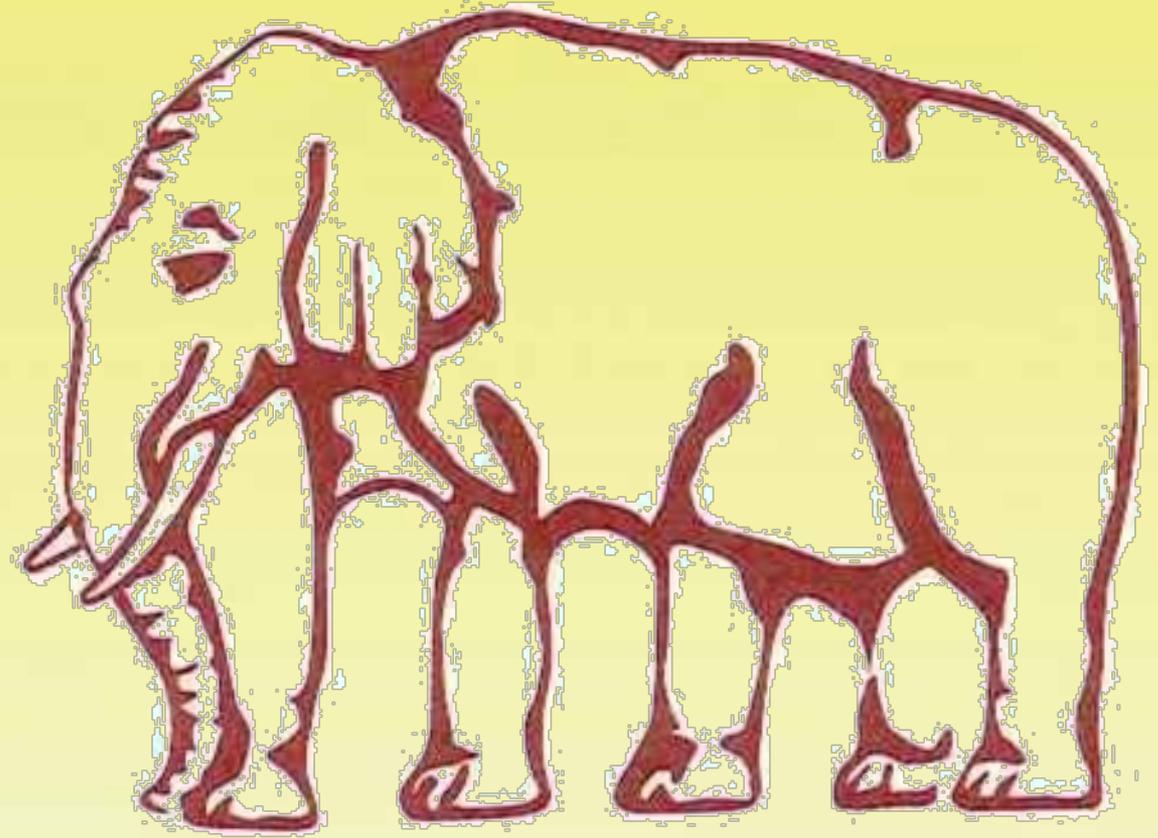
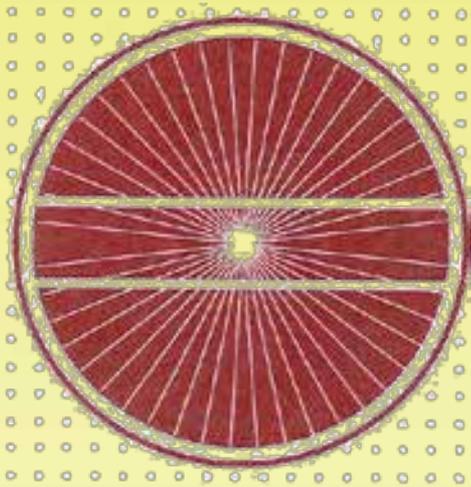
聽覺	視覺	嗅覺	觸覺

# 感官刺激的例子

聽覺	視覺	嗅覺	觸覺
大自然的音樂	射燈旋轉的鏡子	香薰	安樂椅
海灘的聲音	光纖條子	有香味的花及生果	細沙
鳥兒的聲音	投影圖案	有香味的茶葉	柔軟的物件
	魚缸		小動物

# 感官刺激訓練 (視覺)

眼睛的錯覺



# 感官刺激的例子

## 「百般滋味在心頭」

目標：

- 增加參加者與人溝通的能力
- 促進參加者之間的認識及社交接觸的機會
- 增加參加者的導向能力
- 提供不同的感官刺激



# 感官刺激的例子

注意事項：

- 應事先考慮參加者的吞嚥能力
- 留意參加者的身體狀況，如是否糖尿病患者
- 注意衛生及清潔
- 調味料的濃度要適中

# 感官刺激的例子

甜	酸	苦	辣	鹹

# 感官刺激的例子

甜	酸	苦	辣	鹹
片糖	醋	涼瓜	辣椒油	鹽
糖果	檸檬	苦瓜	薑糖	鹹魚
蜜糖	話梅			餅乾
糖水	酸蕎頭			

# 認知訓練

# 邏輯想象訓練

你是否：

- 在關鍵的時候，注意力不能集中
- 總是會犯上一些無謂的小錯
- 你是否喜歡不動腦筋的單純工作



**多做邏輯想象訓練**

~ 完 ~



謝謝！