

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

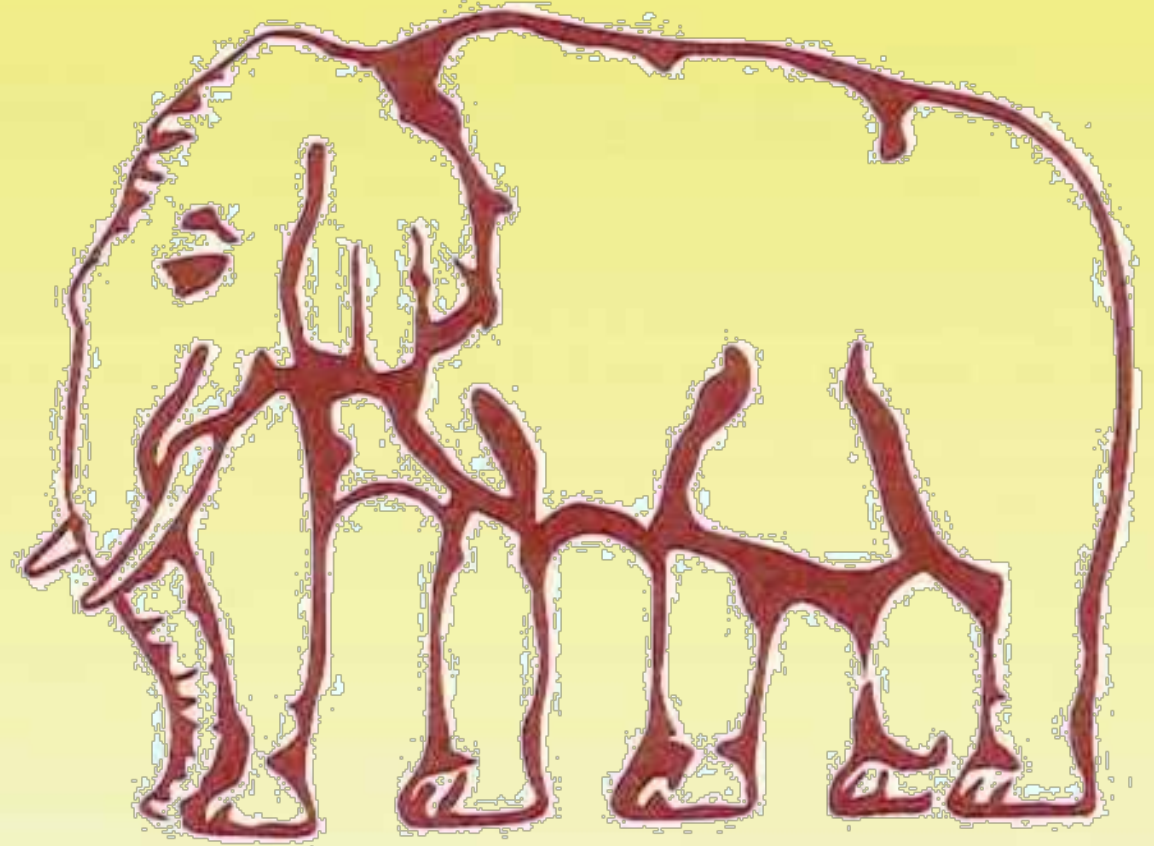
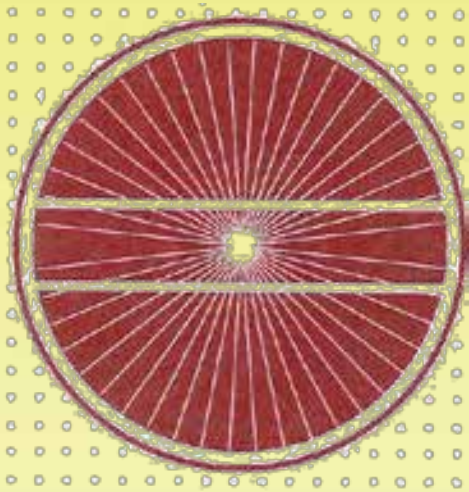
聽覺	視覺	嗅覺	觸覺

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

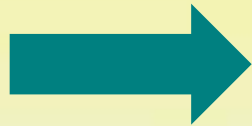
甜	酸	苦	辣	鹹
片糖	醋	涼瓜	辣椒油	鹽
糖果	檸檬	苦瓜	薑糖	鹹魚
蜜糖	話梅			餅乾
糖水	酸蕎頭			

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！