

大林

十一月八日

支持團體訴心聲 失智症家屬釋壓

大林慈濟醫院失智症中心十一月八日上午舉辦失智症病友會暨家屬支持團體活動，除了邀請老師帶領學員們動手做蝶古巴特 DIY 外，失智症中心主任曹汶龍醫師也與家屬座談，彼此交流照顧經驗。初次分享照顧經驗的家屬王女士談起與先生互動的過程，說到激動處忍不住哽咽，王女士說，因為與先生由北部搬到嘉義女兒家住，沒有親近的朋友鄰居可以傾吐，很高興能參加支持團體，讓情緒找到出口。

此次家屬支持團體有多位家屬都是首次參加，在曹汶龍主任的鼓勵下，分享各自的照顧經驗。家屬賴先生的爸爸原先會忘了鑰匙放在哪裡，開始服藥以後會記得將鑰匙放在口袋，還會自己出去買報紙回來看。

曹汶龍主任指出，失智症早期用藥的確有用，若是腦部退化三分之一，還有三分之二有功能，兒女、家人可以取代退化的三分之一，讓他可以如常生活，而不要去取代他的功能，以免退化得更快速。

何女士的先生罹患失智症後，常常話說過就忘，早餐剛吃完就問怎麼還不吃早餐，前不久家人發現，先生在聊天過程中會突然「當機」，整個人定住不動，叫他也沒有反應，等清醒後自己完全不記得發生什麼事，而且當機頻率愈



大林慈院失智症中心主任曹汶龍醫師（左）與病友家屬展開座談，聊聊身為照顧者的心路歷程。

來愈高，持續的時間也一直變長，由於情況在短時間內快速惡化，家人感覺不是一般的老化症狀，帶他就醫檢查後，發現可能是之前有跌倒，造成腦膜點狀出血，影響腦部功能，所幸住院治療後，症狀已獲得改善。曹主任提醒，若是突然認知功能快速變差，家屬要注意可能是有新的問題產生，不要輕忽。

家屬林女士照顧失智的母親，在過程中發現，若是自己表現出不耐煩，母親也會很緊張，狀況就會更多，因此自我反省，調整照顧的方法，調適自己的心情，自己情況好，不生氣，母親的狀況也獲得改善，境隨心轉，照顧起來事半功倍。

王女士與先生結婚五十年，先生以前脾氣暴躁，但生病後脾氣很好，會說謝謝，反而是自己因為照顧他，有時脾



會中曹汶龍主任也分享自己照顧失智母親的經驗，左為曹太太郭佩筠師姊。



大林慈院失智症中心十一月八日舉辦失智症病友會暨家屬支持團體活動，陪伴病友進行蝶古巴特DIY。

氣上來會控制不住。王女士說，先生現年八十三歲，喜歡喝啤酒，但在外面喝怕喝醉，會買回家再讓他喝……說著說著眼眶就濕了，聲音也有點啞了。散會的時後她不好意思地說，今天終於把心裡的壓力講出來了。曹汶龍主任說，藉由每三個月一次的家屬支持團體，照顧者可以說說心裡話，舒舒壓。

曹主任分享其他個案的經驗，建議若是失智症長者想小酌，可以讓他自己到店裡買，再帶回家喝，家屬不要幫他買好，不但可以控制他喝的量，還能製造機會讓他外出與人互動，若是家屬不放心，就陪伴他一同外出，不要怕麻煩。

在家屬支持團體中，曹主任不時也分享自己照顧失智母親的小故事，與家屬們互動交流，他說，父母留給子女最大的財富，就是「失智經」，想要好好照顧對方，照顧者要先學會調適自己，把自己照顧好。（文、攝影／黃小娟）