



# 輕中度失智症的行為特色 與意外傷害之預防

---

高雄醫學大學神經外科

林志隆

971230



# 哪些名人有失智症？

---

- 美國第40任總統：

雷根 **Ronald Wilson Reagan**

- 美國哲學教育家：

愛默生 **George B. Emerson**

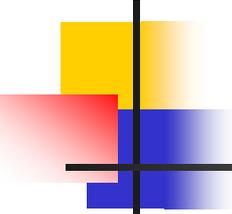
# 美國第40任總統：隆納·威爾森·雷根

## Ronald Wilson Reagan



# 明星總統 成了失智老人

- 雷根在世94年，成為美國歷史上活得最久的總統。無論在體魄、精神或處世都以強硬明快的形象著稱。
- 可是，自從1994年宣布自己得到阿茲海默症後，他黯然消沉下來；10年來他逐漸喪失記憶，並且出現語言和情緒上的障礙，當病情越來越嚴重時，生活起居都需要幫助，洗澡、吃東西、上廁所都靠夫人南西長期的照顧；為了維護的尊嚴，外界並不知道雷根真正的病情。
- 事實上，雷根到最後幾乎臥病在床，無法走動或說話，也無法自行進食，完全靠家人的支撐和堅強的生命力，最後感染肺炎，終於走到人生終點。



# 雷根：忘記與不要忘記

- 當美國與中國大陸建交的，雷根總統嚴肅的說：「我們結交新朋友的同時，絕不要忘記老朋友」。
- 雷根出國訪問加拿大，在多倫多發表演說，有一群反美示威的人不時打斷他的演講，令加拿大總理皮埃爾·特魯多感到非常尷尬，面對窘境，雷根從容地面帶笑容說：「這種情況在美國是經常發生的，這些人是特意從我國來到貴國的，他們使我不忘記仍在美國，這令我有一種賓至如歸的感覺」。

# 雷根：忘記與不要忘記

- 雷根總統遇刺後，在醫院雷根對驚慌己的第一夫人南茜說：「親愛的，請原諒我，我竟忘記閃躲了」。南茜進入手術房時，雷根告訴醫生們說「今晚，我希望你們都是共和黨員，否則請**不要忘記**：世界上只有一個美國總統」。
- 雷根總統在白宮鋼琴演奏會上致詞的時候，總統夫人南茜不小心連人帶椅跌落在台上的地毯上，南茜在觀眾的驚叫中靈活地爬起來，並在賓客如雷的掌聲中回到自己座位，這時，正講話的雷根看到夫人並沒受傷，便冒出一句俏皮話：「親愛的，我不是告訴過妳，難道你**忘記了嗎**？只有在我沒有獲得掌聲的時候，你才可以做這樣的表演不是嗎？」。

# 世界上只有一個美國總統

- 台灣失智症協會秘書長湯麗玉表示，數據顯示六十五歲以上老人罹患失智症比率大約百分之五，台灣2006年底統計失智症人口約**十四萬**人，參照國外發展趨勢，二十年後即2026年時，台灣失智症患者將增為**二十八萬**人。
- 台灣人口出生率近十多年才逐漸下降，未來四十年的老年人口仍然增加，失智症患者二十年後倍增，四十年後2046年時，台灣失智症人口預估增為**五十六萬**人，之後則還難以預測。



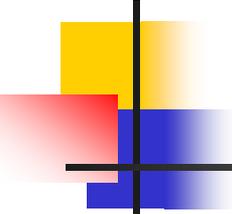
# 失智患者漸增 相關前兆勿掉以輕心

- 新竹醫院神經科主任葉伯壽表示：依據世界各國研究的推估，六十至六十五歲以上有百分之五至十的罹患率；七十至七十五歲以上有百分之十五至二十的罹患率；八十歲以上則有百分之三十的罹患率。

中央社記者黃彥瑜新竹市二十五日電

# 失智患者的居家照護意外

- 有位失智奶奶把家人為她準備的藥連同包裝塑膠殼一併吞服，經過胃鏡檢查的一番折騰後才取出。
- 一位失智爺爺不知何故鑽入住家旁邊二十四公分寬的夾縫內，受困十三小時獲救後早已體力透支，但對為何鑽縫及一切經過則是毫無記憶。
- 失智患者誤食紙尿布被噎死的事件，甚至還有誤將老鼠藥當餅乾與外勞一起分享而雙雙送醫急救的消息。



# 給他們一個安全的家

這些意外看來或許讓人不解，甚至啼笑皆非，然而對於**認知功能早已退化及受損的失智患者**來說，思考能力及判斷力的喪失，常使他們難以保護自己，甚至不知傷害何以造成，著實令人同情與不捨。

能留在熟悉的家中對於失智患者是很適合的照顧模式，但畢竟患者腦部的退化讓他們無法像正常人一樣有**正確的思考與判斷**，**照顧者必須對失智症有足夠正確認知**，才能做好各項防範準備或安全規劃，不至於讓原本安全的家反而處處充滿危機，更喪失了居家照顧的本意

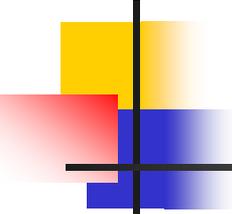
(作者傅慈菁為社團法人台灣失智症協會專員，失智症關懷專線 0800-474-580，台灣失智症協會 [www.tada2002.org.tw](http://www.tada2002.org.tw))



# 失智症不會直接造成死亡

---

- 多數是死於其他的併發症，所以開始是大腦記憶力不好，慢慢的行動緩慢手腳僵硬，運動神經系統也開始不行了，造成大小便失禁，最後躺在床上，但是很多人都還沒倒臥床的階段，就因為**意外災害而死亡**。
- 台灣65歲以上非失智老人的死亡率約為10%，但是**失智老人的死亡率卻高達50%**。



# 失智症長者常見的安全問題 (1)

---

## 於疾病之早期

1. 外觀不易察覺: 在患病初期，病人的表現因對不熟識的人而言似乎相當正常，病人雖有認知上的缺陷，但除非是身邊熟悉的人，否則不易察覺。
2. 預防意外事件: 走失，開車意外，財務損失，家庭糾紛等



## 失智症長者常見的安全問題 (2)

---

### 於疾病之中期

1. 心智功能明顯退化但活動無礙。
2. 這個時期家人較不會讓病人單獨外出，病人也不再工作，這時期常發生的危險是家中的意外傷害，如跌倒、中毒、服藥過量、燙傷、誤食、走失、虐待、照顧者耗竭、家庭糾紛、暴力、引起火災等等。



## 失智症長者常見的安全問題 (3)

---

### 於疾病之後期

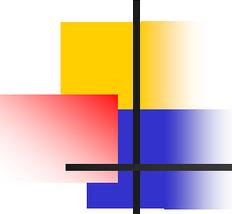
1. 重度/極重度失智：心智功能嚴重退化但無法自行活動。
2. 意外事件預防：吸入性肺炎、褥瘡、感染等。



# 疾病早期意外事件之預防(1)

1. 「走失」、「迷路」：是失智症患者常見的症狀，尤其在輕中度時期，因患者的活動力尚強，常常家屬一不小心，轉眼之間患者就走出視線範圍，速度之快，有時讓家屬防不勝防。而患者被發現時，通常無法明確說出基本資料，身上也沒有足夠的資訊，警察因而無法為患者找到回家的路。

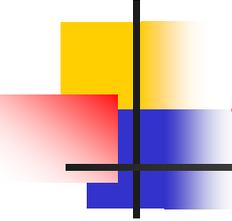
台灣失智症協會秘書長湯麗玉



# 如何預防走失

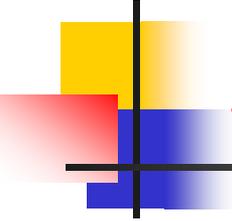
---

- 1) 為預防起見，可在病人外出時，在其口袋中放入寫明姓名、地址、電話、聯絡人及記載有關病人記憶之卡片，或寫在手圈上較為明顯易見，以便迷路時有人可以協助。



## 如何預防走失

- 2) 為了預防這些不幸意外，「愛的手鍊」、「指紋精靈」等都是失智症患者不可或缺的重要社會資源，無論是透過手鍊編號連線即查知走失者資料，或每個人獨有、不變的指紋特性，都能幫助縮短協尋時間，降低走失的風險。



## 如何預防走失

- 3) 家屬在確定失智診斷之後即應進行下列準備：如申請愛的手鍊、捺印指紋、在患者所有皮包放家人名片、讓可信任的鄰居親友了解患者狀況、時常為患者拍照以備不時之需、使用衛星定位服務等。另外陪伴患者就醫時，儘可能有兩位家人陪同，以免在人群中迷失。



## 疾病早期意外事件之預防(2)

---

### 2. 交通事故

病人可能無法了解交通號誌，對距離的判斷不正確，也可能無法統合各種外在的訊息及刺激而容易分心。

### 3. 其他意外

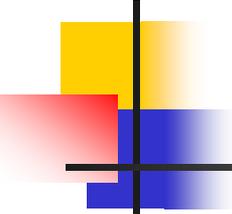
在此階段家人也須注意，病人是否會因判斷的偏差而造成一些意想不到的危險，故平常家中最好有人。



# 疾病中期意外事件之預防(1)

---

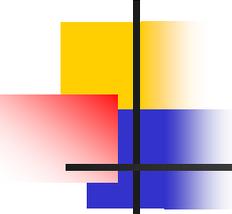
1. 跌倒：失智症患者在判斷力及注意力較差的情況下，再加上夜晚常起來遊走，且其反應較慢，所以比一般老人更容易發生跌倒的危險。



# 如何預防跌倒

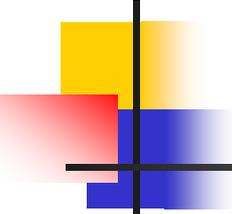
---

- 1) 首先要有安全的環境，環境要盡量簡單而固定，所有的通路、房間走道、樓梯間、浴室不要有雜物堆積，不要打臘以防跌倒，地毯或踏墊應有防滑裝置。
- 2) 家具方面應用重而不易移動的家具，失智症患者在熟悉的環境中較容易適應。



## 如何預防跌倒

- 3) 浴室方面應該浴盆邊及淋浴的地方、馬桶邊均加裝扶手，這些裝置能幫忙病人保持平衡、避免跌倒。淋浴時使用穩固的椅子，可能比站著淋浴會讓病人較安全。浴室中不可留置電器，且浴室及地板最好加裝防滑設備。
- 4) 樓梯與通道應加裝扶手，可增加病人走路及爬樓梯之安全。



## 如何預防跌倒

---

- 5) 樓梯的防滑條及地板不同平面最好以對比易見的顏色做區別。
- 6) 充足的光線可使病人看清地面以防跌倒。
- 7) 臥房中的擺設亦應簡單而固定，常用的物品應放在明顯的地方。最適合的床的高度是病人坐於床緣，膝蓋90度下垂腳可平放在地板。



## 疾病中期意外事件之預防(2)

---

### 2. 中毒、誤服錯藥：

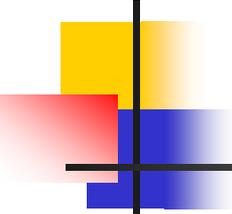
失智症患者有時會有十分好的胃口及好奇心，但失去了判斷東西是否可食的判斷力，應而會有誤食清潔劑、肥皂、藥品、香菸、別針、樟腦丸等的情形。



# 如何預防中毒、誤服錯藥

---

- 1) 家中有毒的物品要鎖好，清潔劑藥品也要收好、以防病人看見了引起吃的慾望。
- 2) 危險物品如別針、鈕扣、剪刀及任何尖銳的東西都要收好，以避免病人誤食或傷害自己。



## 如何預防中毒、誤服錯藥

---

- 3) 冰箱中的食物也要注意是否過期或變壞，病人有時會吃生的東西如肉類等，所以生的東西也要包裝好並收好。
- 4) 服藥安全也應注意，因病人常有多服或錯誤服用的情形。



## 疾病中期意外事件之預防(3)

---

### 3. 燙傷、火災

此時期的失智症患者，常因記憶力退化而忘了關電源、關爐子、瓦斯等。

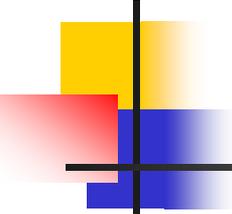
病人根據冷熱穿脫衣服的判斷力，可能已喪失。



# 如何預防燙傷、火災

---

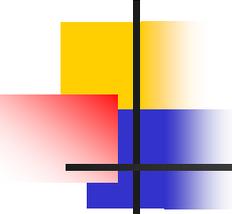
- 1) 檢查電源、關爐子、瓦斯等開關，並維持屋內煙火警報器之功能。
- 2) 家人應代為注意病人穿脫衣服的判斷力，避免不小心受凍或中暑的情形。



## 如何預防燙傷、火災

---

- 3) 病人可能不會調冷熱水的溫度，易有燙傷的情形，將熱水龍頭的水溫控制在攝氏49度(或華氏120度)以下，以防病人燙傷，同時並注意病人洗澡之水量及洗澡的情形。
- 4) 有些原來吸煙的病人若沒有有人在旁邊，則不要讓他吸煙。從一些小事的關心及預防，便可減少意外事件的發生。



# 失智者居家環境

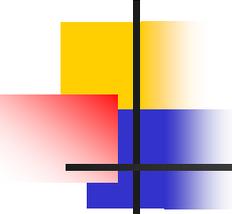
- 失智者由於認知功能的退化，越來越無法照顧自己，身為照顧者，您需要依失智者在行為與身體功能上的變化，適度調整照顧方式。
- 在居家環境安排方面，需要照顧者與家人特別留意，以防止意外的發生，保障生命與財產的安全。
- 除此之外，居家環境安排能提供失智長者適度的刺激與活動，讓失智長者在環境中能感到自在與安定，將失智長者仍存有的功能發揮到最大，降低依賴性，進一步可以減少問題行為及照顧者的壓力，提昇生活品質。台灣失智協會



# 對居家環境之一般原則 (1)

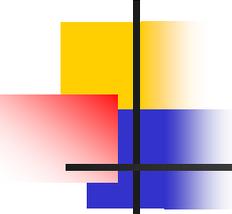
---

1. 熟悉的環境：在失智者愈熟悉的地方，其獨立功能愈高。改變環境時，失智者的生活功能明顯下降，且需要比一般人更長的時間才能適應。



## 對居家環境之一般原則 (2)

2. 支持性的環境：了解失智者認知功能的障礙，並經由環境細心安排支持其功能的執行。例如：失智者找不到廁所，造成尿溼褲子的窘狀，我們可在廁所外貼上「廁所」兩大字，或者畫一個馬桶，另外隨時把廁所的門打開，令失智者可以自行找到廁所。貼心的安排能幫助失智者維持生活功能，同時提昇自尊及生活品質。



## 對居家環境之一般原則 (3)

---

3. 安全的環境：我們很難預測失智者會出什麼意外狀況，若能「未雨綢繆」留意住家的安全，將有助於減少意外發生。安全、無障礙的環境可令失智者覺得比較安全，同時比較願意自由移動。



## 對居家環境之一般原則 (4)

---

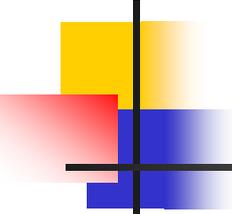
4. 適度刺激的環境：失智者自發性較低，需要在環境中提供適度刺激，以增加其活動度及生活參與度。如播放老歌，失智者可隨著哼唱，增進愉悅情緒。



## 對居家環境之一般原則 (5)

---

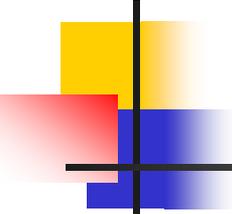
5. 量身訂作的環境：依據失智者的過去背景、認知及身體功能的改變，適時將環境作一些調整，將有助於降低照顧壓力及意外的發生。



## 失智者居家環境安排之一：一般環境

---

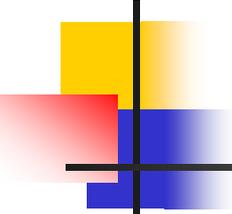
- 1) 家裡失智長者原本熟悉的房間、空間應儘量保持原樣，但如果為了安全考量而有所變動時，應以最少變動為原則。
- 2) 在失智長者經常往來的空間，應有提供人、時、地定向感的指示，如清楚的且字體大的日曆、家人照片、大時鐘、可看見戶外景觀之窗戶等。



## 失智者居家環境安排之一：一般環境

---

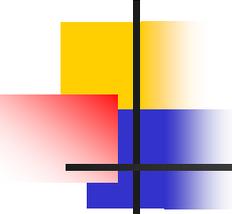
- 3) 對於有走失之虞的失智者，可在門上放大型壁畫、海報或貼壁紙，將門加以掩飾，令門看起來像牆壁的一部份，可減少失智者使用門的機會，避免在家人不注意時自行出門。
- 4) 門鎖可使用需要技巧才能打開的鎖，或在失智長者碰不到的高度加裝另一個門門，也可避免。



## 失智者居家環境安排之一：一般環境

---

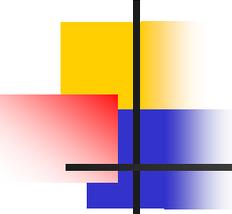
- 5) 若家中空間足夠，可在室內或庭院安排一條安全的遊走迴路，讓失智者有散步空間，沿路可以放置吸引人的物品等。藉由環境改造增加活動量，可消耗體力，促進夜間睡眠及食慾。
- 6) 失智者主要活動與休息空間應注意是否有令其不安之噪音干擾，應做適度調整。



## 失智者居家環境安排之一：一般環境

---

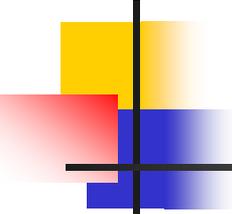
- 7) 將危險及貴重物品收於長者看不到或拿不到的位置，必要時予以上鎖。可於百貨公司或賣場之居家安全用品專櫃採購櫃子的安全鎖。
- 8) 牆壁和地面避免令人眼花撩亂的圖樣。



## 失智者居家環境安排之一：一般環境

---

- 9) 用兒童安全插頭把所有未使用的電源插座蓋住。
- 10) 避免使用延長線，若必須使用時，應將延長線固定好，避免絆倒。



## 失智者居家環境安排之一：一般環境

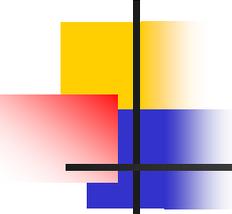
---

- 11) 家中物品擺放整齊，家具必須穩固，走道淨空。
- 12) 移除所有小塊地布。
- 13) 確保室內足夠光源，但勿太刺眼反光。



## 失智者居家環境安排之二：廚房

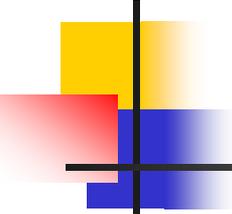
- 1) 可安裝具安全開關的瓦斯爐，以及瓦斯外洩偵測器。
- 2) 地板要注意防滑，必要時廚房門加鎖，避免失智者進入。
- 3) 冰箱可加裝安全鎖，避免打開冰箱未關上，造成困擾。
- 4) 尖銳器具放在具安全鎖的櫥櫃中，必要時清潔劑也要收好。
- 5) 滾燙的食物放在安全處，避免失智者因缺乏判斷力而燙傷。



## 失智者居家環境安排之三：樓梯

---

- 1) 注意樓梯間的照明，避免太暗看不清階梯或太亮反光。
- 2) 階梯要注意防滑，可在樓梯靠牆邊加裝扶手、每階梯上貼止滑條。
- 3) 樓梯間勿堆積雜物，以利失智者通行。



## 失智者居家環境安排之四：臥室

---

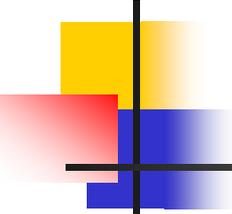
- 1) 失智者及照顧者的臥室應盡量安排在地面層，若不得已在樓層上，應注意窗戶、陽台等的安全性，避免意外跌落。可在窗框加裝活動鎖，使窗戶只能打開部份，避免失智者不慎跌出窗外。
- 2) 夜裡可使用小夜燈，特別是通往廁所的走道上，儘可能明顯易到達。



## 失智者居家環境安排之四：臥室

---

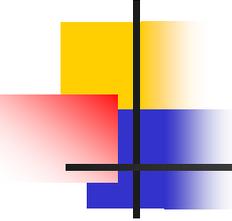
- 3) 對於上下床稍不便的失智者，可將床靠牆或將床墊放在地板上，並在床旁放置穩重的傢俱以利扶持，可避免上下床跌倒機會。
- 4) 使用電熱毯、電暖器等物品時要避免燙傷。可採用安全性較高的電暖器。



## 失智者居家環境安排之五：浴廁

---

- 1) 不要把失智者單獨留在浴室。
- 2) 在浴缸或淋浴間貼上止滑條。
- 3) 浴缸和馬桶座旁應設置有扶手，且扶手顏色應和牆壁成對比，這樣會比較容易看見扶手。



## 失智者居家環境安排之五：浴廁

---

- 4) 應使用冷、熱合一的水龍頭，同時調整熱水溫度在中溫，避免燙傷。
- 5) 使用夜燈，讓失智者晚上容易找到廁所。



## 失智者居家環境安排之六：出入口

---

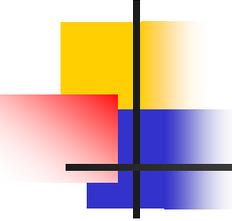
- 1) 避免使用小地毯，以預防跌倒。
- 2) 出入口可使用粗質的止滑板或貼上止滑條，避免滑倒。
- 3) 避免堆積雜物，以營造無障礙的出入通道。
- 4) 住家入口應容易辨識，如標示姓名或失智者熟悉的裝飾。



## 失智者居家環境安排之七：庭院

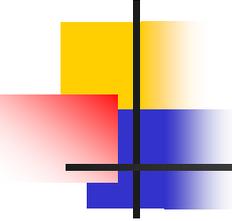
---

- 1) 庭院植物應不具毒性或帶刺，避免誤食或受傷。
- 2) 使用和庭院綠化相稱的圍牆或籬笆，避免失智長者直接看到戶外而有想往外走的衝動。



## 失智者居家環境安排之七：庭院

- 3) 庭院可設置迴路供失智者遊走，沿路可設置吸引其興趣的物品及可供休息的桌椅。
- 4) 種植失智者喜歡的花卉、蔬菜，或畜養家畜、寵物，可和失智者一同照顧這些花草動物，能增加其活動及功能，同時可促進彼此間的關係。



## 專業人員的諮詢建議

---

- 因為每位失智者之失智程度、主要症狀及生活習慣不盡相同，且隨著病程發展，需要持續評估及調整。必要時，您可尋求專業人員的諮詢建議，或使用台灣失智症協會之諮詢專線0800-474-580