

淺談失智照護

林怡君*

林先生是個業務經理，從小行員逐步晉升到經理職位，工作時認真嚴謹，對部屬和善但不失威嚴，頗受部屬與客戶之好評，今年剛過完 64 歲的生日，預計明年要退休了。林先生的同事發現，和林先生進行專案設計討論時，常常將 A 專案的內容講到 B 專案，需要提醒後才發現錯誤，這樣的狀況最近頻繁發生。林先生自己也感到困擾，明明專案討論是自己最拿手的，會針對主題激盪出不同火花，但最近總是把不同專案內容搞錯，或是記錯開會時間或地點。林太太也覺得先生不太對勁，以前放假會相邀爬山或到花市逛逛，但最近放假常常在家發呆不想出門。這樣的狀況持續，直到隔年退休。退休後林先生記憶力更退化，常常搞錯日期而錯過與朋友的飯局，也因為這樣常常與太太爭執親戚聚會日期或地點，太太也發現林先生會跟自己重覆談一些過去的事。

林太太覺得不太對勁，和在外地工作的兒子討論後想帶林先生到醫院看神經內科門診。林先生剛開始非常抗拒，認為自己沒有生病，太太和兒子一同安撫說明，建議到醫院做個健康檢查，才願意被動配合。醫師聽完林太太的描述，又問了林先生在家的生活及活動狀況，安排了抽血、核磁共振以及心理師檢查，建議檢查後再回診。回診時醫師告知林先生得了早期失智症，林先生聽到醫師的話後沉默不語，林太太和兒子雖然早有心理準備，卻也感到沉重。

失智症的案例雖不如癌症診斷常見，但一旦發生，時常會對病人本人及家人造成重大衝擊，也因為對於失智症的不了解，病人及家人更是會手足無措、不知從何面對。失智症不是正常老化，是一項不可逆的疾病，儘管如此，但及早發現、及早期介入安排各項活動，能夠盡可能延緩退化並維持認知功能的最好狀態。失智症的早期可以藉著按時服藥維持當下的認知功能。藥物只是其一，生活的規律化也很重要，建議安排失智者規律參加社區活動，而非待在家中無所事事，救國團的課程、社區鄰里長主辦的活動、或是社區的失智據點都可以考慮。

* 本文作者係高雄醫學大學附設中和紀念醫院護理長。



林先生看診完回家後，林太太將時鐘與日曆都放在明顯的位置，讓林先生可以明確知道現在的時間與日期。林太太同時在桌旁放上一個空白行事曆，記錄聚會時間。另外，林太太也會帶著林先生到社區失智據點參加活動。半年後，林先生在據點可以主動協助課程活動進行，會帶回手做小物放在客廳，在家話變多，情緒也變好了，在太太邀約下開始恢復假日爬山的行程。因為客廳明顯易見的日期與時間佈置、桌邊清楚的聚會計畫登記，林先生減少跟太太發生爭執。林太太自己每個月也參加失智據點的座談會或家屬課程，知道更多失智照護的情報，也在過程中認識類似處境的朋友，有時候累了會互相關懷安慰，讓照顧者負擔的情緒找到出口。在目前的醫療現況，失智是一個難解的課題，失智者與家人的負擔更是他人所困難體會，豐富的社會資源、旁人的援手或一聲暖心問候，有時就是支撐當事者的那一股重要力量，期待我們都能成為提供溫暖的那一人。