

友善失智 正視遺忘者的價值

蕭巧昱 文

2018/05/13

半夜遊走、出門迷路、認不出自己的子女、不斷重複已經進行過的動作，這些是失智者的枷鎖與夢魘，也是他們逃脫不了的日常。相較於顯現在身體上，或是不容易透過肉眼一眼看出的病症，在社會上，失智症患者的「脫序」似乎受到了更多異樣的眼光，在「異於常人」的形象下丟失他們理應擁有的同理與尊重。



失智者常被賦予異樣眼光，缺少應有的關懷與公平對待。（圖片來源 / Pixabay）

失智冷漠 無法忽視的社會悲歌

2018年屏東基督教醫院拍攝一部街頭實驗影片，紀錄一般民眾如何面對在街上反覆問路、認錯人、看似胡言亂語的失智症患者。片中大多數的民眾都選擇冷漠離開，或是投以異樣的眼光，而非給予協助或採取行動，真實反應出一般人對失智症患者的不了解與下意識的排斥、畏懼。除了這部一針見血的實測影片，在各個媒體與消息流通的平台上，失智症患者也常被賦予負面的形象，人們將他們的行為視作光怪陸離，媒體把這些行為聳動化再作為奇文刊登，像失智症患者因記憶力下降而不斷重複買東西的情況被汙名為偷竊者，在街上迷失方向四處問路的行為被當作騷擾等等，失智症患者的形象變得片面，也為他們日後遭受的冷漠對待埋下隱因。

然而失智症已是一個完全不可擋的現象，近年來由於醫療科技的進步，加上衛生、經濟及營養狀況的提升，相較以往，人類的壽命得以延長，能活到80、90歲，甚至100歲的人數都已非罕見，但也因此面臨高齡化社會所帶來的挑戰。隨著年紀增大，罹患失智症的風險也會增高，依據2017年國際失智症協會 (ADI) 的資料，全世界平均三秒就會診斷出一個失智症患者，80歲以上的年長者五位中就會有一位罹患失智症，全球失智症人口在2050年人數將高達1億3150萬人，失智症的照護成本也將在2018年突破1兆美元。各種數字再再顯現出失智症人口將持續攀升的事實，在世界是如此，在高齡化現象盛行的台灣更是不容忽視，面對這樣盛行率高，且在未來社會不可避免的重量級現象，除了準備好因應的計畫與設施，更重要的是宣導、教育與學習友善，正視並尊重失智症患者，重拾面對他們時應保持的正確心態。

屏東基督教醫院面對失智症患者的街頭實測影片。(影片來源 / [1953PTCH屏基](#))

越辯越失控？ 學會用心聆聽

「對失智者來說，真理不會越辯越明，只會越辯越失控。」照顧95歲高齡失智父親的房婧如曾在著作《華香散處——49天安寧照護的生命回顧》中這樣寫到。衰老並不只有身體退化，失智也不是只有記不得人這麼簡單，失智終究是一種疾病，伴隨著精神行為的異常，每個人的情況都不太相同，也很難有標準的照護方式，反而需要根本地從同理心出發，並在心態上接受並嘗試理解他們的行為開始。

除了藥物治療，失智症也有許多非藥物的治療方式，不僅是失智症患者家屬，也是一般大眾所應該嘗試去了解的。在非藥物的治療方式中，「認可」與「同理」其實佔據了其中一個重要的類型，最著名的便是由國際著名失智專家斐爾 (Naomi Feil) 所提出的確認理論。確認理論是一種與失智症患者溝通技巧之一，原則便是尊重失智症患者的言語與非言語表達，在評斷行為對錯之前先用心聆聽他們的需求與提出的問題，以同理的角度接受他們所認定的事實，藉此促進溝通，避免不必要的衝突，也接受他們的表達方式，進入他們的世界建立信任感，幫助失智症患者們恢復自信。在確認理論的基礎下盡量做到不和失智者爭

國立交通大學機構典藏系統版權所有 Produced by IR@NCTU

辯，不過度分析或在他們的話語，用非語言的方式去「感覺」，而不是用邏輯與理性與他們相處。在這樣的相處模式下可以減少患者們的負面情緒與行為，對他們的心情、互動情況都有正面的影響，也能有效改善他們的生活互動品質。

重拾自信 失智者專屬職場

撇除心理的認同，在許多國家也嘗試提供失智症患者一個能讓他們勞動、再度投身職場的機會，一如荷蘭及日本的失智農場。失智症患者能在失智農場中從事簡單的生產工作，像是種植蔬果、飼養動物等等，也能在農場提供的大自然環境中自由活動，不但能增進失智症患者的體能、提升人際互動，也能為患者們建立自尊心，在患病後給予他們一個嶄新的生活重心，讓他們透過不同的方式融入社會，建立自我價值。

不只國外擁有這樣的失智友善空間，台灣也在今年正式成立全台第一家年輕型失智者咖啡館——「Young咖啡坊」，為許多還有工作能力的失智症患者提供一個友善的工作場域，在能真實展現自我的情境下發揮潛能，為患者們重拾自信。而在2017年的國際失智症月時，台灣失智症協會也在萬華開設過一間期間限定的店鋪——「驚喜甜點店」，雇用失智但仍保有工作能力的患者做店員，期望透過甜點販賣的方式，讓參與活動、來店用餐的客人能更認識失智症，包容失智者偶爾的錯誤，以友善的態度與互動，協助失智者建立自信，也讓民眾看見他們溫情可愛的一面。





全台第一家失智者咖啡館——「Young咖啡坊」。(圖片來源 / 台灣失智症協會)

失智農場、失智咖啡館、甜點店除了給予失智症患者更友善、符合患者能力的工作環境外，也提供一般大眾與失智症患者接觸的機會，從中理解他們的行為模式、思考方式，了解他們仍有能力獨立自主、把事情做好，也擁有一般人的心智，能為社會做出貢獻。透過親身體會與同理心，給予失智症患者們更多的包容、尊重，以及真誠、耐心的對待。

同理與尊重 友善包容護你我

面對任何一種疾病，撇除藥物上的治療，更重要的仍是擁有一個正確的心態與給予適當的尊重，在影響日常生活表現尤為明顯的失智症上更是如此。即便心理並不完全能影響生理表現，但在互動與彼此對話的過程中，如果能保有一份包容、一份尊重，其實更不易被患者非本意所表現的一些脫序行為影響，在更友善的環境中獲得更正向的回應，患者也能有更自信的表現。友善失智者，給予所需的照護與支持，讓他們感覺到尊嚴、受尊重、平等對待，即是給予失智症患者最真誠的支持與鼓勵。



記者 蕭巧昱



編輯 鄭仰珉

年輕也失智？科技便利的雙面刃

幸運是我 徬徨裡租一份真情

病人自主 決定生命最後一哩路