

# 脱抑制行为

本帮助手册介绍了影响脑退化症患者抑制能力的行为变化。其中包括可能的原因，以及患者家人和照护者寻求帮助的方法。

脑退化症影响人们的方式不同，脑退化症患者的行为或情绪状态发生变化十分常见。

脑退化症会影响一个人的抑制能力。这意味着他们可能会停止遵守与行为举止有关的社会规则。脱抑制行为可能看起来很笨拙、粗鲁或无礼。

这些行为会给患者家人和照护者带来巨大压力。当一个曾经很注重隐私的人表现得无所顾忌时，这可能会特别令人沮丧。

## 脱抑制行为的类型

- 笨拙或粗鲁的言论。针对另一个人发表不恰当评论。脑退化症患者似乎是在故意让对方难堪或骚扰对方。
- 与性相关的评论。与别人不合时宜地调情或发表与性相关的评论。
- 脱衣服。在不适当的时间或地点脱掉衣服。
- 抚摸自己。忘记社会规则，患者可能会在公共场合触摸自己的生殖器。
- 冲动。危险驾驶或对伴侣、家人或朋友恶语相向。

## 可能的原因

行为变化的原因有很多。每个脑退化症患者都会以自己的方式对环境做出反应。

有时，某种行为可能与大脑的变化有关。或者环境中可能有某些因素会触发该行为。也可能是因为一项任务过于复杂，或患者感觉不舒服。

患者的脱抑制行为可能会给人造成困扰。请记住，这些行为与脑退化症的影响有关，并非患者故意伤害或有意冒犯任何人。

了解引发行为变化的可能原因可以帮助您找到方法，防止这种行为再次发生。

**意识混乱。**脑退化症会使一个人混淆周围人的身份。如果患者认为他们的照护者或孩子是自己的配偶，他们可能会做出不当行为。

**不适。**患者的一些行为，比如在公共场合脱衣服或抚摸自己，可能是由不适引起的。例如，如果感觉太热或衣服太紧，他们可能会脱掉衣服。尿路感染和瘙痒可能会导致患者触摸他们的生殖器部位。

**记忆丧失。**有些患者可能已经忘记了他们在哪里、如何保持谨慎、如何穿着得体，甚至忘记了衣服的重要性。他们可能需要上厕所，但忘记了洗手间在哪里或如何使用。

**定向障碍。**脑退化症会导致患者对一天中的时间或他们所在的位置感到困惑。定向障碍可能意味着他们开始准备洗澡或睡觉。

## 可以尝试做些什么

- 寻找行为背后的原因。了解患者为何会出现特定的行为将帮助您更好地应对。
- 安排去看医生。医生可以检查患者的某种行为是否由身体疾病、药物副作用或不适导致。且可以相应地提出建议。
- 回应时保持耐心。尽量不要反应过度，即使患者的某种行为可能令人非常尴尬。请记住，行为是疾病的一部分。
- 适当的肢体触碰。如果合适的话，可以尽可能多地进行肢体触碰，例如抚摸头发、拥抱或按摩手臂。这是一种有爱的缓解焦虑和提供安慰的方式。
- 分散注意力并重新定向。如果他们做出不当的性行为，温和地提醒他们这种行为是不恰当的。带他们去一个私密的地方，或者尝试做一些其他事情来分散他们的注意力。
- 整理服装。考虑给患者购买不带拉链的裤子或其他衣物，以降低出现不当行为的风险。

## 给家人和照护者提供的支持

患者的脱抑制行为可能会给家人和照护者造成困扰。这些行为是脑退化症的表现，并非患者故意为之。请记得照顾好自己，并定期休息。

- 与照护对象的医生讨论您对其行为变化的担忧，以及这种变化对您和您照护对象的影响。
- 拨打**全国脑退化症帮助热线1800 100 500**，了解支持服务和教育计划，包括照护者支持小组、心理咨询服务以及其他服务和计划，以帮助您了解和应对脑退化症患者的行为变化，并保持您的健康和福祉。
- 拨打**脑退化症行为管理咨询服务热线1800 699 799**。当脑退化症患者出现的行为变化影响其护理和照护者时，该服务会提供相关支持。

## 其他阅读资料和资源

- 澳大利亚脑退化症协会帮助手册：行为变化  
请访问：[dementia.org.au/help-sheets](https://dementia.org.au/help-sheets)
- 澳大利亚脑退化症协会图书馆服务  
请访问：[dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- 澳大利亚脑退化症协会支持  
请访问：[dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- 澳大利亚脑退化症协会教育  
请访问：[dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

### 更多信息

澳大利亚脑退化症协会提供支持、信息、教育和咨询服务。

**全国脑退化症帮助热线：1800 100 500**

**翻译服务：131 450**

访问我们的网站：[dementia.org.au](https://dementia.org.au)