

治疗和沟通方法

本帮助手册介绍了当脑退化症导致患者的记忆、思维或沟通能力发生变化时，家人和照护者可以尝试的治疗和沟通方法。这些方法可以帮助您提供尊重和有尊严的支持。

脑退化症会影响一个人的记忆力、思维能力和语言能力。许多患有脑退化症的人都有以下经历：

- 进行性记忆力减退
- 近事记忆和过去记忆的融合
- 组织和表达思想的能力下降
- 逐渐丧失口头表达能力。

这些变化可能令人沮丧，并导致不确定性、信心丧失和挫败感。

以下治疗和沟通方法可能有助于建立自尊心，并为患者提供安全感和支持。您可能已经在本能地使用这些方法，只是没有意识到它们的正式名称。

确认疗法

当您所照护的患者出现严重的短期记忆丧失，且无法再进行智力性思考或理解他们的现状时，确认疗法会很有用。

发生这种情况时，他们可能会回到过去：

- 解决未了却的冲突
- 重温过去的经历
- 从现实中抽离。

使用确认疗法意味着你接受患者正在经历的事情。体谅他们的感受，避免质疑他们眼中的现实。

例如，患有脑退化症的人可能认为他们正在等待他们（现已成年）的孩子放学回家。与其质疑他们，不如回应：“他们是很棒的孩子，你一定感到很骄傲吧。”这可能是一个回忆对方孩子小时候的机会。然后您可以慢慢地将注意力转移到另一个话题上。

确认疗法的好处包括：

- 培养同理心
- 建立信任
- 建立安全感
- 减少冲突和压力
- 维护他们的尊严和自尊。

音乐疗法

当脑退化症影响交流时，可以使用音乐活动。通常当沟通能力消失时，人们仍然可以享受熟悉的歌曲和曲调，唤起过去的记忆和感受。

音乐活动可以成为家人和照护者应对行为变化的一种方式。要使这些活动产生积极影响，了解一个人对音乐的喜好很重要。

根据具体情况，您可以：

- 播放录制的音乐
- 听收音机
- 一起唱歌、跳动或跳舞
- 演奏乐器
- 邀请朋友参加
- 参加音乐会。

音乐治疗师还可以为出现极其复杂行为的人提供帮助。

追溯往事

追溯往事是一种回忆过去的方式，通常是积极有益的。即使脑退化症患者无法用言语进行表达，他们仍然可以体验到过去的快乐。如果他们不开心，它也可以是转移注意力的一种方式。

虽然回忆过去可以提供一种平静和幸福感，但它也可能会唤起痛苦和悲伤的记忆。如果发生这种情况，对患者的反应保持敏感是很重要的。如果他们的痛苦变得不可承受，那么最好让他们参与另一项活动来缓解他们的焦虑。

制作一本回忆纪念册

制作回忆纪念册是你们可以一起完成的回忆活动。它可以记录您朋友或家人人生中的成就。家人、朋友和照护者可以通过纪念册来了解患脑退化症的人。

这是一本视觉日记，类似于家庭相册，可以包括照片、信件、明信片、证书、纪念品、故事和图画等具有纪念意义的东西。

制作纪念册的小贴士：

- 考虑种类，带有塑料保护膜的大相册会很耐用。可以使用iPad或平板电脑创建数字纪念册。给照片加上标题，作为脑退化症患者的记忆提示。
- 保持布局简单，每页一个主题，两到三张图片。

以下内容可能有助于你们开始纪念册的制作：

- 脑退化症患者的姓名和最常使用的名字
- 他们的出生地和生日
- 照片以及他们父母和兄弟姐妹的名字
- 照片以及他们子孙的名字和生日
- 他们的伴侣和婚礼的照片
- 亲朋好友和宠物的照片
- 患者曾经居住过的地方
- 他们学生时代的照片
- 他们的职业
- 爱好和兴趣

- 最喜欢的音乐
- 假期剪影和明信片
- 信件和证书
- 他们的家族图谱和关于特定事件的短篇故事。

纪念册可以为那些定向障碍越来越严重的患者带来极大的快乐和自豪感。

从哪里获得帮助

全国脑退化症帮助热线

全国脑退化症帮助热线是一项免费电话服务，为您提供信息、建议、心理咨询和照护者支持。咨询有关家庭和照护者的支持小组和计划。

拨打电话：**1800 100 500**

访问：dementia.org.au/helpline

照护者门户 (Carer Gateway)

照护者门户 (Carer Gateway) 提供免费实用的信息、资源、教育和心理咨询，为护理人员提供支持。

拨打电话：**1800 422 737**

访问：carergateway.gov.au

其他阅读资料和资源

- 澳大利亚脑退化症协会图书馆
请访问: dementia.org.au/library
- 制作一本回忆纪念册
请访问: discrimination.dementia.org.au/create-family-book
- 澳大利亚脑退化症协会支持
请访问: dementia.org.au/support
- 澳大利亚脑退化症协会教育
请访问: 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