

# 幻覺和錯誤想法

本幫助手冊介紹了腦退化症患者可能出現的幻覺和錯誤想法，例如多疑和妄想。其中包括症狀可能出現的原因，以及為患者家人和照顧者提供的應對方法。

腦退化症影響人們的方式不同，腦退化症患者的行為或情緒狀態發生變化十分常見。

患有腦退化症的人有時會出現錯誤的感知或想法。儘管幻覺和妄想是想象出來的，但對於經歷它們的人來說，它們是非常真實的。並會引起極度焦慮和恐慌。

## 幻覺和錯誤想法的類型

**幻覺。**幻覺是無法被其他任何人證實的感官體驗。通常一個人會看到不存在的東西（例如另一個人）或聽到其他人聽不到的聲音（例如說話的聲音或可怕的聲音）。但其實幻覺可以涉及任何感官。

**妄想。**妄想是一種強烈的想法，不基於現實或事實，而被認為是真實的。患者可能有被竊取錢財或財產的妄想。或有被害妄想。

**多疑。**多疑意味著擁有不切實際的看法。

多疑的例子包括：

- 覺得其他人要害自己，或自己擁有超人的力量
- 懷疑有人拿走他們的東西，並指責他人偷竊或藏東西
- 指責伴侶不忠，從而害怕並拒絕伴侶的照顧。

**誤認**腦退化症患者可能會誤認他人或自己。有時他們會不認得自己的伴侶。或被自己的倒影嚇到，以為是另一個人。抑或認為收音機或電視上的聲音是由房間裡的人發出的。

## 可能的原因

腦退化症會降低大腦解釋和理解訊息的能力。它還會導致記憶問題，從而導致多疑、妄想和錯誤想法。

如果患者沒有意識到自己的記憶力變差，他們可能會編造一個故事或解釋，將責任歸咎於其他人或事。

這是可以理解的，因為他們可能：

- 對近期發生的事沒有記憶
- 覺得東西會「消失」
- 忘記解釋
- 聽不懂對話。

可能導致幻覺和錯誤想法的因素包括：

- 感官問題，例如視力不佳或聽力不佳
- 忘記戴助聽器或眼鏡而造成的意識混亂
- 藥物副作用
- 精神疾病
- 陌生的環境
- 影響視力的昏暗燈光
- 身體狀況，例如感染、發燒、疼痛、便秘、貧血、呼吸系統疾病、營養不良和脫水
- 不熟悉的照顧者
- 打破熟悉的日常生活習慣
- 一次發生太多事情導致感官上超負荷。

## 與患者的醫生談談

幫患者預約檢查，弄清楚可能引發這種行為的原因。醫學檢查可以幫助識別身體或精神問題。醫生還可以檢查藥物可能產生的副作用，包括僵硬、顫抖和嗜睡。

## 應對幻覺和錯誤想法的技巧

- 如果患者告訴您一些看似錯誤或不真實的事情，請保持安靜或中立。
- 調查他們的懷疑是否屬實。
- 回應話語背後的感受。患者可能會被自己的妄想和幻覺嚇到。
- 有些幻覺和錯誤想法，如果不造成傷害且不增加煩躁行為，可以忽略。
- 建議與患者一起尋找遺失或丟失的物品。找到患者經常藏東西的地方，先進行檢查。
- 嘗試分散對方注意力，可以聽音樂、做運動、活動、與朋友交談或翻看舊照片。
- 如果恰當，且能安撫對方，您可以嘗試身體接觸。
- 保持患者處於熟悉的環境之中。如果患者必需搬家，確保將他們熟悉的東西搬到新地方。
- 確保患者家中有良好的照明，包括夜燈。
- 盡量保持患者規律的日常生活習慣，避免經常更換護理人員。
- 將行為變化記錄下來。這可以幫助您找出規律或觸發因素。您可以利用此資訊調整自己的應對方法。
- 針對經常遺失的物品，例如鑰匙或眼鏡，保留一套備用。

請務必記住，行為變化是由大腦疾病引起的。腦退化症患者有時無法控制自己的行為。

## 給家人和照顧者提供的支援

患者的行為變化可能會給家人和照顧者帶來困擾、挫敗感、內疚、疲憊和惱怒。這些感覺很正常。從理解您的家人、朋友、專業人士或支援團體那裡尋求幫助和支援。

- 與照顧對象的醫生討論您對其行為變化的擔憂，以及這種變化對您和您照顧對象的影響。
- 撥打**全國腦退化症幫助熱線1800 100 500**，了解支援服務和教育計劃，包括照顧者支援小組、心理諮詢服務以及其他服務和計劃，以幫助您了解和應對腦退化症患者的行為變化，並保持您的健康和福祉。
- 撥打**腦退化症行為管理諮詢服務熱線1800 699 799**。當腦退化症患者出現的行為變化影響其照顧和照顧者時，該服務會提供相關支援。

## 其他閱讀資料和資源

- 澳洲腦退化症協會幫助手冊：行為變化  
請瀏覽：[dementia.org.au/help-sheets](https://dementia.org.au/help-sheets)
- 澳洲腦退化症協會圖書館服務  
請瀏覽：[dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- 澳洲腦退化症協會支援  
請瀏覽：[dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- 澳洲腦退化症協會教育  
請瀏覽：[dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

### 更多資訊

澳洲腦退化症協會提供支援、資訊、教育和諮詢服務。

**全國腦退化症幫助熱線：1800 100 500**

**翻譯服務：131 450**

**瀏覽我們的網站：[dementia.org.au](https://dementia.org.au)**