

# 反抑制行為

本幫助手冊介紹了影響腦退化症患者抑制能力的行為變化。其中包括可能的原因，以及患者家人和照顧者尋求幫助的方法。

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。

腦退化症會影響一個人的抑制能力。這意味著他們可能會停止遵守與行為舉止有關的社會規則。反抑制行為可能看起來很笨拙、粗魯或無禮。

這些行為會給患者家人和照顧者帶來巨大壓力。當一個曾經很注重私隱的人表現得無所顧忌時，這可能會特別令人沮喪。

## 反抑制行為的類型

- 笨拙或粗魯的言論。針對另一個人發表不恰當的評論。腦退化症患者似乎是在故意讓對方難堪或騷擾對方。
- 與性相關的評論。與別人不合時宜地調情或發表與性相關的評論。
- 脫衣服。在不適當的時間或地點脫掉衣服。
- 撫摸自己。忘記社會規則，患者可能會在公共場合觸摸自己的生殖器官。
- 衝動。危險駕駛或對伴侶、家人或朋友惡語相向。

## 可能的原因

行為變化的原因有很多。每個腦退化症患者都會以自己的方式對情況做出反應。

有時，某種行為可能與大腦的變化有關。或者環境中可能有某些因素會觸發該行為。也可能是因為一項任務過於複雜，或患者感覺不舒服。

患者的反抑制行為可能會給人造成困擾。請記住，這些行為與腦退化症的影響有關，並非患者故意傷害或有意冒犯任何人。

了解引發行為變化的可能原因可以幫助您找到方法，防止這種行為再次發生。

**意識混亂。**腦退化症會使一個人混淆周圍人的身份。如果患者認為他們的照顧者或孩子是自己的配偶，他們可能會做出不當行為。

**不適。**患者的一些行為，比如在公共場合脫衣服或撫摸自己，可能是由不適引起的。例如，如果感覺太熱或衣服太緊，他們可能會脫掉衣服。泌尿道感染和瘙癢可能會導致患者觸摸他們的生殖器部位。

**喪失記憶。**有些患者可能已經忘記了他們在哪裡、如何保持謹慎、如何穿著得體，甚至忘記了衣服的重要性。他們可能需要上廁所，但忘記了洗手間在哪裡或如何使用。

**定向障礙。**腦退化症會導致患者對一天中的時間或他們所在的位置感到困惑。定向障礙可能意味著他們開始準備洗澡或睡覺。

## 可以嘗試做些什

- 尋找行為背後的原因。了解患者為何會出現特定的行為將幫助您更好地應對。
- 安排去看醫生。醫生可以檢查患者的某種行為是否由身體疾病、藥物副作用或不適導致。且可以相應地提出建議。
- 回應時保持耐心。盡量不要反應過度，即使患者的某種行為可能令人非常尷尬。請記住，行為是疾病的一部分。
- 適當的肢體觸碰。如果恰當，可以盡可能多地進行肢體觸碰，例如撫摸頭髮、擁抱或按摩手臂。這是一種有愛的緩解焦慮和提供安慰的方式。
- 分散注意力並重新定向。如果他們做出不當的性行為，溫和地提醒他們這種行為是不恰當的。帶他們去一個私密的地方，或者嘗試做其他事情來分散他們的注意力。
- 整理衣服。考慮給患者購買沒有拉鏈的褲子或其他衣物，以降低出現不當行為的風險。

## 給家人和照顧者提供的支援

患者的反抑制行為可能會給家人和照顧者造成困擾。這些行為是腦退化症的表現，並非患者故意為之。請記得照顧好自己，並定期休息。

- 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)**