

失智症患者的復健



高雄醫學大學附設中和紀念醫院

失智症友善專區衛教資訊高齡醫學團隊

失智者患者主要是腦部功能受損，以認知障礙為主要症狀，包括記憶力、判斷力、人時地定向感辨識、語言功能及執行步驟功能障礙等問題。

失智症的治療，在早期包含藥物治療、腦力的認知訓練及家人對失智症的認識及共同面對失智症的態度。當病友有較多的情緒行為上的症狀，也增加了照顧者的壓力及困難度。因此，失智症患者的復健是評估病友目前的狀況，而根據病友現有的能力與家人共同努力。

失智症復健是一個整體的復健，從腦力的活動如打牌、或是懷舊治療、音樂治療、生活上之平衡安排，建立生活的規律，簡化生活中活動的難度及適當的環境，都可以讓失智症的病友從做中學，而且減少照

顧者的壓力。

在失智症患者的運動，盡量選擇失智症患者有興趣、有能力執行的有氧運動，如散步、騎腳踏車、爬樓梯、游泳或是園藝治療等，同時依據患者的體力適度進行。可以利用家中常見的物品，如持保特瓶礦泉水來做重力訓練，增進患者的肢體肌肉力量，另太極拳、跳舞也可用來加強平衡訓練，對失智症患者預防跌倒，甚有助益。

當失智症患者逐漸衰弱時，使用生活輔具以利生活，議可改造環境為無障礙空間，都有助病友繼續居家生活及維持獨立生活功能，另可把常用物品做好標示及明確的步驟指示，簡化的環境都有助於失智症患者完成執行生活上的挑戰。

失智症患者的復健，是患者、主要照顧者、醫療

人員及社會資源共同努力合作的結果。

精神科教授暨主治醫師 陳正生