Alzheimer Society
BRITISH COLUMBIA

May 2012

兒童/青少年與腦退化症患者
(CHILDREN/TEENS AND DEMENTIA)

發現身邊的人患上腦退化症，還要學會怎去應付，對所有人來說都可以是很困難的事情。對兒童和青少年來說就更困難了。我們會自然地希望保護兒童和青少年免受這些困擾，但專家指出，我們是應該向他們解釋實際情形的。

- 兒童/青少年往往能體會別人的情緒和壓力，即使他們不明白後面的原因。因此讓他們知道問題的原因可讓他們安心。
- 如果讓兒童及青少年知道某人的行為是出於疾病，而並非故意做成或由他們所引起，即使實情或叫人不安，他們都會感到較安心。
- 如果兒童/青少年日後才發現真相，他們或會埋怨當時未有機會讓他們面對問題，即使實情有多令人傷感。

兒童及青少年面對腦退化症患者的時候，或會：

看到至愛的親人變成這個模樣而**傷心**。

為患者的將來感到**害怕或焦慮**。

每次聽到對方重覆說同一個故事或問同一些問題而感到**煩厭或無聊**，但又因為自己這樣想而自責。

跟患者一起出外時會感到**尷尬**。

對「身份的轉換」，要照顧那些曾經照顧自己的人感到**混淆**。

感到**失落**，患上腦退化症者似化乎變了另一個人，也不能跟以前一樣與他們溝通。

因為其他家人要照顧患者而冷落他們，他們或會感覺**憤怒或被忽視**。

Alzheimer Society of BC Provincial Office

300 - 828 West 8th Ave. phone：604.681.6530 www.alzheimerbc.org

Vancouver, B.C. V5Z 1E2 toll-free：1-800.667.3742 info@alzheimerbc.org

Alzheimer Society
BRITISH COLUMBIA

如何幫助兒童及青少年處理情況

- 盡可能坦白跟孩子談論這病。要用清楚、簡單的解釋。舉一些他們可以觀察到的實際症狀例子，並要解釋症狀的成因。
- 向他們提供適合他們年紀的單張、書本或網站。也要鼓勵孩子多點自己找資料看。
- 孩子或會害怕自己或父母也會患上腦退化症。要安慰他們，告訴他們這病是不會「傳染」的。
- 要有耐性和不停重覆自己的解釋及提供答案。
- 要以冷靜及不批判的態度去回答問題。
- 願意聆聽孩子的說話，保持溝通。
- 要安慰孩子，告訴他們你會陪他們一起面對困難。
- 有時候孩子會覺得是自己令親人患病。要向他們解釋這病不是某個人的錯，叫他們不要內疚。
- 讓孩子知道他們的感受是正常的。
- 多與孩子同渡美好的時光。
- 讓孩子有自己的時間，以及與友人相聚的機會。

教導兒童及青少年一些與患者溝通的方法

- 說話要清楚。
- 用溫柔的語調。
- 要微笑，及用上其他面部表情、身體語言以及手勢。
- 要有眼神接觸。
- 從正面與他們說話。
- 說話時可輕輕擁抱或觸著他們的手，加強溝通。
- 直接叫出他們的姓名，吸引他們的注意力。
- 如果他們記不起你的名字，要自我介紹。

Alzheimer Society
BRITISH COLUMBIA

讓兒童及青少年參與協助腦退化症患者

- 強調花時間與患者相處和用愛心去接納他們是最重要的。
- 如果可行的話，可讓兒童/青少年協助照顧患者，或參與其活動。這有助他們感覺是有份參與。但不要給他們太多責任或用上他們太多時間，因為兒童/青少年必須有他們自己的生活。
- 盡量讓他們與患者相處的時間過得愉快。
- 讓兒童/青少年明白他們的參與能幫助患者，並且是你所讚許的。
- 兒童/青少年與患者一起拍照，可令大家有個美好的回憶。
- 不要把照顧患者的責任全交給兒童/青少年，即使祇是一段短的時間，除非你可以肯定他們能應付任何突發情況。

一些兒童/青少年與患者可以一起進行的活動

- 散步。
- 玩簡單的遊戲或砌圖。
- 寫記事簿或造一個回憶箱。
- 一起看相片。
- 一起聽音樂。
- 一起看故事或報紙。
- 一起做簡單的菜或包點。要小心使用鋒利的用具及避免危險情況。
- 一起摺衣服、抹地、剪印花，或做簡單的家務。
- 一起緬懷過去。

Alzheimer Society
BRITISH COLUMBIA

兒童/青少年有困難面對情況的先兆

跟焦慮有關的症狀：發惡夢、難以入睡、渴望受注意或進行騷擾性行為，或出現不能解釋的痛楚。

- 兒童/青少年或需要支持，因此要多讓他們表達內心感受。如果你感到憂心，可以與學校輔導員、其他治療師或你的家庭醫生商談。

成績退步：常常不開心的兒童/青少年或較難集中精神，以至成績退步。

- 有這種情況的話，可以讓孩子老師明白他正面對的情況。你也可以協助他做功課。

表現得完全不受影響：如果兒童/青少年表現得異常漠不關心或樂觀，他們可能正在把憂慮埋在心底，或強作無礙。

- 可鼓勵他們談論狀況及表達感受，也要與他們分享你的感受。

表現不開心，常哭：兒童/青少年或會表現得非常不開心，並長時間需要你的關心。

- 嘗試每日給他們一點時間把心底話說出來。

逃避：年紀較大的兒童/青少年或會逃避，較常把自己關在房間中或外出流連。

- 他們或會感到尷尬去說出自己的感受，或覺得成人不會明白。他們需要知道你愛他們，亦願意聆聽他們的心底話。所以要多花時間與他們一起，讓他們知道你願意給他們時間。

.