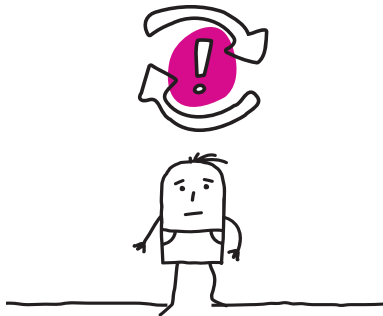


重複

REPEATING



為什麼會發生這種情況？

有阿茲海默症或失智症的人可能會：

- 記不起他們剛剛說的話或剛剛發生的事情
- 因為他們感到緊張或害怕，所以他們重複問問題或說事情
- 難以說出他們需要或想要什麼



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2019 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90ADPI0024-01-00)
Traditional Chinese



<https://www.dshs.wa.gov/dac>

有阿茲海默症 (疾病) 或失智症 (症狀) 的人經常提問，或一遍又一遍地講述相同的事情。雖然這令人沮喪，但並沒有害處。他們不是故意這樣做的，這種行為是由大腦中的變化而引起的。

您可以做些什麼？

想想有什麼可能的原因會造成他們一直重複：

- 是不是換了新環境？周圍是不是多了不熟悉的人？他們身處在可能引起恐懼的地方？
- 他們忘記了問題已被提出或被回答
- 他們想要您的注意，所以要您的關注
- 也許他們以不同的方式表達他們的需求... 飢餓，關心某人或某事，或要用洗手間

接受此行為

- 保持冷靜和耐心。他們不能被改變，所以您需嘗試改變自己
- 不要爭論或試圖糾正他們
- 深呼吸... 要記住疾病是導致這種行為的原因
- 每次被問到時都冷靜地回答問題
- 不論這個故事被講了多少遍，在他們每次講故事時保持微笑

使用其他工具做提醒

- 使用時鐘，照片或其他物品來幫助提醒重複的問題
- 在他們經常看到的地方張貼筆記或日程表
- 設置一個大的“白板”，以便您可以依據需求寫上和劃掉訊息

幫助方法：

- 聽音樂，看電視，散步，或找一些他們喜歡做的事情，讓他們把心思放在其他地方
- 先想想他們的感覺，提醒自己這不是他們的錯
- 等到時間快到了再告訴他們會讓他們緊張的事情，如看醫生，洗澡或外出
- 如果您累了並可能會有負面情緒，您可以在他們安全的情況下，走去另一個房間透透氣