

## 與認知障礙症患者溝通

患上認知障礙症後，患者的溝通能力會在某個階段受到影響。患者可能：

- 很難表達
- 大聲重複
- 聽不懂別人說甚麼
- 弄不清詞句的含義
- 開始用他們的母語說話。

對話的雙方都會很難受，您可能會發現很難保持冷靜。如果發生這種情況，請勿對自己太苛刻，需要時可以休息一下。

### 清晰、冷靜地溝通的方法

- 溝通之前，要獲得對方充分注意。確保房間安靜，例如關閉電視或收音機。
- 確保溝通的雙方能夠盡可能看到對方、聽清對方。
- 保持助聽器和眼鏡清潔。定期更新眼鏡度數。
- 仔細聆聽。如果對方不明白，就重複所講的內容。
- 如果對方聽不懂，就以比平時稍慢的速度講述。使用短而簡單的句子。
- 請勿像對孩子那樣和對方說話，要有耐心並尊重對方。和對方說話時請勿表現好像對方不在場。
- 儘量確保您的身體語言開放和放鬆。
- 儘量避免說話尖銳或提高嗓門。如果您變得沮喪，就離開房間，直到您感到平靜。
- 如果對方用另一種語言交談或在英語和其他語言之間轉換，口譯員，或智能手機或平板電腦上的翻譯或應用程式可以協助。
- 讓對方有足夠時間回應——對方可能需要更多時間來想出如何回應。
- 即使為了協助對方表達，亦儘量不要打斷對方，因為這可能會破壞交流的模式。
- 如果你不介意，身體接觸有助展示您關心對方。如果感覺合適的話，握住對方的手或以手臂摟住對方，這可以讓人感到非常安心。



與別人討論您的情況可以幫助您獲得處理變化的新想法。請參閱 **HS10CHI 為照顧** 認知障礙症患者的人提供支援，從能夠為您提供建議和實際支援的人獲取建議，——[alzheimers.org.uk/get-support/information-in-your-language](https://alzheimers.org.uk/get-support/information-in-your-language)



我們將竭誠為您服務。如果您擔心 dementia，請來電諮詢，電話：**0333 150 3456**。將您的語言告訴顧問，顧問隨後會與口譯員一同回電給您。



如需尋找您所在地區的親身面對面和網上支援，請瀏覽 [alzheimers.org.uk/dementi DIRECTORY](https://alzheimers.org.uk/dementi DIRECTORY) 這包括文化和宗教團體。