

情感淡漠 或漠不關心被定義為被動，並且缺乏興趣和熱情。失智症患者可能會失去他們以前感到有趣的活動或愛好。他們往往有困難想出活動的主意，或可能會更多地依靠別人來想出事情來做。情感淡漠是失智症最常見的症狀，並且患有失智症的人通常是不留意或不受它困擾的。

情感淡漠會為家庭帶來很多問題。家庭可能會有困難習慣患者的被動若果他/她曾經是積極和活躍的。家庭可能擔心患者是悲傷的，因為情感冷漠往往於抑鬱症類似，但不是每個人有情感淡漠也是抑鬱的。家庭可能投入了大量的精力來與失智症患者互動，這個過程可能會是勞累和沮喪。他們可能會覺得自己失敗，因為他們沒法能夠令到患者變得更加活躍。患者往往需要別人幫助來策劃，建立，並開始活動。隨著病情的發展，他們將需要更多的幫助來做簡單的事情。最後，家人會擔心患者的缺少活動會導致其他健康問題。

事實是，情感淡漠是很難醫治的。沒有藥物可以用來治療情感淡漠，雖然 Donpezil

（患有失智症的人使用的）有時可以改善冷漠。但在許多情況下，使一個人活躍和感興趣的大腦區域（額葉）會被失智症影響到。失智症患者可能無法自己發起任何活動，雖然他們可能能夠參與一旦有人幫助他們啟動某項活動。有時候，失智症患者需要幫助才能保持專注於一項活動。有時，以前能夠吸引患者注意力的活動會變得更加複雜，而這對患者來說，要繼續進行這活動是很困難的。這並不意味著患者“只需要加培努力”：而是他們真的不能活動或表現出以前熟悉的興趣或熱情。

### 可以幫助到您的東西:

- 不要以為患者對以前的活動和興趣仍然感到熟悉;那些活動可能以變得過於困難和複雜。
- 接受情感淡漠是失智症的一種症狀，盡量不去想患者是懶惰。想辦法體會現在患者減少動力和興趣的情況。
- 不要指望失智症患者會建議事情來做。
- 盡量不要讓這成為你和患者之間衝突。衝突對各方也沒有利！
- 考慮簡單的身體鍛煉，如散步是比較“簡單”。
- 嘗試不會令患者沮喪的簡單活動。例如，大塊的拼圖，坐在車上，聽音樂，和排序，折疊或堆放物品，這些是患者可能喜歡做的例子。
- 當他們有困難完成任務的時候，請留意並提供足夠的幫助，使在沒有您們接手下順利完成任務。例如，如果患者有困難開始一個拼圖，你可能會告訴他們把顏色分類，然後分開邊緣的塊件等。
- 不要問自由回答的問題，因為那可能會導致病人說“不”或“無”。例如，不要問“你今天想幹什麼？”而問：“我們今天散步時你想穿什麼外套？”

- 設置有常規的活動。例如，嘗試每天晚飯後打牌。知道會發生什麼事情可以讓患者的生活更容易。
- 活動不必有創意或複雜的。像梳洗，幫助做家務，並分享一個安靜的時刻也可以是有意義的日常活動。
- 考慮家以外的日間保健計劃，老人中心，或有受過訓練的失智症照顧者在場的老年人運動計劃。這會給你時間休息，往往失智症患者會與“陌生人”有更多社交比起家庭成員。
- 對於住在護理中心和不想參與集體活動的患者，問，詢問活動總監可不可以在房間裏提供單對單的活動。
- 失智症協會的網站有一列患者可能會享受的活動：  
[www.alz.org/living\\_with\\_alzheimers\\_101\\_activities.asp](http://www.alz.org/living_with_alzheimers_101_activities.asp)

## 能令活動更加有娛樂於的提示：

- 能幫助失智症患者做事情的溝通提示：
  - 避免自由回答的問題：
    - 與其說，“你今天想幹什麼？”
    - 說：“我們去散步了。你想步行到公園或咖啡室？”
  - 提供有限的選擇：
    - “您想做火車拼圖或狗拼圖？”
    - “我們應該玩21點或骨牌？”
  - 請他們幫助：
    - “你能幫我疊這些毛巾嗎？”
    - “你能幫我把這些硬幣分類嗎？”
  - 叫他們嘗試：
    - “你不妨試一試？”
  - 利用視覺提示;告訴他們你希望他們做什麼。
  - 使用觸覺提示;把物件放在他們的慣用手，並提供手在手援助以幫助他們開始。
  - 給予鼓勵和積極的意見：
    - “做得好”
    - “謝謝你的幫助”
    - “我喜歡你這樣做”
- 如何設置活動環境的溫馨提示：
  - 限制能分散注意力的東西：
    - 關掉電視和/或收音機
    - 找一個沒有很多其他活動正在進行的安靜的地方
    - 除去或隱藏在工作空間上的任何雜物
  - 設置活動所需的物品：
    - 考慮物品使用的次序
    - 考慮物品的性質：
      - 物品的大小是否適合患者來處理
      - 物品是否可能會容易被丟失或意外地誤食？

- 物品是否鮮豔和/或與背景有明顯的對比？
  - 物品是否有趣和有刺激性？
- 考慮個人的舒適度：
  - 環境是否太熱或太冷？
  - 他們有沒有用過洗手間和/或最近吃過任何小吃？
  - 如果他們需要休息，附近有地方可以坐下嗎？
  - 他們在別人面前會感到尷尬或自卑嗎？
  - 他們在身體活動之前需要藥物止痛嗎？