

親愛的，別擔心！

失智症，雖然會讓你忘記很多事情，但我會幫你記得！

我會陪你回顧我們共同走過的足跡，直到生命盡頭！

## 前言

此讀本是由社團法人台灣失智症協會所出版，主要是介紹失智症，書中介紹了失智症分類、診斷、症狀、預防和治療，讀完後對失智症有更加一層了解，書本外觀所下的標語『親愛的，別擔心！失智症，雖然會讓你忘記很多事情，但我會幫你記得！我會陪你回顧我們共同走過的足跡，直到生命盡頭！』以第三者的角度來看，隱含了罹患失智症所帶來的擔憂、照顧者的堅強及如何面對疾病的適應陪伴，夾雜著沉重但又有堅強後盾陪伴的安心。

在閱讀過程中聯想到剛看完的一部日本電視劇(大戀愛～與忘記我的妳)，旨在描述從罹患早發性阿茲海默症病到末期的罹病過程。劇中主角是位不到 40 歲就被診斷為早發性阿茲海默症的女醫師，因其特殊身份而引發筆者好奇心，想去了解如何適應及面對疾病的進展，劇中呈現出的阿茲海默失智症狀剛好可以和書中的描述相呼應，更加深了對失智症的記憶。此外，患者在面對疾病後期的因應策略更啟發了一些思考。

## 早發性失智症之疾病適應

年輕型失智症，常不易被發現、被診斷出來，當面對診斷時除了震驚外可能會瞬間覺得自己的身份被剝去，雖然失智症早期症狀還不至於影響失智者過日常生活，但多數人或許缺乏知識去應對疾病帶來的挑戰如：家人可能會擔心她的安全、不能自己出門而影響到其例行工作及社交圈，久之讓失智患者有障礙和孤立的經驗，抑或是因為失智症患者擔心親友可能會對自己症狀的負面反應而使得和親友的關係逐漸疏遠，慢慢抽離社交互動。或許因為劇中主角本身醫療人員的背景，使其對疾病症狀敏感性較高，除了早一點獲得確診、接受罹病的事實外，面對疾病的適應顯得較正向積極、及早規劃未來，協助她更順利過渡至新的狀態。縱使劇中女主角可預期失智症將對自己造成的改變，但隨著疾病進展面對記憶、日常生活能力的退化，因而產生憤怒、忌妒、猜忌、不信任、孤立感的情緒，更彰顯支持系統及周邊資源的重要性，包括病人的先生、母親、共同友人和醫師。

## 啟發～保有自尊的末期生活

因一場意外遺失了自己的小孩而不自知，讓患者再次驚覺疾病已不斷的進展及聯想到後續可能會帶來的傷害及影響，除了感到自責選擇了離家獨自在異地生活，站在家屬的角度除了擔心外，可能還參雜著些自責或不諒解，但了解劇中主角的動機是要保留自尊，不想讓最愛的家人和年幼的小孩看到自己晚期缺乏自尊和沒有品質的生活，因此在得知病情惡化進展到中度時就開始規劃自己後續的生活，選擇離開家人，找一個自己喜歡的地方住下來，也有人可以照顧疾病後期的生活。引發筆者去思考到現實生活中實際可行度當然是有待商榷，畢竟並不是所有的失智者都可以繼續參與日常生活，越在失智症後期，失智者越難參與，甚至有些財務問題，讓病人無法獲得服務和資源。

在書中也提到當疾病進展到中重度時，病人的生活品質的確每況愈下，甚至末期已失去自主意識，或許為了讓病人保有最後的自尊及穩定的生活品質，除了推廣失智症之疾病認識及預防外，也可思考當病人疾病開始有變化時可介入一些後續應對策略或規劃，讓病人及家屬可以慢慢接受疾病到末期帶來的衝擊，而病人也可以提早規劃如何度過想要的生存餘命，讓自己保留有尊嚴的生活品質，是

不是也會走向類似安寧療護的照護模式？就像 108 年通過的病人自主權利法，可以預立醫囑讓自己在生命末期還可以擁有決定權，讓病人保有最後的尊嚴，對家屬而言在照顧上也較不沉重？

### **結語**

罹患失智症後，會逐漸失去好多東西……，病人對於自己的需求和願望不一定能清楚表達，因此溝通就成了重要一環，和他們同住以及照護他們的人必須有耐心去聽懂其言下之意，當病人在講話的時候不要去打斷，避免其忘記剛剛說了什麼而亂了思緒，想著自己是不是又惡化了，進而讓自己更加焦慮。在工作上也遇過糖尿病病人罹患失智症，通常以老年人居多，每次病人回診時，看著失智症疾病的進展對比起罹病前的樣子，心裡還是會覺得一陣辛酸，更對家屬的長期陪伴、照顧感到敬佩。