

实况报道



—— 到五成的年长失智者会产生暴力行为，症状因人而异。虽然这些症状可通过科学干预诊断和治疗，但看护者承受各种压力，常沦为“隐形患者”。专家建议尽早干预，向看护者提供援助。

杜克—新加坡国立大学医学院研究显示，失智症护理过程漫长。一些看护者在照顾失智者五至八年后，发现病患开始频繁出现暴力行为。

报告也指多数看护者对失智症的演变缺乏了解，不清楚如何应对患者的暴力行为。

疼痛、睡眠障碍、感官损伤、急性疾病、药物副作用、心理困扰，入住养老院或医院等，都是导致失智者情绪不稳和出现攻击行为的原因。

医学院连氏慈怀研究中心研究员伊什瓦娅博士（Ishwarya Balasubramanian）告诉《联合早报》，失智者常无法表达需求或感受，情绪沮丧通常与需求未被满足有关。

她解释，失智者难以完成吃饭、洗澡等日常活动，“尿布脏了，情绪低落等困扰，可能触发他们辱骂、打人等暴力行为”。

失智亲人的暴力行为，会让看护者产生强烈的失落感，甚至觉得丢人。

由于病患无法正常沟通，甚至无从辨认家人，看护者久而久之会陷入无助之中。“一些看护者可能将患者捆绑起来，但这也让他们感到不好受。”

杜克—国大医学院今年6月发布的研究调查显示，本地近半数看护者在照顾失智症家人时，曾用皮带等工具束缚他们的行动。

应尽早向看护者伸出援手

报告指出，看护者在照顾严重失智症家人方面，仍缺乏支持和资源。

伊什瓦娅博士指出，即使聘请帮佣协助照顾，如果帮佣没受过专业培训或缺乏同理心，也很难与失智者建立互信关系。

失智者一旦有暴力倾向，就可能影响帮佣正常工作，迫使雇主频频更换帮佣，造成恶性循环。“过度依赖帮佣，会让家庭看护者无法独立照顾患者。”

一些国际组织曾建议，社会应定期为看护者进行抑郁和疲劳筛查，并给予经费支持。

伊什瓦娅博士认为，通过心理干预和社会支持可有效减少看护者的压力。

她指出，心理干预旨在改变看护者对护理情境的反应。比如，认知行为疗法可帮助看护者提高适应能力，更能容忍病患犯错，“即便需求不合理，也能更好地满足病患的需求，并积极看待生命价值”。

医学院老龄化研究与教育中心高级研究员玛骆博士（Ad Maulod）指出，应在发病初期启动对失智者护理人员的支持措施，包括公共健康教育、临时护理、日间护理服务和资源引介，而不是等到“危机”发生后。

他建议，新加坡有丰富的照顾失智者的信息资源，但看护者可能没精力获取。“社会应设法把资料送到他们手里。家庭主要看护者也可与治疗师了解、商量各类需求。”

新加坡管理大学学生事务总监郑宝莲教授表示，失智症需要专业医疗干预，但许多人将失智症误认为是衰老的一部分，导致病患不及时寻求帮助，错失早期医疗和社会干预的机会。

她指出，失智者的护理需求巨大且难度高，单靠家庭很难胜任。由于患者无法表达对看护者的感激，看护者的沮丧和疲劳逐渐加重，对未经专业培训的帮佣来说，挑战更为艰巨。



看护者的“我问天”……
亲情何以继续
当记忆渐渐归零

6月5日，一名88岁失智症老翁涉嫌以利器刺死74岁妻子，事件引发公众对有暴力倾向的失智者，以及他们的看护者的关注。

随着新加坡人口老龄化，年长失智者不断增加。一些病患在某阶段会出现言语暴力和攻击行为，给家庭和疗养院带来巨大压力。有疗养院因担心影响其他病人，或因资源不足而拒绝接收这类病患。

本期《实况报道》从医学、心理学和社会学角度探讨失智症问题，疗养院和照顾者则讲述各自面临的挑战。

插图／张进培



◀除了为年长者提供卡拉OK、保健运动、打乒乓、手工、缝纫等康乐活动，圣安德烈活跃乐龄护理中心（勿洛北）也为失智者建造一个沉浸式虚拟互动体验室，带他们“走访”甘榜和旧职场，帮助他们唤起昔日记忆。（卓祿祿攝）



◀顾联护佣训练中心创办人陈惠然指出，有暴力倾向的中度失智者被疗养院拒收的概率很高。（卓祿祿攝）



▶照顾者联盟项目经理李福强指出，越来越多家庭成员成为失智症看护者，而他们常因缺乏专业护理知识而陷入困境。（照顾者联盟提供）

一些疗养院资源不足 拒收具暴力倾向病患

家庭和疗养院在失智者看护中都起着重要作用，但一些疗养院因人力和资金不足，拒收具暴力倾向的病患。

新加坡国立大学社会学系陈恩赐副教授认为，除了医学干预和治疗，还应为看护者提供培训，加强家庭和社区的支持，以缓解压力。

调查：本地满60岁长者每10人中有一个失智

心理卫生学院的调查显示，本地每10名60岁及以上者，就有一人患失智症。另有研究预测到了2050年，失智者可达18万7000人。

《联合早报》向五家大型疗养院查询拒收失智者的情况，其中四家婉拒受访。

顾联护佣（Carelink Caregiver）训练中心创办人陈惠然说，多数疗养院决定是

否接受病人入住时，会参考医疗报告、家访、疗养院的环境、设施和人力调配，以及家属的配合度，而不仅仅考虑失智程度。有暴力倾向的中度失智者被拒收的机率很高。

陈惠然有40多年护理经验，曾在中央医院紧急部门工作20多年，并担任过多家疗养院的护理经理。

他说，疗养院通常根据失智者的病情设计护理方案。若病况或暴力倾向加剧，如骚扰其他病人或员工、破坏病房设施，院方会加派人手照顾，并可能要求家属签协议书，授权限制病人的行动，若无改善，则建议转介精神科或老年医学科。

救世军安乐之家疗养院执行总监吴择明指出，他们的84%的员工至少参加过一次失智症护理培训，展示疗养院提供高

质量护理的承诺。这不仅改善护理患者的生活质量，也减少护理人员的共情疲劳和倦怠感风险。“这能使失智者待在社区的时间更长，避免早期住院的需要。”

救世军安乐之家疗养院教育总监埃弗里（Katie Avery）说，培训重点放在非药物管理，首先处理的是识别引发失智行为的因素。患者出现攻击性行为的触发因素包括身体不适、药物副作用、无法表达需求的挫败感，或任务过于复杂等。

“护理人员的反应至关重要，应以冷静方式回应，理解并尊重患者的感受，用清晰简单语言以防行为升级。”

新加坡失智症机构（Dementia Singapore）关怀服务主管陈友伟说，截至2023年3月，机构通过多种护理支持服务，协助超过6000名失智者及看护者。

尽管无法确定10年来是否有显著增

个案1

“不能让母亲把我们忘了 能记得多久就多久”

《联合早报》政治新闻主任何惜薇的母亲是失智者，曾被疗养院拒收。以下是她和家人看护母亲的经历和切身感受：

2023年4月24日，是我终身难忘的一天。我不仅乘坐三次救护车，还见证了失智母亲病情的急剧恶化。

父亲2017年去世后，母亲的生活失去重心，不久被确诊患上失智症，但病情稳定了几年。

去年4月24日，在日间托老中心接受治疗时，她突然袭击物理治疗师，一直嚷嚷要死。中心紧急将她安置在冷静室，但情绪未见好转。我和女佣只能带她乘救护车，到新加坡中央医院求医。

经过简单检查，医院确认母亲身体无大碍，可以出院，并写信证明她适合回到托老中心。

回家不久，母亲又嚷着要死，也不肯跟上门的普通科医生配合、拒服镇静药，医生只好写信推荐她到心理卫生学院。

因母亲情绪激动，我再次紧急召救护车。这次她坚持不让女佣同行，声称女佣要毒害她。委屈的女佣这才告诉我母亲经常打她，还卷起长袖上衣，让我看处处淤青的双臂。

那晚的心理卫生学院特别忙碌，接待闹自杀者、被扣上手铐的嫌犯、“常客”等，等了五个多小时才看到医生，但医生也无法确诊母亲的问题，并告知没有空床位。母亲已疲惫不堪，没再要生要死，我带着她第三次乘救护车回家。

随后几周，母亲和女佣如常到托老中心，我也如常上班，但总是战战兢兢，生怕再接到母亲打人的消息。

某天，母亲又嚷着要死并且绝食，这轮到姐姐带她辗转求医。母亲最后因严重脱水，在中央医院留医观察，医院社工判断家人无法照顾，建议让母亲入住疗养院。

考虑到疗养院的护理专员能更好地看护母亲，我和兄姐狠下心接受。

我们按照社工的建议，不敢挑剔疗养院地点，好不容易找到有床位的，疗养院却在我们辞退女佣后，拒绝让母亲入住。

原来疗养院打电话到中央医院查询母亲病情，在获知母亲有日落症候群，夜间会吵闹后而拒收母亲，让兄姐和我不知所措。

还好中央医院体恤我们，让母亲留医等待疗养院的接收。母亲先是去了离家较远且房间较拥挤的设施，后来转到住家附近、室友更少的设施。

转院当天，母亲在救护车里情绪十分不安，一直嚷着要神明保佑，让人揪心。幸运的是，母亲逐渐适应了疗养院的生活，但体力大不如前，也变得越来越安静。

目前，家人轮流探望，我们的唯一共同目标是：不能让母亲把我们忘了，能记得多久就多久。

个案2

三姐妹轮流顶上

熬了6个多小时的红豆汤，端到母亲面前，母亲却打翻到地上。

“失智症，让妈妈彻底变了一个人。”

10多年来，邝可人（57岁）与三姐妹轮流照顾失智母亲。她的母亲叶秀琼今年3月因肺部感染离世，享年88岁。

叶秀琼出生香港，性格外向，爱美食和卡拉OK。2010年确诊失智后，她仍爱搓麻将，常打赢姐妹们。

邝可人是新加坡现代企业管理协会执行秘书，工作忙碌，但依然照顾母亲。

她每天给家人煮饭，早上送母亲到

仍感叹假期不够用

日间托老所，晚上接回家。

去年10月，母亲跌倒后更虚弱，邝可人将她送到疗养院接受专业护理。去年底，母亲第三次感染冠病，健康恶化。

“母亲的失智病症加剧，经常闹着要回家，分不清白天黑夜，以绝食和自杀威胁看护者。疗养院有时不得不将她捆绑，并让她服用安眠药。”

邝可人回顾10多年来的看护经历，强调家庭支持的重要，但也期盼更多社会理解和支持。

“我希望须照顾失智家人的在职

者，可享受更多有薪假期和补助，才能安心上班。”

她解释，年长失智者常伴随多种慢性病，看护者须定期带他们做各种检查，很难安排在一天内，因此需要更多假期。

为看护者办培训课 提升照顾亲人能力

近年来，本地非盈利机构照顾者联盟（Caregivers Alliance Limited，简称CAL）为看护者开设培训课，帮助他们更好地照顾亲人。

CAL项目经理李福强说，联盟发现失智者人数增加后，许多家庭成员成为

看护者，但因缺乏护理知识常陷入困境。

联盟2019年开办失智者看护培训课，旨在帮助看护者区分失智症和自然衰老，并用科学方法应对失智者的言行。培训班数量从每年8个增至去年的35个。

随着新加坡人口老龄化加速，CAL正和人民协会、国家图书馆管理局、社区伙伴等机构合作，在更多地点开办培训课，方便看护者。

▶2023年6月，邝可人（右二）、小妹邝健霓（左一）、二妹邝莲芳（右一）一起为母亲叶秀琼庆祝88岁生日。（邝可人提供）

