

# 冷漠： 癡呆症的一個症狀

Apathy: a symptom of dementia

## 致癡呆症患者或照顧者

閱讀本指南以了解：

- 冷漠的道德
- 如何應對冷漠
- 何處充足更多信息

## 什麼是冷漠？

冷漠是癡呆症的一個病症。當一個人對周圍發生的事情失去興趣時，這是“冷漠”一詞的意思。雖然失去興趣卻不像一個行為問題，但照顧者可能會很難應對。

## 冷漠的跡像是什麼？

冷漠患者：

- 很難開始和完成一項任務。
- 對於好和壞的事情都沒有太多的情緒反應。
- 沒有興趣或精力。
- 對於周圍發生的事情不分享新意見或沒有好奇的表現。



一個冷漠患者對於這些病症可能不感到擔憂，但這並不意味著這些症狀不重要。冷漠妨礙了日常活動。它會使生活變得不太愉快，並可能會增加照顧者的壓力。

## 關於冷漠患者的常見傳說

× **傳說**：她不再做家務了。是不是懶惰？

✓ **事實**：研究大腦的科學家（腦神經學家）發現，冷漠的發生是因為大腦的動機神經通路出現問題。

如果100人患有老年癡呆症，那麼大約有70人會出現冷漠症狀。有時，冷漠的病症會發生在記憶力出現問題之前。

× **傳說**：他只是坐在那裡什麼也不做。難道他抑鬱嗎？

✓ **事實**：冷漠看起來很像抑鬱症。抑鬱和冷漠之間是有一些區別。

抑鬱症患者：

- 通常會感到悲傷，並且沒有太多的幸福感。
- 有罪惡感，絕望，毫無價值的想法，有時想死。

冷漠患者：

- 不在乎周圍發生了什麼事情
- 做活動時可以感到幸福或快樂。



**記住**：某些人可能同時患有冷漠和抑鬱症。如果您擔心某人患有這些症狀，請與您的醫生溝通。

## 治療冷漠有藥物嗎？

沒有藥物可以治療冷漠。

某些患有冷漠並且還有阿爾茨海默氏症的病患經使用膽鹼酯酶抑制劑已有成效。另外，興奮劑藥品已經在使用，但是還需要做更多的研究。

## 我該如何應對冷漠？

當照顧一個冷漠患者時，嘗試這些方法。

**找出為什麼冷漠患者不能做他們的日常活動。**

- 是他們已經忘了怎麼做活動？  
或
- 是他們忘記要做活動？

**善用時間表，日曆和提醒來建立一個簡單的常規。**

冷漠患者發覺一旦活動成為習慣，開始進行一項活動就變得更容易。嘗試：

- 將工作分解為較小的步驟。
- 定期外遊或參加活動節目。

**嘗試用不同的方式暗示開始做活動。**

例如，與其問：“您要去散步嗎？”不如問：“我們下午散步的時候到了。”並且遞外套和鞋子給他們。

善用他們仍然喜愛的事物來幫助他們行動起來。例如：

- 食物
- 探訪兒孫
- 音樂
- 電影

您可能會發現自己在照顧冷漠患者時變得不耐煩或苦惱。這是完全正常的。

## 尋求援助和支持。

- 加入一個互助小組，諮詢一位輔導員，或與一位好朋友傾訴。

## 需要時休息。

- 定時休息做您喜歡的事情。這樣做能更容易的有耐心。

## 何處可獲得更多有關冷漠和癡呆症的訊息

機構：加拿大阿爾茨海默氏症學會 (Alzheimer's Society of Canada)

網站：<https://alzheimer.ca/en/Home/Living-with-dementia/Understanding-behaviour/Apathy>

機構：加州大學舊金山分校 (University of California, San Francisco)

主題：額顳葉癡呆：緩解冷漠症狀 (Frontotemporal dementia: alleviating symptoms of apathy)

網站：<https://memory.ucsf.edu/behavior-personality-changes#Apathy>

UHN手冊：「舒緩照顧者壓力」 (Managing Caregiver Stress)

網站：[www.uhnpatienteducation.ca](http://www.uhnpatienteducation.ca)

- 點擊「瀏覽健康主題」（“Browse Health Topics”），然後點擊C等於「照顧者」（“Caregiving”）和「舒緩照顧者壓力」（“Managing Caregiver Stress”）

如欲獲取更可靠的消費者健康資訊，請聯繫

任何UHN的「患者和家屬圖書館」（Patient and Family Libraries）

訪問[www.uhnpatienteducation.ca](http://www.uhnpatienteducation.ca)，然後點擊

「使用我們的圖書館」（“Use our Libraries”）。

\*患者和家屬教育策劃嘗試隨時更新教育手冊，但請留意網站和網站鏈接有可能會變更。

如需更多健康資訊，請瀏覽UHN病人教育網站：[www.uhnpatienteducation.ca](http://www.uhnpatienteducation.ca)

請聯繫我們提供反饋意見，或索取本手冊其他版本，例如大字體或電子版本：[pfep@uhn.ca](mailto:pfep@uhn.ca)

---

© 2020 University Health Network. 版權所有。本資料小冊子只供參考之用，原意並非用來代替專業的醫療意見，診斷或治療。如有特別病情，請向你的醫療護理服務提供者查詢。這些資料小冊子只可複印一份，作為私人非商業性用途。

表格：D-5615A | 作者：Dr Iaboni and Maria Martinez, MSW, RSW | 編製：04/2020