

# 应对改变：交流

也有英文版 | Also available in English

这是一份面向华人社区的资源，是与加拿大华人社区中脑退化症患者的照顾者共同编写的。照顾者可以是为脑退化症患者提供支持的家庭成员、朋友或其他亲属。

## 本资源将提供以下方面的信息：



交流方面的常见改变，以及适用于脑退化症患者和照顾者的相关策略



言语语言治疗



## 交流方面的改变

脑退化症患者往往会经历交流方面的改变。这可能包括难以找到正确的用词、难以记住名字和其他细节、难以理解别人在说什么或跟上对话, 或者失去用第二语言进行交流的能力(对于双语者来说)。有一些策略和服务会有所帮助。

您可能会注意到:	适用于脑退化症患者的策略:	适用于照顾者的策略:
难以找到正确的用词	<ul style="list-style-type: none"> <li>指出或演示该动作。例如, 如果您想不出“牙刷”这个词, 您可以演示刷牙这个动作。</li> <li>如果您找不到正确的用词, 您可以说说这个词的意思。</li> <li>慢慢来。如果您感觉很着急, 就很难想出这个词怎么说。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>给对方时间并耐心倾听。</li> <li>要“以人为本”, 并做出调整, 以适应对方当下的需求。例如, 最好只是倾听, 或者建议某个用词可能会有所帮助。</li> <li><b>不要</b>纠正对方, 除非他们求助。</li> </ul>
重复短语和问题	<ul style="list-style-type: none"> <li>使用记忆辅助工具。例如, 笔记本、日历、白板和闹钟</li> <li>写下常见问题的答案以供查阅。例如, “周二中午打网球。”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>耐心回答问题。</li> <li>尝试将对方引导到新的主题或活动中。</li> <li><b>不要</b>感到沮丧, 或告诉对方他们在重复。</li> </ul>

您可能会注意到:

难以记住姓名或其他重要信息

适用于脑退化症患者的策略:

- 列出将与您一起参加活动的人员名单。
- 请朋友或家人提醒您这些名字。
- 对于重要的对话,例如看医生时,请携带讨论要点/问题清单。
- 要记住对话的详细信息,请做记录或询问是否可以将对话录音。

适用于照顾者的策略:

- 介绍一下您自己和其他人。例如,“您的孙子小健在这里。”
- 使用定向信息。例如,“你姐姐在卡尔加里的房子。”
- 询问对方您可以如何支持他们。例如,在医生问诊时做记录。
- **不要问**需要对方记起某些事情的问题。例如,“你还记得我的名字吗?”

“当我的岳父难以理解我的意思时,我会握住他的一只手。这时他似乎更注意我在说什么,有时还能回应。例如,当我问他‘你觉得冷吗?’时,我能感觉到他的手是否冷,他最后就可能会回答说‘不冷。’”

- 来自华人社区的照顾者

您可能会注意到:

适用于脑退化症患者的策:

适用于照顾者的策略:

难以理解他人  
或跟上对话

- 以小组或一对一的形式进行社交。
- 如果您听不懂谈话内容,请让对方放慢速度或重复一遍。
- 根据需要在谈话中间休息一下。
- 不要有背景噪音和干扰。例如,如果电视开着,请关上。如果您要见某个人,请选择一个安静的地点。

- 定期预约听力检查并确保在需要时佩戴助听器。
- 与对方面对面交谈并有目光接触。
- 一次专注于一个主题。
- 使用简短、简单且清晰的句子。
- 慢慢说,并留出充足的时间来回应。
- 提出可用“是”或“不”来回答的问题,让回答更简单。例如,“鸡肉好吃吗?”,而不是“晚餐怎么样?”。
- 提供有限的选择。例如,“喝咖啡还是喝茶?”
- 使用积极的非语言交流来帮助传达您的信息。例如,做手势、使用面部表情和触摸。
- **不要**使用消极的肢体语言和语气。

您可能会注意到:

回到自己的第一语言(可能是逐渐的也可能是快速的,并且可能会部分或完全丧失第二语言)

适用于脑退化症患者的策略:

- 如果说话困难,请使用非语言交流。例如,做手势、指向或使用面部表情。

适用于照顾者的策略:

如果您不会说这种语言,

- 利用你们的关系、您的直觉以及对其日常活动和偏好的了解来理解他们可能在说什么。
- 尝试解读对方的情绪和面部表情。
- 提出建议,因为对方可能仍然明白您的意思。例如,“你在找你的父亲吗?”
- 学习对方母语中的关键词。
- 使用在线翻译工具,例如谷歌翻译。
- 使用图片、符号和手势。
- 询问医疗或社会服务提供机构是否有工作人员会说您照顾对象的语言或可提供口译服务。

“有一位长期护理院的护士会说我岳父的方言。当那个护士在时,他能明白护士要求他做什么,比如去洗澡。这真的很有帮助,他平静了很多。”

- 来自华人社区的照顾者

## 治疗与服务

**言语治疗**由言语病理学家进行。言语治疗可以帮助那些难以找到正确用词的脑退化症患者表达自己和理解他人。言语病理学家可以与照顾者合作来改善双向交流。**请向您的家庭医生咨询有关转介的问题。**



### 注释

请在这里的空白处写下您对此资料的注释、思考或问题。