

# 失智者的好幫手

## ——現實導向板與大時鐘

### A Useful Reminder of Alzheimer's Disease Patients -- Reality-oriented Board and Clock

■ 文 / 曾玉玲(花蓮慈濟醫院二三東病房護理師)、蕭竹君(花蓮慈濟醫院二三東病房護佐)、林金蘭(花蓮慈濟醫院社區健康中心護理長)

隨社會高齡化的影響，世界各國失智症盛行率之調查逐年增加，全世界每7秒就增加一位失智病人，台灣目前約有13萬左右失智患者，到2020年增到25萬人(陳，2002)。失智症主要是記憶力及認知功能等障礙。尤其近期記憶對時、地、人之定向力隨病程而依序減退(Hudson, 2003)。

#### 體貼老來易健忘 特製板導向現實

2006年參加長期照護機構輔導性活動研習營，得知現實導向療法輔助用物之一「現實導向板」的運用，可幫助失智患者建立現實定向感，以延緩認知功能退化。輕安居所照顧的對象群中有90%以上為失智患者，希望藉由創作物開發而能實際運用於臨床照護，進而減緩患者功能之衰退，以及提升專業照護品質。

學者建議增進失智症患者認知功能可運用現實導向板作為輔助工具，減少定向感混淆、認知誤判而引起恐慌不安。板子最好置於患者看得到地方，內容設計必須讓患者看得清楚、容易保存、易清潔、不易毀損、並隨時可更換資訊。選擇明亮顏色，是讓患者比較容易找得到。

#### 增加光線加大時鐘 時間對照活動好看易懂

此外，隨著年齡的增長，五官的效能降低，對個人日常活動及健康維護影響最大就是視覺的改變。人一生中水晶體的厚度、曲度及密度亦隨著年齡而增加，老年人對近物和遠物的調節力降低，在護理措施上，應增強光線明亮度。

增加住民對時間的概念，並以掛上大日曆及時鐘的方式來提醒日夜區別，希望藉由時鐘之改造，以增

現實導向板



進失智老人對時間之辨識、吸引他們注意力及對時間定向感認識及改善照護上之困擾。

### 創新流程

現實導向板——由服務單位資源回收處找一塊120×120×0.6公分、具有光滑面的板子，以及一塊40×50公分板子、一支支撐主體的木板、二個置物盒、膠膜、魔鬼粘、滑動輪子，請公務單位協助完成主體釘製，滑動輪子設計主要為方便不同環境及活動需要而適時做移動調整。文字內容由電腦設定字型大小為330公分，數字字型為480公分，每個字之間間距5公分，完成後列印，外加膠膜護貝、並加上魔鬼粘。這樣的作法容易保存、清潔、

大時鐘



每天可隨時更新最新的資訊，平常放置於活動區。現實導向板內容包括——今年幾年？幾月？幾日？星期幾以上皆以數字、文字表示、天



輕安居的住民每天一進門，就會先去報到、打卡，然後在護理人員的引導下，說出日期與時間。護理人員會把握任何機會強化失智長者的現實感。

氣如何以圖像表示、廁所以圖像表示、目前所在地點(文字)表示、特別節日以圖像、文字、輔助實物綜合說明、每日團體活動項目則以圖像及文字及時間數字來點出。

大時鐘——原本為30×30公分的小時鐘，且有玻璃罩會反光，置於200公分高牆壁上不易看讀，現把舊有外殼取下，留下時鐘之內部結構背部貼上魔鬼粘，鐘的外形為大小82×82公分的自畫圓形圖，底色為綻藍色，外圍加一層3公分深黃色色紙更加突顯時鐘，另外再以護背紙加強指針長度，將分針與時針分別

加長到25及15公分並塗成黑色，鐘置於一進門左前方5公尺、高度155公分白牆，日曆之上，於特定時間點上加註15×11公分的圖卡，標示該時間點要做什麼事之意義，譬如早上7:30-8:30打卡；10:00-11:00團體活動；12:00用餐；下午2點-3點團體活動；4點開始準備回家，並加一盞黃燈照明，增加吸引個案之注視及辨識度。

### 激發創意 省錢獨特又好用

目前單位護理人員利用每日做早操及帶領團體活動前後給予現



除了大時鐘、現實導向板，花蓮慈濟醫院日間照護病房的護理同仁們更是不斷發揮創意，幫助住民老人們維持記憶。圖中後方的土地公廟是護理同仁利用下班時間製作出來的，雖然不夠美觀精緻，住民們卻感覺很受用。(攝影 / 吳宛霖)

實導向訓練。發現「現實導向板」可減緩患者認知功能退化和定向感混淆，也增進個案之間以及個案與護理人員彼此間的互動，具有定向感訓練的實用性，可作為護理人員在實際臨床照顧上的依循。運用大時鐘可增進個案對時間定向力的認識，減少患者因時間定向感混淆所造成重覆問話，如：現在幾點？我要回家了等問題行為出現。大時鐘因自己畫的，既省錢並具獨特感。另外，鐘的軸心亦是舊時鐘再利用，且軸心背貼魔鬼粘易方便換取電池，故除了可增加患者對時間

認識外，也可美化環境並具實用價值，適用於臨床之照護。

參考資料：

Ashmore, M. (1982). Reality orientation board : a new design. *Dimensions*

*In Health Service*, 11,15-16.

Hudson, R. (2003). *Dementia Nursing : a Guide to Practice*(pp. 83-93). Melbourne: Ausmed Publication.

陳榮基(2002年1月1日)《台灣失智症知多少》2007年5月22日取自<http://www.tada2002.org.tw/>