

穿衣

整潔的外表會增強人的自尊感。對於失智症患者而言，選擇衣物和穿衣服對患者而言可能會導致挫折感。患者可能不記得如何穿衣，或者可能對選擇衣服或穿衣不知所措。

阿滋海默症患者為什麼可能會有穿衣困難的原因有很多，其中包括：

身體問題

患者具有平衡問題還是存在扣扣子或拉拉鏈所需的功能性問題？

思維問題

- 患者是否記得如何穿衣？
- 患者是否認識自己的衣服？
- 患者是否知道一天當中的時間或一年中的季節？

環境

- 患者是否對缺乏隱私性、房間太冷、光線太差或太吵而不安？

其他問題

- 您是否在催促患者儘快穿衣？
- 您在一步一步地明確指導患者如何穿衣，還是這些步驟太過於複雜？
- 患者是否不好意思在您或其他人面前穿衣？

在您回答了這些問題後，您將能夠更好地協助患者穿衣。

簡化選擇

- 展開適合患者的衣服，包括適合溫暖和寒冷天氣的衣服選擇。
- 在適當時，使患者有機會選擇喜歡的衣服或顏色。嘗試僅提供兩件上衣或褲子讓患者選擇。
- 衣櫥中不要放過多衣服。如果提供太多的衣服選擇，患者可能會覺得焦慮。

選擇舒適和簡單的衣服

- 選擇容易穿上和脫下的舒適且寬鬆的衣服。
- 鈕扣在前面的開襟羊毛衫、襯衣和寬鬆上衣有時比套頭的衣服衫更容易穿。
- 用 **Velcro®** 容易粘貼的開襟 代替可能較難處理的鈕扣、卡扣和拉鏈。
- 衣褲不要太長，以避免絆倒和摔倒。
- 確保患者穿著舒適、防滑的鞋子。
- 如何患者必須坐輪椅中，則依情況修改一般衣服，以保護其隱私並提高舒適度。
- 確保衣服夠寬鬆，尤其是腰部和臀部 — 選擇柔軟且可伸展的織布質地。

穿衣步驟

- 按照每件衣服應該穿的順序，一件件的攤開。
- 一次給患者一件衣服，同時提供簡短的說明，例如「穿上襯衣」，而不是「穿上衣服」。
- 請勿催促患者。倉促會讓病人覺得焦慮。

要靈活

- 如果患者想要每天穿同一件衣服，不妨買幾件相同的衣服，或者提供類似的選擇。
- 如果患者想要穿好幾層衣服，不要緊，只需確保其不會過熱即可。
- 如果衣服不搭配，多加誇贊，少作批評。

Alzheimer's Association 是阿滋海默症照護、支援與研究方面全球領先的志願性健康組織。

更新日期：2004 年 10 月