

## 알츠하이머병 진단에 대해 타인에게 말하기

당신이 부양하는 사람이 알츠하이머병에 걸린 것을 알았을 때, 당신은 그 사람에게 병에 걸린 사실을 말하는 걸 주저할 수 있습니다. 당신은 또한 가족과 친구들에게 말해야 할지 결정하는 데 어려움을 겪을 수도 있습니다. 당신이 일단 진단을 논의하기로 마음을 정했다면, 어떻게 이 이야기를 꺼내시겠습니까? 알츠하이머병에 대해 다른 사람들과 이야기 할 때 도움이 될 몇 가지 제안을 드립니다.

### 환자의 알 권리를 존중한다

- 귀하는 정보를 말하지 않음으로써 환자를 보호하려고 할 수 있습니다. 그러나 당신이 사랑하는 사람은 진실을 알 권리가 있는 성인입니다. 진단 내용을 들었을 때, 특히 환자가 자신이 알츠하이머병에 걸린 것을 의심하고 있을 경우 오히려 불안이 완화할 수 있습니다.
- 많은 경우, 조기에 진단을 받은 사람은 자신의 건강 관리와 법률적, 재정적 계획에 관한 중요한 결정에 참여할 수 있습니다.
- 현재 알츠하이머병을 치유할 수 없지만, 진단과 함께 삶이 중단되는 것은 아닙니다. 모든 사람이 더 나은 삶을 영위할 수 있도록 치료와 서비스가 받을 수 있습니다.

### 환자에게 말하는 방법을 계획한다

- 진단을 의논하기 위해 어떻게 접근을 해야할지에 대해서 의사, 사회 복지사, 알츠하이머병 환자들을 위해 일하는 사람들과 이야기를 나누십시오.
- “가족 회의”를 통해서 환자에게 진단에 대해 말할 수 있을 것입니다. . 환자가 의논한 바를 기억하지 못할 수 있으나, 사람들이 함께 모여 많이 걱정했다는 것을 기억할 수 있습니다. 세부사항을 모두 이야기하려면 한 번의 모임으로는 부족할 수 있습니다.
- 환자의 감정, 의학적 상태, 기억 및 의사결정 능력에 맞게 의논을 구성하십시오.
- 진단에 관해 이야기하기에 가장 적합한 시간을 선택하십시오. 알츠하이머병 환자가 하루에도 시간에 따라 새로운 정보에 대한 수용력이 다를 수 있습니다.
- 한 번에 너무 많은 정보를 제공하지 마십시오. 환자의 말을 경청하십시오. 그들은 종종 질문과 반응을 통해 자신이 다룰 수 있는 정보의 양에 대해 알려 줍니다. 나중에 당신이 알츠하이머병의 증상을 설명하고 향후 계획과 지원에 관해 이야기할 수 있습니다.

### 환자가 진단을 수락하도록 돋기

- 환자가 진단의 의미를 이해하지 못하거나 이를 부인할 수 있습니다. 이러한 반응을 받아들이고 더 이상 설명을 하지 마십시오.
- 그들의 반응이 괜찮으면, 추가적인 정보를 제공하십시오.
- 알츠하이머병을 앓는 환자는 초기 논의를 잊을 수 있으나 이와 관련된 감정까지 잊지는 않습니다. 그들에게 말하는 게 그들을 당혹스럽게 만들지라도, 추가적으로 세부사항을 들으면 나중에 동일한 반응을 일으킬 수 있습니다.
- 당신이 사랑하는 사람을 안심시키십시오. 돋고 지원을 제공하겠다는 당신의 약속을 표현하십시오. 환자가 신이 삶을 충만하게 유지시키기 위해 최선을 다하고 있다는 것을 깨닫도록 하십시오.
- 환자가 진단과 자신의 감정에 관해 이야기할 수 있도록 마음을 여십시오.
- 슬픔, 화 또는 불안을 드러내는 비언어적 징후를 관찰하십시오. 사랑과 안심시키는 마음으로 대응하십시오.
- 환자에게 기억력 상실을 겪고 있는 사람들을 위한 지원 그룹에 가입하도록 권장하십시오. 지역 알츠하이머협회에서 이러한 그룹을 찾는 데 도움을 드립니다. 가까운 협회를 찾으려면, 1.800.272.3900 으로 전화를 하거나 [www.alz.org](http://www.alz.org) 로 문의하십시오.

### 가족과 친구에게 말하기

알츠하이머 진단은 당사자에게만 영향을 미치는 게 아닙니다. 가족 및 친구의 생활도 급격히 변화할 수 있습니다.

- 환자의 진단에 관해 가족과 친구에게 솔직해야 합니다. 알츠하이머병이 뇌 질환이지 심리 또는 정서 장애가 아니라는 점을 설명하십시오.
- 알츠하이머 협회의 교육 자료를 공유하십시오. 사람들이 이 질환에 대해 많이 알수록, 환자를 그만큼 편안하게 대할 수 있습니다.
- 가족을 알츠하이머 협회가 후원하는 지원 그룹에 초대하십시오.
- 환자 주변에 있는 일부 사람이 불편함을 느끼거나 간병할 의사가 없어서 당신의 삶과 유리될 수 있다는 사실을 인정하십시오.
- 알츠하이머병은 어린이와 십대에게도 영향을 미칠 수 있습니다. 식구에게와 마찬가지로, 생활에서 젊은이들에게도 환자의 진단에 대해 솔직하게 이야기를 나누십시오. 그들에게 질문을 하도록 독려하십시오.

알츠하이머협회는 알츠하이머병의 진료, 지원 및 연구에서 세계적인 자발적 보건 단체입니다.

업데이트: 2007년 9월