

如何面對與處理病患症狀干擾

精神疾病如同一般疾病，除住院治療，患者大部分的時間仍會回到家中與家人相處，而家人再度面臨病患的同時，可能多多少少會產生焦慮。

以下幾點，我們建議家屬作為照顧上的參考：

一、對疾病認識

- 1、多瞭解疾病—精神疾病的類型有許多種，因此每個人狀況與處理也就不盡相同，病情的康復更是有賴病人、家屬與醫療人員三方面配合與努力的。
- 2、治療效果因人而異—由於每個人的先天體質、發病過程、性格、就醫服藥配合度、生活環境與家屬態度均不同，因此治療方式與效果也不一樣。

二、與病人相處

- 1、尊重他：多鼓勵與讚美、少批評、責罵。
- 2、讓病人有宣洩內心情緒的機會，給予傾聽與接納。
- 3、支持患者服藥：藥物是避免症狀惡化的最有效的方法，但若症狀惡化之情況發生時，家人要保持冷靜，儘速陪同病患就醫。

三、當病人有幻聽該怎麼辦？

幻聽—為常見症狀之一，當周圍沒人時，病人仍會由耳朵聽到有人說話的聲音，而這些聲音可能是在批評他、罵他、讚美他或說笑話等。

- 1、接納病人幻聽的經歷—鼓勵病人說出幻聽的內容，並設身處地的了解他的感受，協助病人區分幻聽與事實。
- 2、分散病人對幻聽的注意力—鼓勵病人聽收音機、看電視、打電動玩具(手遊、單機遊戲等)、做戶外運動或與病人聊天。

四、當病人有妄想該怎麼辦？

妄想—為常見的思考障礙，是一種脫離現實的想法，而病人深信不疑。

- 1、如不影響病人或他人安全，家人可以採傾聽，不與病人爭辯的態度，讓病人可以討論他的想法。
- 2、家人傾聽了解病人的想法，但不做附和或承認病人的想法是對的。
- 3、當病人接受藥物而逐漸康復時，協助病人多看現實狀況，從中點出妄想與現實之間的矛盾之處，由他自己判斷；待病情穩定時再與其討論不合現實的想法。

五、當病人有攻擊、破壞行為時該怎麼辦？

- 1、當攻擊情況發生時，家人要保持冷靜。
- 2、家中危險物品最好收藏起來，使病人無法隨時拿到。
- 3、如病人情緒過度激動、無法自我控制時，家人可暫時用布條或床單約束病人。
- 4、應盡快送醫，了解是否為前述症狀所影響或環境的刺激，或是與家人相處的問題，以作預防。