

# 幻觉和错误想法

本帮助手册介绍了脑退化症患者可能出现的幻觉和错误想法，例如多疑和妄想。其中包括症状的可能原因，以及为患者家人和照护者提供的应对方法。

脑退化症影响人们的方式不同，脑退化症患者的行为或情绪状态发生变化十分常见。

患有脑退化症的人有时会出现错误的感知或想法。尽管幻觉和妄想是想象出来的，但对于经历它们的人来说，它们是非常真实的，并会引起极度焦虑和恐慌。

## 幻觉和错误想法的类型

**幻觉。**幻觉是无法被其他任何人证实的感官体验。通常一个人会看到不存在的东西（例如另一个人）或听到其他人听不到的声音（例如说话的声音或可怕的响声）。但其实幻觉可以涉及任一感官。

**妄想。**妄想是一种强烈的想法，不基于现实或事实，而被认为是真实的。患者可能有被窃取钱财或财产的妄想。或有被害妄想。

**多疑。**多疑意味着拥有不切实际的想法。

多疑的例子包括：

- 觉得其他人要害自己，或自己拥有超人的力量
- 怀疑有人拿走他们的东西，并指责他人偷窃或藏东西
- 指责伴侣不忠，从而害怕并拒绝伴侣的照顾。

**误认脑退化症患者可能会误认他人或自己。**有时他们会不认识自己的伴侣。或被自己的倒影吓到，以为是另一个人。抑或是，认为收音机或电视上的声音是由房间里的人发出的。

## 可能的原因

脑退化症会降低大脑解释和理解信息的能力。它还会导致记忆问题，从而导致多疑、妄想和错误想法。

如果患者没有意识到自己的记忆力变差，他们可能会编造一个故事或解释，将责任归咎于其他人或事。

这是可以理解的，因为他们可能：

- 对最近发生的事没有记忆
- 相信东西会“消失”
- 忘记解释
- 听不懂对话。

可能导致幻觉和错误想法的因素包括：

- 感官问题，例如视力不佳或听力不佳
- 忘记戴助听器或眼镜而造成的意识混乱
- 药物副作用
- 精神疾病
- 陌生的环境
- 影响视力的昏暗灯光
- 身体状况，例如感染、发烧、疼痛、便秘、贫血、呼吸系统疾病、营养不良和脱水
- 不熟悉的照护者
- 打破熟悉的日常生活习惯
- 一次发生太多事情导致感官上超负荷。

## 与患者的医生谈谈

帮患者预约检查，弄清楚可能引发这种行为的原因。医学检查可以帮助识别身体或精神问题。医生还可以检查药物可能产生的副作用，包括僵硬、颤抖和嗜睡。

## 应对幻觉和错误想法的技巧

- 如果患者告诉您一些看似错误或不真实的事情，请保持安静或中立。
- 调查他们的怀疑是否属实。
- 回应话语背后的感受。患者可能会被自己的妄想和幻觉吓到。
- 有些幻觉和错误想法，如果不造成伤害且不增加烦躁行为，可以忽略。
- 建议与患者一起寻找遗失或丢失的物品。找到患者经常藏东西的地方，先进行检查。
- 尝试分散对方注意力，可以听音乐、锻炼、活动、与朋友交谈或翻看旧照片。
- 如果是合适的，且能安抚对方，您可以尝试身体触碰。
- 保持患者处于熟悉的环境之中。如果患者不得不搬家，确保将他们熟悉的东西搬到新地方。
- 确保患者家中有良好的照明，包括夜灯。
- 尽量保持患者规律的日常生活习惯，避免经常更换护理人员。
- 将行为变化记录下来。这可以帮助您找出规律或触发因素。您可以利用此信息调整自己的应对方法。
- 针对经常丢失的物品，例如钥匙或眼镜，保留一套备用。

请务必记住，行为变化是由大脑疾病引起的。脑退化症患者并不总能控制自己的行为。

## 给家人和照护者提供的支持

患者的行为变化可能会给家人和照护者带来困扰、挫败感、内疚、疲惫和恼怒。这些感觉很正常。从理解您的家人、朋友、专业人士或支持团体那里寻求帮助和支持。

- 与照护对象的医生讨论您对其行为变化的担忧，以及这种变化对您和您照护对象的影响。
- 拨打全国脑退化症帮助热线**1800 100 500**，了解支持服务和教育计划，包括照护者支持小组、心理咨询服务以及其他服务和计划，以帮助您了解和应对脑退化症患者的行为变化，并保持您的健康和福祉。
- 拨打脑退化症行为管理咨询服务热线**1800 699 799**。当脑退化症患者出现的行为变化影响其护理和照护者时，该服务会提供相关支持。

## 其他阅读资料和资源

- 澳大利亚脑退化症协会帮助手册：行为变化  
请访问：[dementia.org.au/help-sheets](https://dementia.org.au/help-sheets)
- 澳大利亚脑退化症协会图书馆服务  
请访问：[dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- 澳大利亚脑退化症协会支持  
请访问：[dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- 澳大利亚脑退化症协会教育  
请访问：[dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

### 更多信息

澳大利亚脑退化症协会提供支持、信息、教育和咨询服务。

**全国脑退化症帮助热线：1800 100 500**

**翻译服务：131 450**

**访问我们的网站：[dementia.org.au](https://dementia.org.au)**