

腦傷後認知功能缺損 家屬可以怎麼做？

腦部受傷後，病友可能會出現認知功能的受損，例如：注意力、記憶力、衝動控制等，除了醫療團隊的照護外，在復健歷程中家屬也扮演重要的角色，以下會簡單介紹基礎認知功能，以及家屬可以如何初步進行認知功能復健。

以下僅是針對基礎認知功能復健，提供您可協助病友之策略，仍建議尋找臨床心理師或醫療團隊評估及介入，以提供病友更完善之照護。

■ 基礎的注意力（例如：持續性注意力）

- 功能簡介：持續注意環境發生的事情，或是對方的談話
- 針對持續性注意力的問題，家屬可能協助的方式：
- 調整環境，減少容易分心的物品，例如：執行任務時周遭的物品盡量少且結構化
- 提供簡短且具體的提令，包括口語及視覺訊息。
- 依照病人狀況設定每次完成任務的時間，再逐步延長單次持續注意的時間。

■ 基礎的記憶力

- 功能簡介：短暫記住任務內容，並在未來某刻執行任務，例如：記住與他人約定好的時間並準時赴約
- 針對此類型記憶力的問題，家屬可能協助的方式：
- 使用輔助工具提醒，例如：日曆、筆記本、鬧鐘
- 建立穩定的生活常規和例行事項
- 利用病人的認知優勢發展記憶策略，例如：利用簡短口訣或視覺圖像協助記憶訊息、或將關聯性高的訊息一起學習等

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

■ 抑制功能

- 功能簡介：停止自動化的衝動反應
- 針對抑制功能的問題，家屬可能協助的方式：
- 使用外在提醒物或發展出自我引導語言，提醒要控制衝動，再想想該做什麼正確反應
- 先停下來，檢視目前在做什麼，訂出主要目標，再列出步驟，反覆學習步驟，確定熟悉後執行，隨時檢查是否依照計畫執行任務。

病友終歸會離開醫療，回到社區，像是：學校、職場、家庭、安養中心，學習以當下的能力與環境互動。透過適當的修改環境(例如，改變學習策略、工作內容等)，讓病友發揮最大的功能及角色。

參考資料：

Wilson, B. A., Winegardner, J., van Heugten, C. M., & Ownsworth, T. (Eds.). (2017). *Neuropsychological Rehabilitation: The International Handbook*. Psychology Press.

Stamenova, V., & Levine, B. (2019). Effectiveness of goal management training® in improving executive functions: A meta-analysis. *Neuropsychological rehabilitation*, 29(10), 1569-1599.

韓德生, 林家瑋, 盧璐, 蕭名彥, 吳爵宏, 梁蕙雯, ... & 張權維. (2016). 臺灣腦中風復健治療指引. *台灣復健醫學雜誌*, 44(1), 1-9.

諮詢電話 (02)2737-2181 分機 1241轉20

制訂單位 / 修訂日期：復健醫學臨床心理組/1110415

F-4200-PSY-007

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮