

## 心藏筆露：照顧老伴的難處

陳伯是一位退休木匠，年輕時從中國大陸來港後，與太太建立家庭並努力工作，直至兒女長大後，於65歲才退休。退休後，他每天和太太飲早茶、行公園，又時常參加社區活動，閒時亦會弄孫為樂。約5五年前，陳伯逐漸出現記憶問題，例如忘記剛才講過的說話或剛發生的事情，又或忘記自己的東西放在哪裏。最近，他甚至忘記了時間和方向，曾經有幾次未能依照時間到學校接孫兒放學，有時甚至做簡單的家務，如做飯或洗衣服也弄得一團糟。

陳伯的太太每天都跟□他、不停的提醒他，他們亦因此越來越多口角和爭執。有一次陳伯因為被太太責備花太長時間洗澡，按捺不住自己的脾氣，大力地推了太太一下。結果陳伯被安排接受老人精神科診治，並被診斷患上認知障礙症。

陳伯表面上十分精神和健談，但太太卻顯得十分沮喪，她對每天要跟□丈夫感到深深不忿，因為從年輕時就和丈夫捱了很多苦頭，到晚年生活比較安逸時，卻要無時無刻地照顧□丈夫，她對此感到疲累，亦不甘心自己被困住，覺得被剝削了自由。

故此我們讓陳太說出她的感受，從言談間知道她很擔心丈夫的情況，但又感到很無奈。於是我們向她解釋認知障礙症患者的問題、需要及照顧技巧，慢慢地，陳太知道丈夫並非存心與她作對，開始不再責罵他及願意耐心地提點他，兩老亦終能和諧地過□每天一起飲早茶及照顧孫兒的生活。

丈夫和兒子們都察覺到陳太的改變，一家人相處得比以往更加輕鬆和融洽。更令陳太高興的是丈夫也決定參加下一次的「靜觀子女教養課程」，證明她的改變也帶動到家人的改變。

撰文：青山醫院精神健康學院護士長郭佩詩

(轉載自蘋果日報 | 心藏筆露 2017-01-03)

**照顧老伴的難處** 關與二刊出

陳伯是一位退休木匠，年輕時從中國大陸來港後，與太太建立家庭並努力工作，直至兒女長大後，於65歲才退休。退休後，他每天和太太飲早茶、行公園，又時常參加社區活動，閒時亦會弄孫為樂。

約5五年前，陳伯逐漸出現記憶問題，例如忘記剛才講過的說話或剛發生的事情，又或忘記自己的東西放在哪裏。最近，他甚至忘記了時間和方向，曾經有幾次未能依照時間到學校接孫兒放學，有時甚至做簡單的家務，如做飯或洗衣服也弄得一團糟。

陳伯的太太每天都跟着他，不停的提醒他，他們亦因此越來越多口角和爭執。有一次陳伯因為被太太責備花太長時間洗澡，按捺不住自己的脾氣，大力地推了太太一下。結果陳伯被安排接受老人精神科診治，並被診斷患上認知障礙症。

陳伯表面上十分精神和健談，但太太卻顯得十分沮喪，她對每天要跟□丈夫感到深深不忿，因為從年輕時就和丈夫捱了很多苦頭，到晚年生活比較安逸時，卻要無時無刻地照顧□丈夫，她對此感到疲累，亦不甘心自己被困住，覺得被剝削了自由。

故此我們讓陳太說出她的感受，從言談間知道她很擔心丈夫的情況，但又感到很無奈。於是我們向她解釋認知障礙症患者的問題、需要及照顧技巧，慢慢地，陳太知道丈夫並非存心與她作對，開始不再責罵他及願意耐心地提點他，兩老亦終能和諧地過着每天一起飲早茶及照顧孫兒的生活。

撰文：青山醫院精神健康學院護士長郭佩詩