新北市立聯合醫院
NEW TAIPEI CITY HOSPITAL
三重院區 板橋院區
全人醫療 優質專業 關懷弱勢 深入社區 健康促進 成為在地民眾最信賴的健康促進醫院

巴金森氏病的居家照顧(1)

明確告知病人巴金森氏病並不是什麼不可告人的病，會減少病人的不安與猜忌。

預防吸入性肺炎及預防跌倒是巴金森病人家屬最要注意的兩大課題。病人常因身體僵硬導致活動遲緩，因此容易跌倒以及吞嚥障礙，吃飯常常有嗆到的情形發生，導致產生嚴重的吸入性肺炎。

有些病人在行走或起身動作轉換位置時，容易因步態不平衡而導致跌倒的發生。。

避免跌倒及受傷

巴金森氏症病人因為走路前傾或是突然之間腿「僵」住，所以比較容易跌倒。家屬要注意家中是否有不平、濕滑地板或散置的地毯，同時盡量把門檻拆除。避免陳設有尖角的桌子或家具，貴重的飾品、花瓶、電燈也要注意放置的地點。盡量讓病人住一樓並少用樓梯，若是環境允許，則可在牆上加裝扶手。

預留時間

刷牙、穿衣、吃飯、洗澡都會比以前花費更長的時間，我們可以提醒病人早點準備，以免到時急急忙忙，造成病人的不安。另外，病人也比較容易疲倦，所以要適度調整工作進度。

用餐及食物

家人應盡量與病人共同進餐與交談，避免讓病人獨自一人用餐。有些特製的餐具 (如加大把柄) 也對病人有幫助。巴金森氏症病人並沒有什麼特別應忌口的食物，均衡的營養還是最重要的。若是吞嚥有困難或是容易嗆到，則要準備一些容易咀嚼或是半固體的食物。

真心關懷 擁抱健康
成為在地民眾最信賴的健康促進醫院

continued

注意口腔衛生

巴金森氏症病人比較不容易把牙齒刷乾淨，使用牙線或電動牙刷都有幫助。。

衛浴設備

墊高的馬桶可避免病人擦拭臀部時跌坐回去，在馬桶旁邊加裝扶手也會使病人比較容易站起來。

衣著

以容易穿脫為原則，少用鈕釦；冬天則要注意室內溫度，不要讓病人太冷而穿一大堆衣服。

運動及物理治療

可以選擇簡單的柔軟操，活動關節，再來可以增加肌力，再做平衡訓練，或是氣功的吐納練習也可以。病人因為有平衡失調的障礙，特別是老年人，萬一跌倒很容易骨折，因此活動時最好有家人陪伴在一旁，依照自己的耐受度，選擇舒緩的運動，比較安全。

目前已有許多的衛材可指導病人自己在家裡運動，物理治療師也可指導家屬幫忙在家裏做一些簡單的動作，這些對病人都很有幫助。

112.01 10-A8-058

新北市立聯合醫院關心您
聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200
若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡

真心關懷 擁抱健康
成為在地民眾最信賴的健康促進醫院