

# 思覺失調症—家屬篇

## 一、前言

依據國內外研究資料顯示，約有 60% 的思覺失調症病人回歸家庭，家屬照顧壓力增加，故家屬需要調適及學習，如何協助病人維持疾病的穩定。

## 二、如何與病人相處

支持服藥很重要

### (一) 支持病人服藥

藥物能有效控制疾病復發，但病人往往不認為自己生病，故拒絕規律服藥。若家屬能支持病人持續服藥，將是維持疾病穩定的最大支柱。



### (二) 要了解疾病並能接受

徵詢或查閱疾病相關資訊、了解並能辨識疾病的早期症狀，有惡化時儘早就醫。

自語自笑  
怪異混亂行為  
幻聽  
失眠



### (三) 提供一個簡單有結構的環境

因病人容易焦慮，且其壓力及挫折忍受力偏低，與病人相處的**小秘訣**：



培養  
規律作息

1. 培養規律生活作息，避免過度保護。
2. 當表現良好時，給予鼓勵與肯定，強化其優點。
3. 每天花一些時間聆聽病人的想法與心情。
4. 接受病人也會有情緒起伏且需適時宣洩的需求。
5. 不斥責、不批評、不爭辯其妄想或幻聽的真實性。



陪伴溝通  
多鼓勵  
多讚美



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院  
關心您

#### (四) 當病人出現攻擊或破壞行為時

- 1.維持沉穩，避免講出挑釁或威脅的話。
- 2.以堅定口氣安撫病人，鼓勵其自我控制。
- 3.移開具有攻擊性的危險物品。
- 4.依病人情況，尋求協助或送醫治療。

依舊愛我  
安心專線



#### (五) 建立社會照護網絡

讓我們  
一起支持您



- 1.鼓勵並陪伴病人規則回診。
- 2.轉介慢性病房、日間病房、社區復健中心或康復之家。
- 3.接受當地的醫療訪視，如：居家照護、社區關懷、衛生所護理師訪視...等。

#### (六) 讓您的生活重新開始

因疾病慢性化，家屬需長期照顧，故容易引發家屬的疲憊。因此，家屬也要正視自己的需求，適時紓壓尋求協助，迎向健康有品質的生活！



雨過總會  
天晴

參考資料來源：成大總院 12B  
製作單位：PSY  
製作日期：111.01  
修訂日期：113.06  
DL-09-1-007



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院  
關心您