

居家照護的危機處置

病患居家照護期間，家屬經常擔心突發的危機事件該如何處置，常見的危機事件包括病患自殺、出現暴力攻擊行為，較不緊急但影響也很大的則是病患不配合治療，故以下針對此三部份更深入說明。

●當病患有自殺想法時？

根據最新出爐的統計發現，自殺行為所引起的死亡位居國人十大死因排行第九名，更高居青少年死亡原因排行榜第三。學者發現有五至九成自殺者都有精神疾病傾向，以憂鬱症居大多數，但在治療改善症狀後，自殺危機是可以解除的；因此防範自殺則顯得重要，可嘗試預防自殺的方法列舉如下：

一、注意病人自殺意念的表現：

1. 心情低落，感到人生無望，甚至有想死的念頭
2. 出現負面的思想【認為唯有自己消失問題才得以解決】
3. 突然的行為改變【立遺囑、我再也不會讓你生氣了】
4. 面臨重大生活事故【失戀、親友死亡】
5. 生活習慣改變【失眠、變得不注重外表】

二、多數家屬害怕提到自殺，擔心刺激病人引起自殺的不幸，其實技巧性的**鼓勵其說出內心的話**，當發現病人有自殺意念時先不急著阻止或指責，而多加**傾聽**，才得以了解病人對自殺想法的看法與可能性，並具體詢問與了解計劃自殺的方式，評估其採行方法的致命性與可取性。

三、安排一個溫暖安全的環境，給予傾聽、**接納、不批判的同理態度**及具體的**鼓勵與支持**，使其感到不孤單與無助，並**移除可能的危險物品**【如：刀子、皮帶、藥物..】，保持有人**陪伴**，尤其注意清晨及深夜為家人容易疏忽的時刻；一旦自殺危機改善，至少三個月內還有再度自殺的可能，仍要特別關心與預防。

●當病患出現暴力行為時？

精神病人在特有精神症狀下出現暴力行為，例如：受到幻覺、妄想內容的驅使，或精神極度興奮的狀態下傷害到別人；暴力衝動的發生往往是難以預測的，倘若身邊又有利器則可能造成傷害。因此這些病人該如何幫助？

- 一、當發現病人有暴力行為的先兆時，最好將家中的危險物品【如：菜刀、水果刀、剪刀等】收藏起來，讓病人無法隨時取得。
- 二、對於情緒不穩定的病人必須以愛心與耐心對待，因為他們的需求未立即得到滿足或遭拒絕時，容易出現暴力的行為，因此在出現暴力行為之前，嘗試傾聽其內心的想法及生氣的原因，或提供發洩的方法，如打枕頭，如果病人已經出現暴力行為，而家人無法處理時則必須就醫，但病人拒絕前往醫院時，最好由親人、朋友或警察等共同設法協助送醫。
- 三、最重要的的就是病人必須長期不斷的接受精神科的治療，因為大部分的精神症狀可以藉由藥物來控制，許多病人在停止或不規則治療的情況下即出現兇暴的行為，因此藥物的遵從則顯得重要。

●當病患不配合治療時？

多數的病人往往認為自己沒有病，對於服藥則顯得排斥，但藥物若無法規則使用時，容易疾病復發，因此當病人不肯吃藥或門診就醫時，應先了解原因，如果覺得副作用造成不舒服，可以直接詢問醫師，請醫師說明或調整藥物劑量或改藥，或增加抗副作用的藥物；如果是因為病人認為自己沒有病拒絕吃藥，則可針對病人做疾病及藥物衛教，使其有進一步的了解治療對自己幫助之處；亦可以長效針劑治療，或採滴劑放在食物或飲料中使其服下，若您都試過皆無效時，只有密切觀察他的症狀變化，隨時提供協助。