

## 瞭解如何與病人相處

- 1、家人必須了解病人的狀況與能力，因此在家中只要病人的症狀不干擾他人，可以不理會。
- 2、準備好食物，如果病人不吃，不要催他，等過一會兒他會自己去吃，偶而一、二餐不吃可以暫時不處理。
- 3、對懷疑心較重的病人，必要時可先吃一、二口給病人看。
- 4、不要與病人爭執有關他的幻聽與幻覺。
- 5、當病人有攻擊的先兆（眼露凶光、手握拳頭、講話聲音加大…等），應該用溫和的口氣和病人討論，使他生氣的原因。
- 6、不要過於害怕病人，有時家人越害怕，越會刺激病人的攻擊性。
- 7、家中的危險物品：剪刀、菜刀等，最好收藏起來，使病人無法任意取得。
- 8、到戶外活動時，可利用注意力轉移法，儘可能減少他的干擾行為。
- 9、病人如果想出手打人，可大叫病人姓名，以簡短而肯定的語氣告訴他——「不可動手」。
- 10、若病人以出手，家人要控制情緒，先清楚地告訴病人你的感覺，再去了解他出手的原因。
- 11、如病人過度激動不安、無法控制，家人可合力暫時用床單來約束病人的手腳，並向病人解釋「這是爲了保護他」。

照顧精神病人並不容易，因此家人除了要讓病人按時服藥及門診外，也不要  
用尖刻刺激的語言對待病人，以免病患情緒不穩病情加重，若上述方法無法  
改善病人情況或病人有自殺傾向時，或家人自己也感到不安、焦慮，甚至會  
責怪病人時，應盡快尋求醫護人員的協助。