

# 让我们 谈谈

与脑退化症患者  
交流的沟通技巧



该资源由澳大利亚脑退化症咨询委员会 (DAAC) 编写。该委员会是一个由脑退化症患者组成的全国代表小组。

这些是脑退化症患者所说的良好沟通可以改善他们生活的一些方式。

“

尊重和理  
解我”

## 与我交流

- 请与我直接交流，而不是我的照顾者、家人或朋友。
- 不要预先判断我的理解水平。

## 确保我注意到了你

- 与我建立联系。
- 进行眼神交流。
- 使用我的名字，这样我能知道你在和我说话。
- 确保我在听你说话。

## 说话清晰

- 使用简短的句子，一次传递一个想法。
- 避免使用俚语，因为我可能会误解。
- 在考虑到敏感性的前提下，使用简单的问题和/或进行重复。
- 回答包含信息的直接问题对我来说更容易。不要问，“昨天不是很美好的一天吗？”，而是问，“昨天我们去公园的时候不是很美好吗？”。

## 尊重和理解我

- 我还是一个人，所以不要区别对待我。
- 尊重和同理心对每个人都很重要，包括脑退化症患者。
- 如果我的行为表现不同，可能是因为我沟通困难或患有脑退化症。

## 不要质疑我的诊断

- 脑退化症在每个人身上的表现不同，而且脑退化症的症状并不总是很明显。
- 听我说话，考虑我的感受。

## 干扰会造成困惑

- 减少噪音和干扰（例如明亮的灯光）会帮我集中注意力。
- 请对我有耐心，并理解我。
- 有时我需要更长的时间来处理信息并找到正确的答案。
- 别催我给我更多的时间来回应。给我时间提问问题。

## 手势

- 请使用清楚、简单的手势。

# 什么是脑退化症？

脑退化症描述的是由大脑疾病引起的一系列症状。它并不是一种特定的疾病。您可能患有一种或多种类型的脑退化症。脑退化症会影响患者的思维、行为和进行日常任务的能力，随着病情的发展，会最终干扰患者的正常生活、社交和工作。

每个脑退化症患者的情况都是独一无二的。脑退化症有许多不同的类型，不同的人也会出现不同的症状。

## 脑退化症在澳大利亚的现状

世界上每三秒钟就有一个人患上脑退化症。在澳大利亚目前有超过40万<sup>1</sup>的脑退化症患者，其中许多人都在社区中生活并积极参与社区活动。脑退化症是澳大利亚最常见但也最易被误解的疾病之一。

---

<sup>1</sup> 截至2023年2月

日常的支持和理解行为可以对脑退化症患者生活产生重大影响。您可以采取一些简单的步骤，让当地的社区、企业或组织对脑退化症更加友好。

若想了解您可以为建设脑退化症友好国家做些什么，请访问

**dementia.org.au/dfc**

如果您有任何问题或想了解更多信息，请与我们联系。

**全国脑退化症帮助热线**

**1800 100 500**

如需翻译服务，请致电**131 450**。

**dementia.org.au**

若想获取有关沟通的更多信息，请访问 **dementia.org.au/languages**，阅读澳大利亚脑退化症协会关于“照顾脑退化症患者”的帮助手册。

全国脑退化症帮助热线  
**1800 100 500**



如需翻译服务,  
请致电**131 450**

在线查询

**dementia.org.au**



全国脑退化症帮助热线由澳大利亚政府资助

Chinese Simplified (Mandarin) translation: Let's talk. Updated August 2024

©澳大利亚脑退化症协会2023, 21003, 2023年3月