

본 가이드는 치매에 관련된 행동 문제를 설명하고 이러한 행동을 관리하기 위한 조언을 제공합니다.

어려운 행동이 발생하는 이유는 무엇입니까?

- 질병이나 약물로 인해 나타나는 신체적 불편
- 시끄럽거나 과도하게 민감한 환경의 자극
- 간단한 활동을 수행하지 못하는 어려움에서 오는 절망
- 효과적인 소통의 불가능
- 배고픔이나 목마름, 지루함에서 오는 불편함



문제의 이해

- 그러한 행동이 나타나는 장소와 시간을 유념하십시오.
- 그러한 행동이 본인이나 타인에게 해롭습니까?
- 행동이 발생하기 전에 어떤 일이 발생합니까?
- 행동을 유발한 원인이 있었습니까?

소통

- 주의를 분산시키는 요소의 제거
- 짧고 간결한 문장의 이용 (“의자에 앉아주세요.”)
- 한 번에 하나의 지시 제시
- 제스처 사용
- 부정적인 표현은 자제
- 가족에 대해 폄하하는 말 자제
- 가족의 잘못을 지적하거나 고치려 하지 마십시오.
- 간단하고 구체적인 선택지 제시 (“우유를 드시겠어요, 주스를 드시겠어요?”)



고려해야 할 사안

- 문의 자물쇠 교체
- 아동용 안전 자물쇠 이용
- 이름표 팔찌 이용
- 이웃들에게 배회하는 행동에 대해 알리기
- 정기적으로 운동을 하여 초조함을 최소화
- 규칙적인 활동 정하기
- 외부 소음과 어수선한 환경 줄이기
- 부드러운 접촉, 조용한 음악, 독서 또는 걷기
- 안심을 시키거나 주의를 돌리기
- 뭔가를 필요로 하거나 원하는 것을 나타내는 행동을 알아차리는 것을 배우기
- 복용 약물 확인하기. 피해망상이 부작용으로 나타날 수 있음
- 논쟁 피하기
- 충분한 시간을 주기
- 식사 시간이 아닐 때 음식이 보이지 않도록 하기
- 단추나 지퍼가 달린 험렁한 옷 선택하기
- 손가락으로 집어먹기와 같은 위험하지 않은 행동은 받아들이기



USC Leonard Davis
Family Caregiver Support Center

LACRC
LOS ANGELES CAREGIVER RESOURCE CENTER

USC FAMILY CAREGIVER SUPPORT CENTER

3715 McCLINTOCK AVE
LOS ANGELES, CALIFORNIA 90089-0191

CALL US TOLL-FREE: 1-800-540-4442

MAIN OFFICE HOURS
8:30-5:00PM MONDAY THROUGH FRIDAY

WWW.FCSCGERO.ORG

LOS ANGELES CAREGIVER RESOURCE CENTER
A PROGRAM OF THE USC FAMILY CAREGIVER SUPPORT CENTER