

認知復健治療

吳瑋庭

國泰綜合醫院神經內科臨床心理師

陳爺爺兩個月前因大腦中風住院，經過物理、職能和語言復健後，現在四肢的力量慢慢回復，講話口齒不清的情況有改善。但家人發現陳爺爺講話時常偏離主題，或是答非所問；很難專注在同一件事上，看電視及吃飯才五分鐘就想起身離開；變得容易生氣，想要做什麼就一定要馬上去做。經過臨床心理師評估後，才發現陳爺爺可能是大腦額葉相關功能受損，影響到其語言組織、注意力、情緒調節能力。陳爺爺不是刻意要造成家人的困擾。



除了中風之外，像是創傷性腦傷、腦炎、缺氧性腦損傷等中樞神經系統疾患也會造成認知功能改變，而這樣的改變卻往往被家人忽略，甚至被視為無可挽回的老化現象。如同其他復健治療，認知復健治療已有充分的實證研究證據支持其治療成效。研究指出個案越早接受認知復健治療，最終認知功能進步越多；最早從住院過程便可開始進行心智評估及認知復健治療。

認知復健治療可幫助個案面對疾患所造成在認知、情緒、社會及行為層面的影響；以增進個案生活福祉、降低生活中可預見的不便，以及幫助其回到最合適的居住環境。認知復健治療非單純指出個案的認知缺損，反而是重視其擁有的優勢能力，提供輔助技巧及策略以完成生活中的任務。在認知復健治

療過程，個案及專業人員彼此互為夥伴關係，共同修復及減輕神經系統疾患造成的認知缺損。

在進行認知復健治療前，會先了解個案過往生活型態及行為，以系統性的神經心理衡鑑工具評估目前認知功能程度，包含個案目前的優勢及弱項；與個案及家屬共同設定合理的目標，以及復健治療計畫。在認知復健治療當中，臨床心理師可直接訓練個案的認知技巧，並依據個案認知能力調整環境或策略；家屬也可向臨床心理師學習協助個案的原理原則，增加照顧技巧。

認知復健治療幫助個案修復功能損傷、更有效地使用原有功能技巧、尋找問題解決的替代途徑，以及改變環境。這樣的認知復健治療可以幫助陳爺爺延長持續處於專注的時間，學習如何向他人清楚表達自己的需求，並逐漸覺察中風對自己造成的影響；也可以幫助家人使用技巧去面對陳爺爺情緒起伏的情境，找到適合彼此的溝通互動模式。

