

치매가 있는 사람과의 의사소통을 위한 팁

기대할 수 있는 일

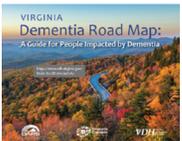
치매로 인한 뇌 변화는 의사소통을 어렵게 만들 수 있습니다. 치매에 걸린 사람은 자신이 원하는 것을 말하고 다른 사람들이 말하는 것을 이해하는 데 어려움을 겪을 수 있습니다. 사랑하는 사람이 올바른 단어를 찾지 못하거나 새로운 단어를 발명할 수도 있습니다. 동일한 질문을 계속 반복할 수 있습니다. 때로는 사랑하는 사람이 말하는 것을 이해하기가 어려울 수 있으며, 여러분의 말을 이해하는 데 어려움을 겪을 수 있습니다. 이는 두 사람 모두에게 실망스러울 수 있으며 의사소통을 더욱 어렵게 만들 수 있습니다.



할 수 있는 일

- **함께합니다.** 사랑하는 사람에게 경청하고 이해하려고 애쓰고 있음을 알려 주십시오. 음성을 부드럽게 유지합니다. 대화하는 동안 당사자의 손을 잡습니다. 미소를 지으며 고개를 끄덕이면서 적절히 눈을 마주칩니다.
- **존중감을 표시합니다.** 여러 가지 일을 하지 말고 사랑하는 사람들에게 세심하게 주의를 기울이십시오. 사랑하는 사람을 대화에 포함시키고 그들이 거기에 없는 것처럼 그들에 대해 이야기하지 마십시오.
- **방해받지 않도록 하십시오.** TV나 라디오와 같은 배경 소음이 주의를 끌 수 있습니다.
- **적절히 자세를 취합니다.** 명확히 듣고 볼 수 있을 만큼 가까이 다가갑니다. 그들 위에 서 있지 말고 동일한 높이로 서 있거나 앉습니다.
- **편안함을 제공합니다.** 치매 환자가 의사소통에 어려움을 겪고 있는 경우, 괜찮다고 알려주십시오. 적절히 안아 주거나 손을 잡습니다.
- **시각적 단서를 사용합니다.** 제스처 또는 기타 시각적 단서는 단어만 듣는 것보다 더 잘 이해하는 데 도움이 됩니다. 사랑하는 사람이 화장실을 사용해야 하는지 물어보는 대신에 화장실로 데려가서 가리킵니다. 먼저 작업을 보여 주십시오.
- **정기적으로 청력 검사를 받습니다.** 당사자가 보청기를 사용하는 경우 보청기 작동 여부를 확인하고 올바르게 삽입하십시오. 말을 할 때는 얼굴을 당사자 쪽으로 돌리고 얼굴에 빛에 비치도록 하여 당사자가 입술 움직임을 쉽게 볼 수 있도록 하세요.
- **단순하게 유지합니다.** 짧은 문장을 사용하십시오. 한 가지 질문을 하거나 한 번에 한 가지 지침을 제시하십시오. 보통은 "거기 가지 마세요"가 아니라 "여기로 가요"라고 말하는 "긍정형"을 사용하는 것이 도움이 됩니다. 질병이 진행됨에 따라 예 또는 아니오 대답을 요구하는 질문을 하십시오.
- **시간을 허용하고 인내심을 가지십시오.** 음성 속도를 약간 늦추고, 처리하고 응답할 시간을 허용합니다. 방해받지 않도록 하십시오. 압박을 받는다고 느끼거나 스트레스를 받는 경우 잠시 시간을 내어 진정합니다.
- **감정에 집중합니다.** 단어 이면에 있는 의미를 들어 주십시오. 그들의 어조나 신체 언어는 단서를 제공할 수 있습니다. 감정에 반응하세요.

이러한 팁은 제안 사항으로 제공되며, 상황이 원하는 대로 잘 진행되지 않을 때 스스로를 용인하시기 바랍니다. 더 많은 아이디어와 지원을 얻기 위해 같은 상황에서 다른 사람들과도 이야기하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 해당 지역의 지원 그룹 또는 기타 리소스에 대한 정보는 지역 노인정 또는 알츠하이머 협회에 문의하십시오.



귀하의 지역 노인정을 찾으려면 1-800-552-3402로

그리고 알츠하이머 협회는 연중무휴 상담 전화 1-800-272-3900으로 문의하십시오.



이 팁시트의 정보는 버지니아 치매 로드맵: 치매의 영향 하에 있는 사람들을 위한 가이드에서 가져온 것입니다.

QR 코드를 스캔하거나 vda.virginia.gov/DementiaCapableVA.htm을 방문하여 로드맵 사본을 다운로드하십시오.