

打破阿茲海默症的沉默： 對話開場白



與朋友、親人或醫療保健提供者進行誠實和同理心的對話對於改善結果並消除與阿茲海默症相關的恐懼和恥辱至關重要。很多時候，恐懼和恥辱阻止人們尋求資訊、幫助或診斷，直到疾病進展到後期，阻礙了早期診斷。

使用我們的對話開場白之一來聯繫因出現阿茲海默症徵兆而可能需要幫助的朋友或親人：

- 我最近讀了一篇有關阿茲海默症的文章。您有興趣一起了解更多嗎？
- 我最近注意到您的記憶和行為發生了一些變化。您注意到有什麼變化嗎？
- 我注意到您很難記住一些日常任務，我想盡我所能幫助您。您注意到任何變化或挑戰嗎？
- 這些年來，您喜歡哪些嗜好和活動？您現在還喜歡它們嗎？如果不喜歡，我很想找到一個新的嗜好，也許我們可以一起嘗試。
- 我關心您並注意到一些變化。您如何描述您最近的心情？
- 我注意到今天早上當我向您打招呼時，您忘了我的名字。我只是想來看看您，如果您想談談，我一直在這裡。
- 您最後一次去看醫生是什麼時候？他們是否討論過保持您的認知健康的方法？
- 我一直支持您，但您多久見一次您的朋友呢？他們是否分享了關於他們的認知健康方面的事情？

如果您或您認識的人出現阿茲海默症的徵兆，請聯絡您的醫生或健康專家。請至 [TakeOnALZ.com](https://www.TakeOnALZ.com)，了解更多關於這種疾病、症狀和您可以採取的行動，以保護自己和您的親人。

