



作者介紹



蕾堤西雅·柏傑巴弘 (Laetitia Brauge-Baron)

1973年出於法國北部的沙爾特市(Chartres)。母親是法文教授，父親是詩人，因此很早就開始嘗試寫作。她在中學時期接觸了瑪格麗特·莒哈絲(Marguerite Duras)的作品，立下寫作的志向。

她有中學師資證書，曾在中學教授六年的法文，之後離開教育界，並投入成年人及青少年的寫作班教授課程，全心投注在青少年文學創作上。

她一向對青少年心理學感興趣，因此選擇這個

年齡層作為創作的背景，以敏銳的觀察力及中立客觀的態度，站在青少年的立場，為他們發聲。

《外公遲來的春天》是蕾堤西雅的首部小說創作，議題特殊，筆法溫馨幽默，頗受讀者喜愛。

作者網站：

<http://www.laetitiabrauge.com/web/timeraire.html>





賞析與導讀

即使缺憾 也要以最美的姿態謝幕

新搬來的鄰居家有個老人，坐在輪椅上，每天早晨外傭會推著他到小公園繞一圈。大多時候他只是安靜的四處看著，偶爾有人跟他打招呼，他也會回人家一個笑。有一回他的孫女陪著，在陽光閃耀的樹蔭下，叫他：「阿公，你唱歌，我想聽你唱歌。」老人立即打著拍子，嘴跟不上手的唱著：「火車——行到伊多——阿嘛伊多——丟——唉唷——磅坑裡……啦……啦……：：：」一派天真。那個樣子既可愛又讓人不忍。

他是我第一次近距離的面對一位失智症患者。和他的家人有更多互動後，我也開始對這個逐漸被注意的議題，和病患，和病患家屬，有了一些認識，也投注了更多的關注。

阿茲海默症，是一個目前尚不明原因的腦部病變，它會慢慢侵蝕記憶，讓人的內在宛如被淡化般的，從外到裡，一層層剝落、消失。那個過程不會像卸下行囊那樣輕快，反而每消失一層就增加一層沉重的負荷；患者和照顧者都一樣。

《外公遲來的春天》描述一對祖孫的一段精采離家歷程，雖然主角之一的外公正是阿茲海默症的初期患者，但我寧願將這本書的重點鎖定在「親人間的善意對待」和「遺失記憶的人也不會忘記對愛的尋求」。

外公為了婚姻的責任，一路相忍為安的直到外婆過世、直到他發現自己的生活漸漸變調，才意識到在生命的最後階段，再不為自己做一件曾經錯失的事，終將永遠遺憾。於是在外孫陪伴下，返回五十八年前流連的地方，尋找年少時期的夢。

故事的結局是浪漫的，但人生要以失智落幕，勢必辛苦又難堪；這也是外公的女兒、女婿為什麼會用不同於外孫的態度來面對同一件事情的原因。情感上不捨，卻又因患者的諸多行徑妨礙了正常生活，他們必須在理智與情緒、責任與推託、親情與工作間拔河，委實也不容易。

在正視事件，又支援有限的情況下，我也拿捏不出定論的分寸，唯一可以肯定的，便是那個可愛的外孫里奧，他的體貼和善解，絕對值得每個大人和小孩借鏡。

看這樣一本書，眼睛會是溼的，嘴角會是揚的，心，會既酸且甜的。



用愛、包容與尊重 對待失智的家人

袁瑋（振興醫院身心內科醫師）

這幾年隨著失智人口變多，各國開始出現很多論及失智症的文學、電影、藝術等，希望喚起大家對失智症的理解與重視，許多作品很真實，但通常看完會感到沉重而傷感。

很開心有機會讀到《外公遲來的春天》這本小說，輕鬆的故事卻帶來不一樣的感動。書中透過祖孫互動，從與失智的外公親近的孫子眼光來看外公失智後的狀況，和對家裡帶來的影響，穿插個夢幻的大逃亡，最後還有法國一貫的浪漫，是令人感動和會心一笑的故事，適合孩子，更適合大人來欣賞。

其中部分情節描述外公常搞丟鑰匙、到處藏東西、把帽子放到廚房等不可能的地方，甚至找不到東西就覺得被人偷走了（屬於被偷妄想）、房間堆滿東西……等，都是失智症患者常見到、很令家屬頭大的一些症狀，我們稱為「失智症的行為精神症狀」，也是患者常被帶來就診的原因。

失智者常見的行為精神症狀包括：失眠或日夜顛倒、焦慮、憂鬱、黃昏時比較困惑或混亂、妄想（最常見被偷妄想和嫉妒妄想），因此容易出現藏東西但後來又找不到，甚至對妄想的對象出現言語或肢體的暴力的狀況、激動、到處亂走。提醒照顧者在遇到這些狀況，可以留意：

一、這些行為通常是有原因的，有時只是患者在表達他有些需要未被滿足，所以可以想想哪些可能會引起這些反應，因此，了解患者過去的生活經驗、文化、個性才能幫助照顧者理解患者行為後面的理由，而不是只看到這些令人心煩的行為就急著想把它消除。故事中，外公收拾了皮箱開車出去，其實是想去找生命裡很重要的一段回憶。臨床上常見到患者會莫名的激動、發脾氣，有時可能只是太無聊，需要一些刺激，也有時患者的暴力行為，是在表達自己的不舒服，或是需要我們尊重他的空間；患者喜歡碰觸

別人，有時只是在表達自己需要肢體的接觸，那麼譬如按摩、擁抱等動作就有助於減少他出現不適切的碰觸行為。

二、語言或非語言的溝通很重要：尊重的態度、溫和的語調、講話慢一些、一次要表達的重點少而清晰、視線的接觸（譬如老人家若坐輪椅，可以彎下身在他面前說）都會幫助患者感到安心，也比較容易讓患者了解照顧者的意思。

三、環境或照顧者的態度會影響病人的症狀表現。所以常看到不同家屬帶患者來看病時，有的說他都很好，有的卻抱怨連連。在比較能容忍小症狀的家屬、比較有耐心溝通的家屬面前，患者的情緒、行為也會跟著溫和起來，照顧起來反而更輕鬆些。運動對患者很好，患者又經常會有遊走行為，若可以提供安全而可以到處走的環境，也能減少行為精神症狀。

四、輕度、中度失智的患者其實還挺在乎自主權的，有時候他們不是不知道自己需要協助，但還是希望自己能作主，表示「自己還可以、還沒這麼老」。他們也很在乎有沒有被尊重，所以照顧時又要注意安全性，又要讓患者覺得被尊重，的確挺費心的。建議讓病人做決定時給

予幾個選項，讓他們覺得有參與感、被尊重，又同時是在可預期的範圍內。故事中，外公忘記提款卡密碼，里奧並不急著責怪他，而是安慰他過段時間會自然想起來，當外公真的想起來時，里奧就趕緊記下，以免又忘記，而不是去指責他的健忘，或沒收提款卡。

五、對於某些行為精神症狀（例如：妄想、激動暴力），藥物可能會有改善的效果，但非藥物的介入仍是最重要。用藥時也需要照顧者與醫師討論，權衡副作用與治療效果。某些因判斷力不好而出現的行為對藥物的反應並不好，例如：重複行為或語言、收藏不需要的東西、吃不能吃的東西、隨便便溺……等。

六、不是每種行為精神症狀都要積極處理，選擇最令人困擾的目標症狀處理，有些行為不如預期，但對患者或家人不會太困擾也就算了。譬如文中外公老懷疑打掃家裡的清潔太太會偷他的東西，但他並不會因此對清潔太太有太過激動的反應，這種狀況下，只要了解他的想法和他偶爾會有防備的態度就好，不必急著去處理。但有時妄想很明顯，甚至經常很激動或出現暴力行為，就可以跟醫師討論；有些身心科的藥的確有效且改善生活品質。

文中提到了一個家屬很困擾的議題——是否要讓老人家住進安養中心，即使故事的背景在比較開放的法國，女兒孫子依然對於這個決定遲疑，在臺灣更多家屬即使照顧不了，對於讓老人家去專門照顧的機構仍充滿愧疚感。幸好臺灣有兩個特色，一個是引進外籍看護，使得許多患者即使失智，仍幸運的可以在家安老；但光是供應餐飲和身體照顧是不夠的，現在許多行政區都有專門給失智老人的日間活動中心，提供所需的腦力刺激、人際互動、針對老人家設計的運動……等，這樣的互動對失智老人來講也是非常重要。

真的很欣賞《外公遲來的春天》這本溫暖的小說，裡面有濃濃的愛跟理解，提醒我們要看到「病」或「症狀」以外的這個「人」，現實生活中，我們未必要支持離家出走，也不容易在失智時與初戀情人重逢，但若能像故事中的小主角里奧，以愛、包容、尊重去對待患者，同時保持幽默，以創意和接納的眼光來面對照顧上的挑戰，或許與失智症患者一同走這條路，也能創造出一段美好的回憶。



成就尚存的美好記憶

湯麗玉（社團法人臺灣失智症協會秘書長）

「阿公怎麼了？」「阿嬤怎麼了？」

如果你心中有這樣的OS：「阿公／阿嬤怎麼和以前不一樣呢？變了一個人似的！」那麼，這本小說對你就很重要，也許答案就在內文中。

本書描述十幾歲的里奧與外公、父母間的精采互動。外公出現的健忘、找不到東西就懷疑別人偷走、忘記吃過早餐，甚至把帽子放在洗碗機裡等行為，深深困擾著里奧的父母，里奧卻能懷著體貼的心坦然面對。里奧外公的這些行為其實都是失智症的可能症狀，讀者在讀本書的過程，也可觀察家中長者是否出現類似的情形，並試著仔細記錄，並到臺灣失智症

協會官網，填一下AD8量表，再考量是否要帶長者去看醫生。若有任何疑问，也可打到失智症關懷專線：0800-474580諮詢。

里奧很能站在外公的立場設想，了解外公的需要，並順著外公、配合外公；而里奧的父母就比較難同理外公的處境，不時和因失智而脫序的長輩吵架。只是吵架的結果通常只會把場面弄得更不理想，在安全、不傷害的前提下，能夠盡量順著失智長者，往往比直接衝突來得好些。

許多人誤以為失智後就什麼都不會，失智者說的話都不能相信！其實一個人失智，並不代表他的腦細胞一下子就全部壞掉。失智者的腦細胞是由一部分開始受損，再逐步蔓延到其他腦細胞，因此他們的能力也是由一小部分開始出現障礙，再慢慢退化。在照顧失智長者時，最重要的是，要發現長者還有哪些能力，盡量讓他多發揮仍保有的能力，才能減緩退化。

阿茲海默症患者初期出現近程記憶障礙，但遠程記憶相對還完好。因此里奧的外公還可以清楚記得他的初戀情人，並成功的與她相會，這是令人感動且浪漫的一幕。

但願所有失智長者都能早期發現、早期治療，能把握尚存的記憶、尚存的時間，完成這一輩子尚未完成的心願，這將會成為一篇篇美麗動人的故事。

獻給家母妮可勒

紀念我的外公保羅



目錄

作者介紹

賞析與導讀

即使缺憾
也要以最美的姿態謝幕

賞析與導讀

用愛、包容與尊重
對待失智的家人

賞析與導讀

成就尚存的美好記憶

第一章 我們這一家

21

第二章 小祕密

25

第三章 節外生枝

29

第四章 運氣不好

33

第五章 綁手綁腳

37

第六章 康復

47

第七章 沮喪

51

第八章 祕密計劃

57

第九章 爭吵

61

第十章 決定

65

第十一章 準備

73

第十二章 差一點點

77

第十三章 謊言

83

第十四章 出發

87

第十五章 上路

93

第十六章	2633	
第十七章	小島碼頭渡假村	107
第十八章	祕密	113
第十九章	請原諒我們	117
第二十章	一些想法	123
第二十一章	表相之下	127
第二十二章	守候	133
第二十三章	真相漸漸浮出檯面	137
第二十四章	重逢	141
第二十五章	開懷暢談	147
第二十六章	竊竊私語	153

第二十七章	我們之間	157
第二十八章	計劃	161
第二十九章	詭計拆穿	167
第三十章	我的老爸和老媽	173
第三十一章	齊聚一堂	181
第三十二章	離別	185
致謝		



第一章 我們這一家



老媽捉狂了……

「不會吧！這已經是這個星期的第三次了！我很想多體諒你一點，可是，這真的太誇張了！」

「愛蓮娜說得對，奕波里特。」老爸在一旁火上加油：「請你設身處地替我們想一想……連續四個早上，天天有人打電話到公司要我們去警察局把你領回來。不能再這樣下去了！」

「我還沒說哪，你老是愛怎樣就怎樣！我已經跟你耳提面命過了，迷路的時候就要問路！你要我下班後去接你，可是我下班後，還得衝去買你要吃的長棍麵包，還得趕到超級市場買你要喝的牛奶，我還打算到肉店去買你要吃的烤牛肉。你了解我的

處境嗎？」

外公點了點頭，但一臉茫然，似乎不明白為什麼得向眼前這兩個歇斯底里、無理取鬧又張牙舞爪的人點頭稱是。

「你就別再責備他了。」我發出不平之鳴。

「說到你，沒人問你的意見！」老媽整個大爆發：「這時你早該躺在床上睡覺了。」每次她找不出理由來反駁我時，就把我當三歲小孩管。

「省省吧，我早就不是三歲小孩了。」我回嘴。

「你給我閉嘴！我們已經夠煩了！」老爸打斷我們的爭吵。

我爸也沒好到哪裡去。他衝入老媽開打的戰局，猛搗戰火。

「孩子們，你們擔心過頭了。要是今晚我沒東西吃，也沒關係的。」奕波里特試著當和事佬。

老媽一臉錯愕。

「我們不是在擔心這件事，」她總算把事情講開了。「而是……」她遲疑了一下「你的健忘。」

奕波里特一聽，便皺起了眉頭。

「爸爸，你知道我在說什麼，是吧？」

老媽和老爸互換了一個疲憊的眼神。總之，對他們來說，什麼都是問題。我是個問題，因為我正面臨青少年的叛逆期；奕波里特是個問題，因為他無法自理；工作是個問題，因為他們很有可能會失業。

他們盡往壞處想！我的話，只要讓我一個人靜一靜，情緒自然會化解。可是他們只會冷嘲熱諷，不然就用質疑的語氣跟我說話。我的問題通常都跟他們無關，我只是跟自己過不去，看這個世界不順眼。至於外公，就是另一回事了。醫生說，他的記憶有個大黑洞，而且不可能改善。從那之後，我的爸媽就一直很緊張、不安。

事實上，外公在逐漸老化，沒有人能阻止這件事發生。我們所能做的，是照著他的樣子去愛他，別讓他的日子太難過。

唉，連我們家的狗——小白，也因為嚴重的過敏，讓我爸媽心煩氣躁。可憐的小白，牠從來沒有這麼無助過。

第二章 小祕密



第二天晚上，下課後我繞到奕波里特家，好確定一切正常。他看起來好得不得了。

「每次和你爸媽談到同樣的問題，就得吵半天，真是煩死我了。小伙子，你看著吧，等這件事過後，很快的，他們就得另外找碴了。」

他跟我開玩笑。

接著，他點亮通往地下室樓梯的電燈，緊握扶手，一步步走下階梯。

我跟在後面，一直走到地窖門口。他拿手杖用力一推，讓我看看他的傑作。

簡直就是個真實版的阿里巴巴藏寶洞！到處都是寶。從地板到天花板，整個地窖堆滿了東西，外

公甚至把窗戶封起來，好騰出空間擺最後一堆。

「你應該上上下下跑了十幾趟吧！」我忍不住發出驚呼。

「是呀，跑了好幾趟……」他承認。「不過，很值得費這些功夫。」他的眼神透露著淘氣。

「嗯，我得說，這真的挺像一回事的。」我稱讚他的傑作。

「你知道，有時候也會出點狀況……售貨員羅萍太太一直都很和善，可是她竟然跑去跟她的主管告狀，說我搶劫他們的商店。我不大可能再信任她了。」

「如果我是你，我半個字也不會透露給我爸媽知道。如果我們不再需要他們提供補給品，那她就有得瞧，不是嗎？」我提議。

「說得對。」外公噗哧一聲笑了出來。

「要雞肉嗎？不用，謝謝，我什麼都不缺。要買水餃嗎？你們說呢，之前的還沒吃完哪！需要蔥韭嗎？不用，我家的蔬菜夠我燉一個月的湯了。」說完他開

懷大笑。

「對了，你得把鑰匙從門上拔起來。」我注意到鑰匙就掛在門上。「這樣人家就不能進來亂翻東西了。」我說。

「好主意！」外公表示同意。

他鎖上門，把鑰匙放進口袋。爸媽進不來就不會再嘮叨外公，這正合我意。

第三章 節外生枝



大事不妙，奕波里特把鑰匙弄丟了。

「不可能！今天中午我還拿著鑰匙。我記得清清楚楚，因為我吃了奶油白醬肉丸子當午餐，口味很不錯，而且……我得再多買一些。」

「你只要在餐桌前坐下就好了。」我提議著，「有時候只要重覆之前的動作，就會記起原先忘記的事。」

不過，外公坐下後，什麼也沒記起來，就連他為什麼在下午五點半就在餐桌前坐下都忘記了。

「沒關係，我們會把鑰匙找出來的。」我試著讓事情看來沒那麼嚴重。

我們從書桌開始找，因為外公習慣把鑰匙放在

電話旁邊的餅乾盒。這個盒子是個貨真價實的藏寶盒，放滿了外公出於嗜好而收藏的一些沒有用處的鑰匙。

「這些是我父母親房子的鑰匙。房子脫手時，我請人打了一串鑰匙給房子的新主人，舊的就被我留下來了。我不能沒有這些鑰匙……還有，這個是我第一輛腳踏車的掛鎖。我對它有著深厚的情感……」

最後，桌上出現一堆鑰匙，當然，獨獨少了那把地窖的鑰匙。

「有了！我想我知道鑰匙在哪裡了。」外公突然大叫一聲。

「我就知道你一定會找到的，記憶這回事，總是一下子就會浮現。」

「就是這樣！不是我搞丟鑰匙，是紀思婷把我的鑰匙偷走了。」

紀思婷是清潔太太，固定每週兩次來幫外公整理家務。奕波里特對她沒什麼好感，每次只要他哪裡出差錯，倒楣的都是紀思婷。其實，外公真正討厭的是：讓紀思婷來整理他的房子這件事。

「嗯……你確定嗎？」我語帶保留。

「非常確定！她發現了我的祕密基地，有了鑰匙，就可以來隨意取用。」

我怎麼也不覺得紀思婷像是個會對「普羅旺斯燉豆」或是「豌豆佐紅蘿蔔伴炒豬肉丁」感興趣的小偷。根本八竿子打不著嘛。

所以，我繼續猜想外公可能會把鑰匙忘在哪裡。我快速的搜尋廚房的抽屜、碗盤櫃，翻看了放剪刀的地方，連放果醬抹刀和開瓶器的地方都一一找過。

「你不要不要喝點東西？」奕波里特打斷我，「有橘子汁、葡萄柚汁、百香果汁，還有葡萄汁。而且，我每樣都有五罐，隨你選。」

「嗯……我選葡萄柚汁。」我回答。

他拿起瓶裝果汁搖了搖。

「葡萄柚汁最好喝了。」他說。

瓶蓋沒有鎖緊，果汁濺了出來，把他的褲子弄髒了。

「天啊！我今天中午才換過褲子。」

「是嗎？」我很訝異。「你換下的褲子放在哪裡？」

「在洗衣機裡。怎麼了？」

「沒什麼。外公，幫我倒果汁，我馬上回來。」

幸好他還沒啟動洗衣機。我馬上搜他剛才換下的褲子口袋，找到我們要找的東西。

「我找到了！」我隔著牆壁向外公大喊。

「是嗎？我還以為是紀思婷……」

「這次不是她搞的鬼。不過，這樣不是更好嗎？」

「對，對……」嘴裡是這麼說，但他看起來根本不這麼認為。

「算了，外公，至少今天晚上你不用餓肚子了。」

回家前，我建議外公幫我打一串鑰匙。這樣我比較安心。