

認知障礙症

(Major Neurocognitive Disorder)

定義： 泛指患者出現一項或多項的認知範疇（例如；注意力、執行能力、學習能力、理解能力、記憶力、社交認知、語言及知覺方面）有顯著的退步，功能比之前降低；若患者出現認知缺損，對生活自理均有很大影響，患者往往難以獨立地進行日常活動。

類型及症狀： 阿茲海默症、血管性認知障礙症及輕型認知障礙症：記憶及學習明顯退化、認知逐步地退化、無混合病因（指無其他神經退化及精神疾病）。

常見症狀包括：

- 定向力障礙：無法分辨時間、地點、人物
- 智能障礙：理解力及判斷力減退
- 語言障礙：在同一次談話中經常重複地表達相同內容或繞圈。
- 記憶缺損：健忘、回想最近的事情變得困難、或出現虛談。
- 智能障礙：理解力及判斷力減退，無法掌握已計劃的行程，需要他人時常提醒手頭上的工作。

認知障礙症於不同階段性的症狀

- 早期：失去近期記憶、判斷力減退、學習新事物及跟從複雜指令感困難、情緒或行為變幻無常、及基本自理活動仍能應付，但需旁人提醒。
- 中期：混淆遠期記憶及現實情況、偶爾詞不達意、行為性格轉變，容易情緒不穩、及需別人協助日常自理活動。
- 後期：記憶缺損，連熟悉的人和事也會忘記、未能有效表達及溝通、身體活動及精神狀況出現衰退、不能處理日常生活、及需要他人長期照顧。

成因：

大部分罹患阿茲海默症的原因仍然不明，以下屬於罹患阿茲海默症有可能的因素：大腦內的「澱粉狀蛋白斑塊」積聚，使腦細胞逐漸死亡，引致漸進式的認知退步、家庭病史及遺傳基因和生活的壓力。

治療：

藥物方面：

- 根據具體的情況由醫生處方：認知障礙症的藥物，可延緩腦部退化的病徵；精神科的抗抑鬱藥物，可舒緩認知障礙症相關的行為及情緒問題。

輔導方面：

- 職業治療：透過現實導向，專注力及認知訓練，加強對日常生活了解，及提升生活技能。
- 多感觀治療：適量的多感觀刺激，如「聽、嗅、味、觸、視」的感觀訓練，有助增加「過少」或減低「過多」的行為表現。
- 懷舊治療：透過熟悉的環境或回想往事，有助平復及穩定情緒。

給患者的建議：

- 應及早尋求專業人士協助，定期接受身體檢查及認知功能測試。
- 保持平常心的態度看待，告知家人或朋友共同面對。
- 維持健康的生活習慣，及社交生活。
- 勇於接受及學習新事物，多動腦筋，及進行相關訓練。

給家人／朋友的建議：

- 多包容及關懷患者，與患者相處時，應保持耐性。
- 溝通時，調慢說話速度，利用簡單字句，使患者容易掌握內容。
- 多運用身體言語，或以實物及圖像輔助，加強患者注意力。
- 留意家居環境安全，避免噪音或燈光昏暗，避免發生意外。

社區支援及有用資源：

- 醫院管理局－智友站
網址：<https://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/zh-HK/Home/>
- 醫院管理局精神健康熱線：2466 7350
- 香港認知障礙症協會
網址：<https://www.hkada.org.hk/>
- 社會福利署：2343 2255