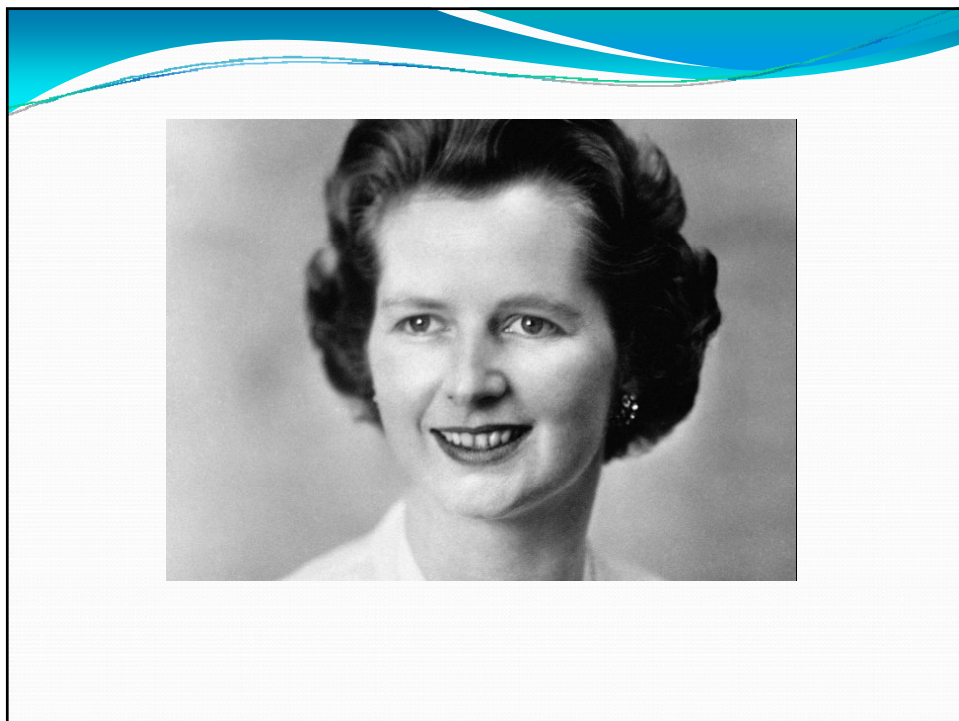
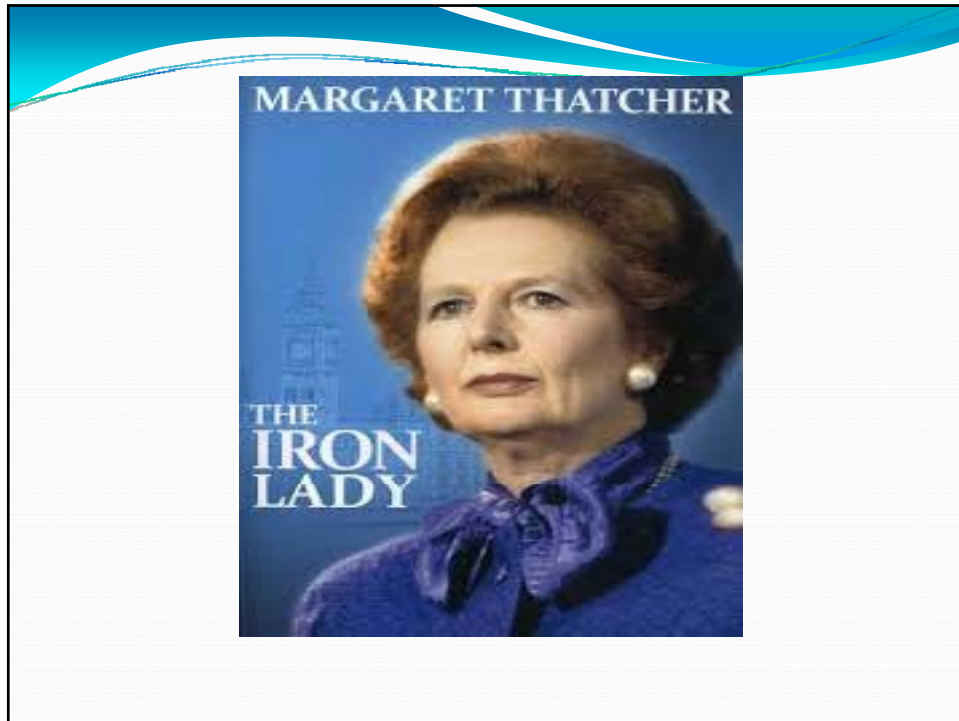


認知障礙症

士嘉堡健康日
2015年5月23日
楊錦堂醫生



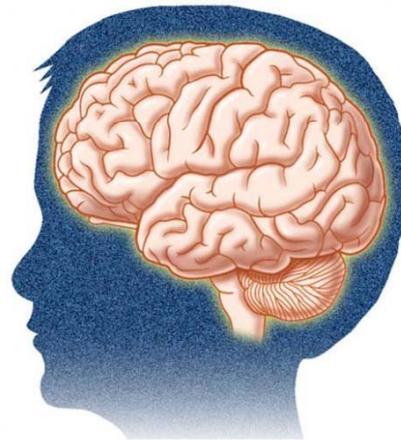






腦退化症

- 老人痴呆症
- 老人失智症
- 認知障礙症



www.PostScience.com
©2010 Post Science

種類

- Alzheimer's Disease 阿爾茲海默氏症
- Vascular Dementia 血管性認知障礙症
- Lewy Body Dementia 散播性路易氏體認知障礙症
- Frontotemporal Dementia 額顳葉認知障礙症
- Mixed Dementia 混合性認知障礙症
- Others 其他

現況及推算

- 每4秒有一新症
- 65歲以上: 8%
- 85歲以上: 35%
- 香港
 - 2009年: 100,000
 - 2039年: 三倍增長



常見問題

- 遊走
- 晚間滋擾
- 失禁
- 妄想與幻覺
- 激動
- 攻擊行為



十大警號 (一)

1. 失去短期記憶
2. 執行熟悉的工作感到有困難
3. 語言表達或理解有困難
4. 對人物，時間及方位感到混亂
5. 判斷力減退



十大警號 (二)

6. 思考／計算方面有困難
7. 隨處亂放東西
8. 情緒及行為變得異常
9. 性格轉變
10. 失去做事的主動性



及早應診
及早確診
及早治療



個案一

善忘的媽媽



個案二

暴躁的爸爸



個案三

一步一驚心



預防勝於治療

預防

治療



1. 健康的生活習慣

- 均衡飲食
- 恆常運動
- 避免吸煙及酗酒



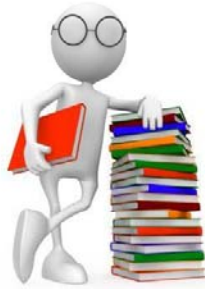
2. 預防或控制可引致發病的疾病

- 高血壓
- 糖尿病
- 中風



3. 多動腦筋，勇於接受新事物

- 擴闊社交生活，保持活躍
- 學習新技能
- 發展”六藝”：禮樂射御書數



4. 保持正面的情緒

- 心境開朗
- 欣賞旁邊的人和事
- 感恩，滿足的態度



5. 保護頭腦

- 避免受傷



6 定時食藥

- 切勿濫藥



治療方法 - 病向淺中醫

1. 藥物治療

- A. 延緩腦部退化
 - Donepezil (Aricept)
 - Rivastigmine (Exelon)
 - Galantamine (Reminyl)
 - Memantine (Ebixa)

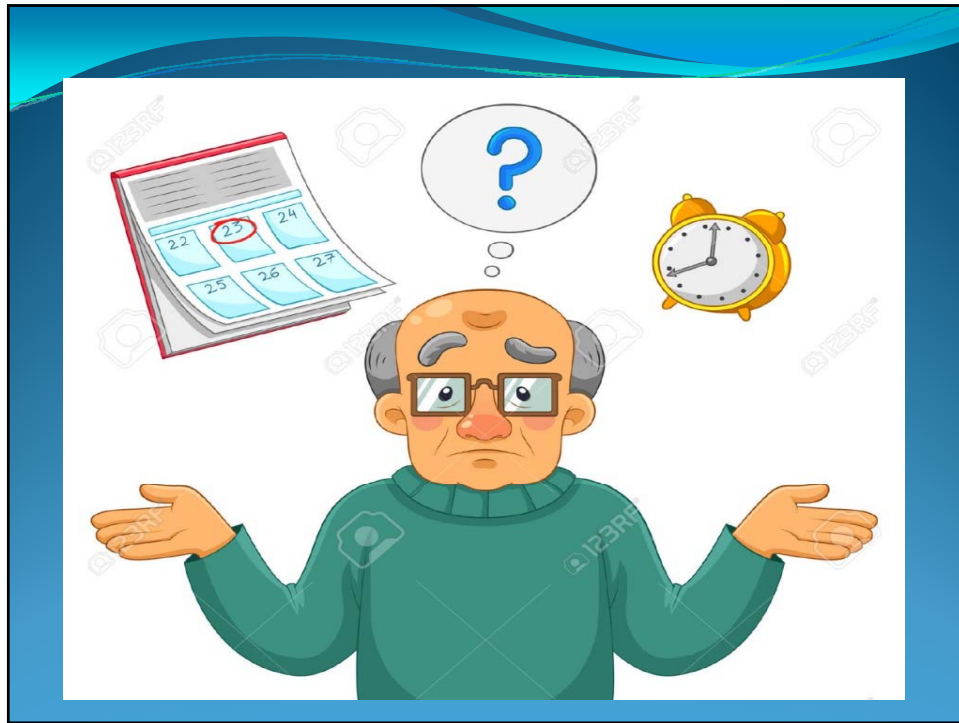
- B. 精神科藥物
 - 控制行為及情緒問題



2. 非藥物治療

- 認知訓練
- 專注力訓練
- 手眼協調訓練
- 日常生活技能訓練
- 現實導向
- 懷緬治療





資訊網址

www.alz.org

www.alz.co.uk

www.alzheimer.ca

The 36-hour day

