



葵涌醫院
KWAI CHUNG
HOSPITAL



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

出版：葵涌醫院
地址：新界葵涌醫院路 3-15 號
電話：2752-3000
傳真：2745-7610
網站：www.ha.org.hk/kch

二零二六年修訂版
版權所有•翻印必究

認知障礙症

認知障礙症是甚麼？

認知障礙症是一種腦部疾病，患者的腦細胞會急速退化，而這並非正常的衰老過程。由於腦部功能逐漸衰退，患者會日益健忘，智力退化，性格也會有所改變。患者多為65歲以上人士，年紀越大，患病機會也越大。每10名70歲以上老人之中便有一名患上認知障礙症。

病症的成因？

認知障礙症的種類繁多，成因各有不同，但主要分為三大類：

- 阿茲海默症是最普遍的類別，此退化性疾病的成因未明，現時並未有根本的治療方法阻止患者漸進式的衰退
- 血管性認知障礙症是因連串的腦中風或血管疾病所致，帶來積聚的腦部損壞而成。而這衰退是梯級式的
- 其他成因則包括營養不良、甲狀腺分泌失調、長期酗酒和濫用藥物等，某些類別的認知障礙症是可以透過治療以減輕其病情。此外，認知障礙症亦會伴隨另一些疾病出現，例如帕金森症和愛滋病等

如何知道自己患有此病？

如果你在家人或朋友身上，發現下列十大警號中的任何兩個警號，則他們有可能是患上認知障礙症，應盡早經醫生作初步診斷，再轉介專科醫生(包括老人精神科)作出深入診斷：

- 失去短期記憶，影響工作能力
- 執行熟悉的工作亦感到困難
- 語言表達或理解有困難
- 對時間及方位感到混亂
- 判斷力減退
- 思考 / 計算方面有困難
- 隨處亂放東西
- 情緒 / 行為變得變幻無常
- 性格轉變
- 失去做事的主動性

進程如何？

患者會出現多樣認知功能退化，尤以短程記憶問題更為顯著，令他們的日常生活、行為和社交活動受到影響。由於病症是因人而異，隨之帶給患者的影響也各有不同。總括來說，病症的發展過程可分為三個階段：

■ 早期(可為期三年)

患者的短期記憶開始出現毛病，變得健忘，會忘記一些剛發生的事或說過的話、遺失的物件、迷路等。也可能會出現集中力退減，缺乏主動性，對過往的嗜好缺乏興趣。但普遍來說，他們仍能獨立生活。

■ 中期(可為期三年)

患者對人物、時間、地方的認知能力衰退，反應比較遲緩，分析能力減退，難以學習和掌握新的知識和技能。言語表達有困難、情感出現障礙，甚至可能出現精神病徵狀，如幻覺、妄想等。持續的記憶力衰退會影響日常生活的獨立性，患者需要他人照顧，以確保日常起居生活的安全。

■ 後期(可為期三至五年)

患者的遠期記憶也呈衰退，無法認出家人，說話能力日漸減低，說話令人無法理解。身體功能下降，可能不良於行，甚至大小便失禁，需要別人長期照顧。

如何照顧認知障礙症患者？

環境

使用一些大而明顯的標記，幫助患者辨認地方和時間。例如採用大字的時鐘、以日期為分頁的日曆，為廁所和睡房貼上標記等。盡量保持環境的穩定，減少不必要的轉變。要注意家居安全，特別是浴室、廁所、廚房等高風險地帶。盡量提供足夠照明，如有需要，可在床邊放一盞小燈，以減低患者於夜半驚醒時的不安，及夜半起床、如廁時絆倒的風險。

日常照顧

定時提醒及協助患者各項日常活動，傍晚盡量減少環境刺激和激烈活動。可選擇患者喜愛的用具、衣物和食物，及設合他們能力範圍的事情。選擇和設計適合患者能力的方法和用具，如選擇一些寬闊、易穿、少鈕扣的衣物、按穿衣次序放置衣物，方便患者準確地順序穿上等。櫃門及櫃桶要有提示標誌，以方便患者提取物品。

其他

當患者拒絕參與任何活動，不用過份堅持或勉強，應稍候片刻，再作嘗試。當患者要面對轉變，如到一個陌生地方或要做不熟悉的事情，應給予足夠時間及清楚的解釋，或陪同患者，直至他們對新環境或事物更熟悉和安心。