



威爾斯親王醫院

Prince of Wales Hospital

認知障礙症



內科及藥物治療學系(老人科)

健康資源中心

目錄

認知障礙症

3

常見病徵

4

常見的分類/其他原因

5

治療方法

6

護老補腦小貼士

7

長遠計劃 - 財務方面

8

長遠計劃 - 醫療決定

9

健腦遊戲

10

社區資源

11

認知障礙症



是一種腦部不正常地衰退的病症之統稱。

患者的記憶力、語言能力、判斷力、學習能力、方向感等等，會逐漸下降。而患者會因為各種能力的衰退，而影響日常生活、社交、自我照顧及工作能力。退化也會逐漸增加。

部份病人也會出現情緒、性格或行為上的改變。也有患者出現幻覺及妄想的病徵。

常見病徵

1 失去短期記憶，而影響日常生活

2 方向、時間感的衰退

例如

- 把過去的事情和現在的混淆在一起
- 把陰天的早晨當成黃昏

3 判斷力下降

例如

- 穿著不合時宜，天氣炎熱卻穿幾層衣服

4 處理日常事務的能力下降

例如

- 從前會使用的電話，現在不懂得使用了

5 詞不達意，用「這個」、「那個」代替

6 在聽、說、讀、寫四個層面的理解和表達出現障礙

7 性格改變

例如

- 情緒波動、疑心及行為問題

8 幻覺, 妄想



常見的分類 / 其他原因

認知障礙症有很多不同分類，當中於香港較為常見的為1和2：

1

阿爾茨海默症

常見

50%-70%

2

腦血管栓塞引起的腦退化

常見

~30%

3

其他退化病

~10%

利維體癡呆症，帕金森症，額顳葉癡呆症

4

其他原因

缺乏維他命B12/葉酸、甲狀腺分泌失調、腦部創傷或感染、酗酒等等



治療方法

認知障礙症是一種退化症，患者會漸漸地衰退，亦不能單靠藥物治療。患者、家人、醫護人員及治療師需互相合作，一起改善及延遲退化。

家人的參與

由於患者的判斷能力、主動性、興趣及社交能力較弱，家人的愛，關懷，鼓勵及參與，極為重要。



生活上，我們需要因應患者的變化而作出調整。社區上，也有不同類型的機構及課程，可供家人參加及作出支援。

非藥物治療

非藥物治療擔當著非常重要的角色。透過參與不同治療性活動，可減慢衰退。也可促進患者的認知、記憶及自我照顧的能力。



例如：認知訓練、現實導向、記憶訓練、行為心理治療、多感官刺激等等。

藥物治療

透過藥物的使用，希望可延遲衰退6個月或以上。藥物的成效，因人而異。部份病人於服用藥物後，改善並不明顯。也有部份患者出現副作用。會使用的藥物包括：



Cholinesterase Inhibitors [膽鹼酯酶抑制劑]

NMDA receptor antagonist

[谷氨酸酯抑制劑]

部分患者，可能需要服用控制

「行為心理症狀」的藥物。



護老補腦小貼士



- ✓ 因應個人體質及能力，循序漸進地做運動
- ✓ 保持及發展不同的嗜好
- ✓ 建立社交，多與人接觸
- ✓ 預防及控制慢性疾病：如控制血糖及膽固醇，避免血壓及血糖過高或過低
- ✓ 避免過度使用有鎮定成份之藥物，如鎮定劑，安眠藥
- ✓ 建立均衡及健康的飲食習慣
- ✓ 戒煙、不酗酒
- ✓ 保護頭部，免受外來傷害
- ✓ 保持開朗及輕鬆的心情
- ✓ 有充足的睡眠



參考資料

賽馬會耆智園, 基督教香港信義會長者綜合服務(延智一站通), 香港認知障礙症協會, (Version 3: June 2021)

長遠計劃

財務方面

■ 把資產由個人持有轉為聯名持有

避免提款、變賣投資、放售物業時出現困難，令家人出現財政困難時無法動用你的資產來應付照顧開支，為家人帶來財務危機

- 宜慎選託付對象

■ 準備持久授權書

Enduring Power of Attorney，簡稱 EPA

持久授權書不會因為你在精神上變得無行為能力而失效，即使將來你精神上無能力行事，現在已獲得你授權代為處理財務事宜的受權人，於高等法院登記持久授權書後，便可代你處理財務資產

- 宜慎選託付對象
- 如欲進一步瞭解如何準備持久授權書，請聯絡相熟的律師

參考資料

賽馬會耆智園 -與耆同行腦退化症支援計劃 2020

<https://pdsp.hk/tc/caregiving-skills/planning-for-the-future/planning-for-the-future/index.html>



■ 訂定預設醫療指示

Advance Directives in Relation to Medical Treatment，簡稱 AD

若你的精神行為能力仍然良好，你可以透過訂定 AD，預先決定「當自己的病情到了末期」、「自己處於持續植物人狀況或不可逆轉的昏迷」，或「自己患有其他特定的晚期不可逆轉的生存受限疾病」這三種特定情況時，你不願意接受的醫療行為，例如：

- 口服抗生素/心肺復甦術（CPR）/心臟起搏器/皮下輸液/血液製品/鼻胃管餵飼 / 非侵入性正壓機械呼吸器（如：CPAP、BiPAP等）/ 為特定疾病而設的專門治療（如：化學治療、透析治療）/ 靜脈注射抗生素或靜脈輸液
- 需一名醫生及一名見證人在AD上簽署作實
- 在上述三種特定情況下自己無法作醫療決定時，AD才會發揮作用
- 在你的精神行為能力仍然良好時，可以透過口頭或書面形式隨時更改AD
- 如欲訂定或詳細了解預設醫療指示，請聯絡醫院管理局或相熟的醫生

■ 訂定預設照顧計劃

Advance Care Planning，簡稱 ACP

若你患有腦退化症，在醫生清楚及充分地解釋你的病情、預期的疾病發展情況、各階段的醫療及護理選擇等之後，你和家人可以與醫護人員商討是否讓你接受未必對病情有實際療效，但有可能延長數小時或數天生命的治療，又或者只嘗試這些醫療行為為一段時期，例如：

- 心肺復甦術（CPR）/非侵入性正壓機械呼吸器（如：CPAP、BiPAP等）/ 靜脈注射抗生素 / 口服抗生素/靜脈輸液/皮下輸液/鼻胃管餵飼
- 如果你的病情已發展至中期或晚期，或在失去精神上的行為能力，家人可以代你和醫護人員商討是否讓你接受上述治療
- 家人可以透過口頭或書面形式隨時更改的預設照顧計劃
- 如欲訂定或詳細了解預設照顧計劃，請聯絡醫院管理局或相熟的醫生

健腦遊戲



「六藝®智趣」健腦應用程式



IOS

這個APP利用中國傳統「六藝」（禮、樂、射、禦、書、數）的理念，推出認知互動遊戲，例如書法、運算等，長者可透過遊戲全面鍛鍊腦筋，有助延緩認知退化。每個認知遊戲均設有三種不同難度，長者可自行選擇，或由家人協助初期患者挑選切合他們認知程度的遊戲。

系統需求：IOS (只適用於iPad平板電腦)

發行公司：香港認知障礙症協會

IOS 下載：

<https://apps.apple.com/us/app/liu-yi-zhi-qu/id455899706>



「腦有記」



Android

「腦有記」是一款虛擬麻雀、象棋及書法遊戲，玩法和操作簡單。老友記想打麻雀及玩象棋但唔夠腳時，「腦有記」就可以解決這個問題。「腦有記」同時具備認知障礙症評估的功能，以有趣、互動的遊戲，幫助患者監察病情。

發行公司：medmindtechnology醫念科技有限公司

Android 下載：

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.Medmind.NeuroGym>

IOS 下載：

<https://apps.apple.com/us/app/腦有記-neurogym/id1487355614?ignmpt=uo%3D4>



IOS

全方位認識 -
認知障礙症

醫管局 智友站



社會福利署 -
全城認知無障礙大行動



賽馬會耆智園



香港認知障礙症協會

日間中心服務

賽馬會耆智園

2636 6323



信義會延智會所

2698 4822



東華三院 陳達堃耆智長者社區支援服務中心

2651 9511

照顧者支援服務

賽馬會耆智園
「與耆同行」

2636 6323



明愛賽馬會照顧者
資源及支援中心

3892 0101



救世軍護老者服務

2782 2229

預防走失方法

輔助行動器材租借服務

香港紅十字會輔助
行動器材租借服務

2610 0515



賽馬會耆智園 -
友里蹤跡社區計劃

2946 8136 /
6804 6307



賽馬會「a家」樂齡
科技教育及租賃服務

3153 5252



香港耆康老人福利會
- 樂回家

2558 7608

一線通®
腦健康導航計劃

2952 7250



如有任何查詢，請聯絡
威爾斯親王醫院 健康資源中心社工
電話：3505 3158

認知障礙症

如對小手冊子有任何查詢，
請聯絡本中心

**威爾斯親王醫院
健康資源中心**

地址 威爾斯親王醫院
日間診療大樓暨兒童病房二樓

電話 3505 3158



版權所有，不得翻印。
出版日期：2021年10月