

阿茲海默症 (後稱阿氏症)

很多人認為記憶力衰退是老化的正常現象之一,其實並不是每一位長者都有記憶力衰退的問題。事實上,長者的記憶力逐漸退化的最普遍原因是患上阿茲海默症。現時有一些藥物可以對阿氏症患者有減慢退化的療效。所以最好能夠及早察覺病徵,並請醫生作出深入診斷及評估。

早期病徵

阿氏症病徵多數於60歲之後顯現,最先的徵兆是善忘,尤其是對剛發生的事或剛學到的新資訊。長者的記憶力逐漸退化起初不是太顯著,所以常被認為是年老現象。

患者會喪失近期記憶,他們會不斷重覆問相同的問題或復述同一事件,卻記不起剛才與其他人對話的內容;經常遺失個人物件,如支票簿或錢包;或經常忘記關掉煮食爐引致食物燒焦或小火。

阿氏症亦會導致其它功能衰退。患者的導向感、語言、理解、計劃和判斷力都會受到影響。

導向感減退會使患者在熟悉的環境中迷失方向,迷路或遇上車禍,及不能辨認熟識的面孔。

語言問題使患者有表達和理解的困難。

計劃和組織能力減退使患者有處理金錢和財務的困難。

在行為方面,患者會缺乏做事的起動力,常會被人認為懶惰或漠不關心。心情憂鬱亦是很普通的現象。

診斷

最準確診斷阿氏症的方法是經由專科醫生詳細檢查,單由化驗或X光報告難以作出準確結論。

在診斷時專科醫生除要與病人面談外,還要與病人的看護者:如親屬、配偶或摯友作全面的諮詢。看護者可以向醫生提供病人記憶力和其它功能的狀況;譬如敘述病人的嗜好,家務,個人衛生,解決問題能力和社交活動的改變。

因為阿氏症與其他神經科疾病相似,患者應先接受神經科醫生作全面檢查。神經心理的檢查可以準確地測量患者的認知能力。全面檢查亦可能包括化驗和X光。

治療

目前有數種經由美國食品藥物管理局批准使用的藥物可以減緩阿氏症的病徵。有些病人可能在剛開始服藥時便感到認知能力有所改善。但改善的時間和程度因人而異。藥物並非可以完全治療阿氏症,病情遂漸惡化是無可被免的。

非藥物治療也對阿氏症患者有利。譬如段練身體的運動可以增加體力,興趣及改善身心健康。因為病人多數缺乏起動力,活動時有人幫助會較好。

看護者

作為阿氏症病人的看護者,身心都會受到挑戰。很多時,看護者需要擔當患者的財務及日常起居飲食的責任。同時,患者因記憶力退化而不能識別家人可導致家庭糾紛或分離。

家人記憶力衰退的問題較易疏忽,原因有下列多項:

- 1) 導向感減退及混淆可歸咎於病人對新環境的不熟悉。
- 2) 記憶力衰退被認為是正常的老化現象。
- 3) 失智被視為是陰陽失調,風水欠佳或報應。
- 4) 很多人不願意與醫生談及失智症,害怕自己或家人丟臉。

不幸的是中國人普遍相信以上的看法,從而延誤尋求協助。事實上,三藩市灣區有很多組織特別為華人失智者及其家人服務。

阿滋海默症協會

<http://www.alz.org> 800-272-3900

家庭看護者聯盟

<http://www.caregiver.org> 800-445-8106

三藩市加州大學記憶力研究及治療中心

<http://www.memory.ucsf.edu/chinese.html> 415-476-1692