

認識腦退化症

腦退化症-----又名老人癡呆症、失智症或認知障礙症，它是一種腦部退化的疾病，主要影響認知功能，例如記憶、學習、計算、判斷、語言、理解等，也可以引致行為轉變及情緒控制問題，從而影響自我照顧能力。腦退化症的患病比率會隨著年齡遞增，根據研究指出，七十五歲至八十歲的長者中，大約有一成人患有此症。

種類及成因

腦退化症的種類繁多，成因各有不同。最普遍是阿爾茨海默症，佔患者七成，它是因為腦細胞產生病變而壞死的原發性疾病，現時還未有徹底根治的療法，但有些藥物可以提升認知功能，紓緩病徵。其次是血管性腦退化症，是由於多次中風引致的。餘下少數是因為其他病理導致，例如甲狀腺機能過低，維他命B12缺乏症，慢性腦積水，梅毒感染等，但是如能診斷出其中某些病理，可以透過適當的治療去根治或緩和腦退化症。

病徵

腦退化症的病情進展及病徵會因人而異。世界腦退化症協會提出十個常見於早期腦退化症患者的徵狀：經常忘記近期發生的事情，對周圍的事情及原來的興趣失去主動性，迷路或走失，情緒及性格上有明顯改變，處理一些日常生活活動出現困難，語言溝通出現困難，與別人傾談時會重複說話或發問，不適當地存放物件，計算和管理金錢能力下降，行為轉變。若發現家人或親友有以上的情況，懷疑患上腦退化症，便要及早求醫，作出診斷。

預防

我們日常要多用腦，鍛鍊腦筋靈活，培養良好的嗜好，終生學習，維持社交活躍，保持心境開朗，都可以降低患上腦退化症的風險，提升大腦功能。我們也要採取健康生活模式，注重均衡飲食和適量運動，身體必然更強健。

資料來源：鄭達榮醫生

香港浸信會醫院專科門診腦神經科專科醫生