

愈早認識及診治認知障礙症 有助減低健康風險

老年認知障礙症其實是一種中年病。香港作為現代高社會經濟的城市，人口老化便是其中一個特徵。人的壽命長了，健康亦得到改善，但在老年期出現的「認知障礙」仍然是高的。與西方社會一樣，年紀愈大患病率愈高，比如說，七十歲的人有十分一機會患上此病，而八十歲的機率是三分之一。另外，擁有較高學歷或較豐富工作經驗的人士，可能會遲一些才病發，因為大腦的儲備因讀書及工作經驗而增加，抵抗病理。

如果我說老年認知障礙症是每一個家庭的事，並不誇張，本人也曾照顧於晚年患上認知障礙症的母親。故此，每一個現代家庭都有責任認識此症的早期徵狀，希望能幫助患者及早就診。當發現家中約八十歲的長者回顧過去陳年記憶衰退而加劇，令人擔心，並開始以為家人及家傭偷去自己的金錢，這些大大可能是「阿氏症」的徵狀，是急需要找醫生評估及確診的。

「阿氏症」原名為「阿茲海默症」(ALZHEIMER'S DISEASE)，是老年期的認知障礙中最常見的，佔70%的病症。它不是正常的老化現象，而是大腦神經病理，BAMYLOID經年累積所致，使大腦神經細胞死亡，失去細胞之間的傳導工作，繼而產生病徵。而受損的大腦器官是海馬體 (HIPPOCAMPUS)，是新鮮事物的儲存處理器，所以有健忘、重覆問問題等早期的徵狀。

雖然現今的醫學診療只能使病徵穩定，未能根治，但及早求醫確診、施藥，及安排非藥物治療的活動都是有效的，家人照顧方面亦容易一點。及早確診在現代社會另一個含意，便是病者與家人要考慮到財務的問題，因為雙方可能要作出妥善而長遠的安排。老年期的「認知障礙症」是正式的醫學學名，取代了以往的「老年痴呆症」、「失智症」或「腦退化」病。由此可見，正確的認識及面對是每一個家庭的責任。

「認知障礙」雖然在老年期出現，但病理早在二、三十年前已經開始積聚。我們知道中年期的血壓高、血脂高、血糖高、焦慮抑鬱、腦外傷，及睡眠窒息，都使病理的積聚加劇。而學歷、對智能有挑戰的工作、地中海飲食，及益智的閒餘活動，都對大腦儲備及健康有益，使老年期的病徵推遲出現。所以現今醫學開始認為老年期的認知障礙病要被視為中年的病症，盡早著手減低患者上述的健康風險。

(文章轉載自浸訊222第94期)

資料來源：戴樂群醫生

香港浸信會醫院認知障礙及老人科主任醫生