

認識阿茲海默症（失智症）

失智症是一種腦組織被進行性傷害，導致腦部退化演變成慢性腦部疾病，起因於大腦病變及腦血管因素，造成認知能力逐漸減退。病人會出現明顯的短期記憶障礙、語言表達障礙，運動功能正常卻無法執行活動，感覺功能正常但無法辨別事物，以及計畫、組織、排序等執行功能的障礙，並因此造成顯著的社會功能及職業功能障礙，且伴隨有日常生活功能退化的情形。

一、失智症的分類：

1. 阿茲海默型失智(持續性腦部細胞退化)。
2. 多發性梗塞失智症(小中風引起)。
3. 其他：酒精成癮相關疾病、水腦、腦瘤及不明原因引起。

二、早期發現失智症的警訊（美國阿茲海默氏病協會提出）：

1. 記憶力減退到影響生活：病人常抱怨健忘，忘記重要的節日，並反覆詢問剛才聽過的事情，由立即、近期及遠期，記憶逐漸喪失。
2. 計劃或解決問題有困難：對於計劃事情或處理金錢相關事務（如付信用卡帳單有困難），比以前不容易專心，做一件事情需要比以前花更多時間。
3. 言語表達或書寫困難：在談話中間忽然停下，重複說過的話或是忘記講到哪裡，找不到正確的字來表達一個東西。
4. 對時間、地點感到混淆：依序對時間、地點，人物，失去定向感，不知道現在的日期、季節，忘記自己身處何地或是不記得怎麼到達該地。
5. 判斷力、計算能力下降：如病人可能於購物時用很多錢買很少的東西，隨意贈送物品或金錢給親友。
6. 對於了解視覺圖像以及空間關係有困難：病人在閱讀，判斷距離、顏色或對比上會有困難。有時候經過鏡子無法辨識自己的影像，且會懷疑房間有別人。
7. 東西擺放錯亂且喪失回頭尋找的能力：病人可能將物品放錯，也記不起曾經走過的地方，而指責別人是小偷。
8. 人格或情緒改變：病人常出現多疑、焦慮問題，而發展出自己作事情的一套特殊方法，當別人打破其規則時容易發怒，夜間會使症狀更加嚴重。
9. 無法勝任原本熟悉的事物：如家務事或開車外出陸續出現執行困難，進而無法維持身體清潔。
10. 工作或社交隔離：無法參加穩定而需要記憶的活動，進而退出職場及熟悉

的社交環境。

三、失智症的治療：在治療方面，分為藥物及非藥物治療。

a. 藥物治療：可使用乙醯膽鹼酶抑制劑，其次針對產生妄想及幻覺、情緒低落，採用適量抗精神病藥及抗鬱劑輔助治療。

b. 非藥物治療方面：近年來逐漸受到重視，主要是提供病人安全，提升自我照顧及維持營養需求，以達到減緩功能退化的目的。

四、居家注意事項：

1. 外出時記得配戴印有聯絡資料之卡片或手鍊，以便發生狀況時能得到援助，若出現夜間遊走情形，家中大門夜間應該反鎖。
2. 協助建立病人正確時間、地點及人的辨識度，如：利用時鐘、日曆…等。
3. 提供安全的居家環境：a. 住所不宜時常變動，儘量不要移動家中擺設，家中物品如：瓦斯爐、熱水器、打火機、刀子、剪刀…等危險設備或細小之物品要加鎖收好，避免病人使用。b. 衛浴環境應保持乾燥明亮，可加裝扶手，避免跌倒受傷。c. 降低床舖的高度，房間擺設宜簡便。
4. 鼓勵參加病友支持性團體，如：參加懷舊治療團體、樂齡活動團體。
5. 隨著病程進展，病人可能變得不靈活、失去平衡感，此時可協助病人使用助行器，並保持屋內簡潔整齊安全，以防止病人跌倒，且嚴禁開車，減少病人單獨外出的機會。
6. 提供音樂治療可紓解病人壓力、焦慮及情緒，增加言語表達。
7. 擺放病人熟悉物品，如：照片、心愛的擺飾等，利於提供現實導向。
8. 溝通時內容宜具體簡單，必要時可一次一句、重複重點。
9. 與病人互動避免爭辯或給予挫折，使用轉移注意力技巧，以鼓勵、讚美提升其自尊。

國軍左營總醫院 護理部 關心您的健康

如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機