



媒體報導

- 日期：2010年7月3日 (星期六)
- 資料來源：成報 (副刊-醫健)
- 標題：輕度認知障礙可惡化為癡呆 認知訓練助長者醒目生活

醫健 HEALTH news

Sing Pao Newspaper

成報

3/7/2010 星期六

輕度認知障礙 可惡化為癡呆

認知訓練助長者醒目生活

很多長者深受老人癡呆症困擾，據推算，香港有多達17萬名「輕度認知障礙」患者，當中有10%或會惡化為癡呆症人士。英國威爾斯大學的研究證明，健腦活動對減低或推遲癡呆症的發病率有積極的作用。有職業治療師認為，本港醫院現時要至長者的認知能力衰退至患上老人癡呆症，才會獲安排接受醫療或院舍服務，因此，長者若有輕度認知障礙時，就應該要接受有關的認知訓練，避免患上老人癡呆症。

記者黃玉麗報道

基督教家庭服務中心註冊職業治療師張仙芬接受訪問時表示，一般人到了中年，腦部記憶開始有了變化，之後開始會斷斷續續忘記事情，而輕度認知障礙患者最大的問題，是專注力和記憶力不足，如忘記了電話號碼及門口密碼，平時煲湯卻又會忘記此事，但他們可以照顧個人的日常生活。

醫院不收輕度患者

她指出，當中有10%的患者是老人癡呆症的前期病者，病情惡化的時候就會變成了老人癡呆症。她補充，由於輕度認知障礙患者的病情不算嚴重，

重，一般醫院不會受理，要直至病者已患上老人癡呆症，醫院才會治理和接收，在等候期間亦浪費了及早訓練的機會。

為改善輕度認知障礙患者的專注力和記憶力，基督教家庭服務中心為輕度認知障礙長者設計的認知訓練，服務了38名年齡介乎70至85歲的長者，有38位長者參加，而張仙芬與中心服務總監唐彩瑩負責有關工作。

接受訓練全部改善

張仙芬表示，訓練由理工大學職業治療系、該會日間照顧中心以及社區照顧服務提供的義工一同合作，內容包括治療師的專業評估與治療，以及社區義工和家居照顧員的密集式操練，如鍛煉視覺專注、聽視專注力、視覺記憶力、聽視記憶力、記憶策略等，藉此增強長者在社區生活的技巧，如購物、使用電話、使用大門密碼鎖及交朋結友等的能力。

她解釋，患者在參加訓練前後都要進行一個簡短智能測試。計劃於去年12月至今年4月作了暫時性的總結，結果顯示，所有參加者於專注力記憶力及一般認知功能，均有明顯的改善。張仙芬說，訓練對長者生活有幫助，有些長者在訓練前，分不清不同紙幣的類別，如10元紙幣或20元紙幣等。



■李先生(前左)在義工們和太太(前右)的密集式訓練下，情況已轉好。(黃玉麗攝)

患者連銀紙都唔識數

特稿

「去咗陌生嘅地方，會唔知方向返嚟，飲茶時去廁所，會唔識點行返嚟；夜晚去廁所，會唔識點樣返出去，連銀紙都唔識數……」李太太說患有輕度認知障礙的老伴，其過往的失憶經歷，心中有點無奈，但自從參加了中心的訓練後，加上老伴的指點，雙管齊下，現時情況已得到改善。

李伯伯今年80歲，退休前是醫療輔助隊的拯救員，去年便出現嚴重的失憶情況，遂於12月參加了基督教家庭服務中心主辦的認知訓練。負責是項工作的基督教家庭服務中心職業治療師張仙芬表示，義工和照顧員為長者提供密集的訓練，針對日常生活的問題，再加入記憶策略，如氣溫高的時候，開動冷氣，開完冷氣後，

要繳交電費等。

訪問期間，眼見桌上有不少「假銀紙」，她續謂，義工們會教他們認清紙幣，因此，李先生現在已能分清紙幣了。

現時伯伯的認知和記憶能力逐步改善，身旁的李太太可謂功不可沒，她說，一定要丈夫每天練習，如洗碗的程序。李太太笑說，他的精神面貌醒目了不少，又知道東西擺放的位置，但強調練習必須要持續進行。

而身為李先生照顧員的楊小姐稱，剛來到李宅時，覺得李先生精神呆滯，不會主動跟別人談話。經過訓練後，現時已懂得主動跟人聊天，還反問她「知唔知道醫療輔助隊點嚟？」

記者黃玉麗



■張仙芬表示患者有機會變成老人癡呆症。





輕度認知障礙 可惡化為癡呆

認知訓練助長者醒目生活

很多長者深受老人癡呆症困擾，據推算，香港有多達17萬名「輕度認知障礙」患者，當中有10%或會惡化為癡呆症人士。英國威爾斯大學的研究證明，健腦活動對減低或推遲癡呆症的發病率有積極的作用。有職業治療師認為，本港醫院現時要至長者的認知能力衰退至患上老人癡呆症，才會獲安排接受醫療或院舍服務，因此，長者若有輕度認知障礙時，就應該要接受有關的認知訓練，避免患上老人癡呆症。

記者黃玉麗報道



■李先生(前左二)在義工們和太太(前右二)的密集式訓練下，情況已轉好。
(黃玉麗攝)



基督教家庭服務中心註冊職業治療師張仙芬接受訪問時表示，一般人到了中年，腦部記憶開始有了變化，之後開始會斷斷續續忘記事情，而輕度認知障礙患者最大的問題，是專注力和記憶力不足，如忘記了電話號碼及門口密碼，平時煲湯卻又會忘記此事，但他們可以照顧個人的日常生活。

醫院不收輕度患者

她指出，當中有10%的患者是老人癡呆症的前期病者，病情惡化的時候就會變成了老人癡呆症。她補充，由於輕度認知障礙患者的病情不算嚴

重，一般醫院不會受理，要直至病者已患上老人癡呆症，醫院才會治理和接收，在等候期間亦浪費了及早訓練的機會。

為改善輕度認知障礙患者的專注力和記憶力，基督教家庭服務中心為輕度認知障礙長者設計的認知訓練，服務了38名年齡介乎70至85歲的長者，有38位長者參加，而張仙芬與中心服務總監唐彩瑩負責有關工作。

接受訓練全部改善

張仙芬表示，訓練由理工大學職業治療系、該會日間照顧中心以及社區照顧服務提供的義工一同合作，內容包括治療師的專業評估與治療，以及社區義工和家居照顧員的密集式操練，如鍛煉視覺專注、聽視專注力、視覺記憶力、聽視記憶力、記憶策略等，藉此增強長者在社區生活的技巧，如購物、使用電話、使用大門密碼鎖及交朋結友等的能力。

她解釋，患者在參加訓練前後都要進行一個簡短智能測試。計劃於去年12月至今年4月作了暫時性的總結，結果顯示，所有參加者於專注力記憶力及一般認知功能，均有明顯的改善。張仙芳說，訓練對長者生活有幫助，有些長者在訓練前，分不清不同紙幣的類別，如10元紙幣或20元紙幣等。



■張仙芬表示患者有機會變成老人癡呆症。



患者連銀紙都唔識數

特稿

「去咗陌生嘅地方，會唔知方向返嚟，飲茶時去廁所，會唔知點行返嚟；夜晚去廁所，會唔識點樣返出去，連銀紙都唔識數……」李太訴說患有輕度認知障礙的老伴，其過往的失憶經歷，心中有點無奈，但自從參加了中心的訓練後，加上老伴的指點，雙管齊下，現時情況已得到改善。

李伯伯今年80歲，退休前是醫療輔助隊的拯救員，去年便出現嚴重的失憶情況，遂於12月參加了基督教家庭服務中心主辦的認知訓練。負責是項工作的基督教家庭服務中心職業治療師張仙芬表示，義工和照顧員為長者提供密集的訓練，針對日常生活的問題，再加入記憶策略，如氣溫高的時候，開動冷氣，開完冷氣後，

要繳交電費等。

訪問期間，眼見桌上有不少「假銀紙」，她續謂，義工們會教他們認清紙幣，因此，李先生現在已能分清楚紙幣了。

現時伯伯的認知和記憶能力逐步改善，身旁的李太可謂功不可沒，她說，一定要丈夫每天練習，如洗碗的程序。李太笑說，他的精神面貌醒目了不少，又知道東西擺放的位置，但強調練習必須要持續進行。

而身為李先生照顧員的楊小姐稱，剛來到李宅時，覺得李先生精神呆滯，不會主動跟別人談話。經過訓練後，現時已懂得主動跟人聊天，還反問她「知唔知道醫療輔助隊點嚟？」

記者黃玉麗

- 完 -

