



媒體報導

日期： 2011年6月22日(星期三)
資料來源： 明報 - 健康
標題： 老年癡呆前期 在家特訓笑哈哈
相關網頁： [請按此](#)



何太太讓丈夫(圖)做家務種種花,多活動,有助維持腦功能,減慢退化。(葉漢華攝)



何太太(右)為「輕度認知障礙」的丈夫在家作訓練,保存認知能力,做得好更給他舉起大拇指,何先生也樂得哈哈大笑。(葉漢華攝)

【明報專訊】87歲的何先生與差不多80歲的太太,居住在觀塘翠屏邨長者屋,地方不大但井井有條。夫婦倆看來都很「精靈」,對答如流,和藹可親,但不說不知道,何先生被診斷患有老年癡呆症(又稱腦退化症)前期的「輕度認知障礙」(Mild cognitive impairment, 簡稱MCI)。在社福機構幫助下,何太太利用特製工具在家為丈夫作專門訓練,保存認知能力,做得好更給他舉起大拇指鼓勵,何先生也樂得哈哈大笑。

數年之前,何太太發現丈夫的記憶愈來愈差。水燒沸了,卻忘記沖進保溫瓶;別人致電家裏找何太太,請何先生代轉回電的要求,但他忘記轉告。她後來帶丈夫到公立醫院輪候老人科專科門診,去年初醫生只叫何先生回去多運動,「自己搵啲嘢做吓」,沒有任何跟進。「除非你(指患者)惡化至吃了飯也不知道的地步,醫生才會理會。」何太太說時還是有點憤憤不平。

夫婦二人一直使用**基督教家庭服務中心**的服務,何太太向社工談起丈夫的情況,社工便轉介二人到中心轄下去年10月才開始的智存記憶及認知訓練中心。負責計劃的經理陳汝威同時也是職業治療師,他利用專用的MMSE測試替何先生評估,30分的總分他只拿到25分,屬老年癡呆症前期的「輕度認知障礙」階段。





陳汝威稱，由於五至八成處於 MCI 的長者會惡化為老年癡呆症，故此愈早接受訓練去保存認知能力，維持專注力，愈能減慢退化的速度，於是何太太陪伴丈夫到中心接受訓練。這半年來更借用了中心特別設計的工具，讓丈夫留在家裏練習，有時候模擬買東西來訓練計算能力，有時候做連線練習鍛煉專注力（見另文），這些都是陳汝威因應何先生的狀況而「處方」的。

負責簡單家務

「天氣炎熱，大家都不太願意外出，在家這樣做好些！」何太太差不多每天都陪伴丈夫做練習。「不能罵，否則不高興，頭腦發脹，要慢慢告訴他要做什麼。」她還特地把練習時間安排在午飯前，因為此時丈夫頭腦較清晰。「做完要話佢叻先得！」

除此以外，何太太不像其他照顧者那樣不讓患者碰這弄那，她反而安排一些家務給丈夫做。「要佢做吓嘢，咪『咩咩地』坐嚟度，仲弊！」所以拖地洗廁所由丈夫負責，小件的衣服像內衣褲由他自己手洗，還種些小盆栽掛窗上。「你看，我家的地抹得很乾淨的。」何太太讚賞丈夫，說以他快到 90 歲的年紀做得這麼多這麼好，「你都幾叻」！坐在旁邊的基督教家庭服務中心服務總監（長者照顧）唐彩瑩，更是欣賞她這樣的做法。

測試分數回升

經過數月來的訓練後，何先生的 MMSE 測試由 25 分進步至 27 分。何太太未必了解分數背後的意義，但她察覺到丈夫記得在水燒開後沖進保溫瓶裏，才令她欣慰。「就算真的忘記了，水涼了，那就再燒吧！」她說。

文：姜素婷 圖：葉漢華 編輯：余仲娟

