

星島日報

S I N G T A O D A I L Y

August 6, 2017



■安樂居長者讀報。



■安樂居長者參與康娛活動。



■安樂居長者在運動。

85歲以上 近半都阿滋海默



文/圖：記者姚善昕

阿滋海默症 (Alzheimer's Disease)

是由一名德國醫生阿滋海默在1906年最早發現，所以病症以該醫生的名字命名。不少華人將症狀俗稱為「癡呆病」或「老人癡呆症」，三藩市長者護理機構「安樂居」的醫生劉丹丹表示，這種名字不只是侮辱，亦是對這個疾病的誤解。

劉丹丹醫生指出，阿滋海默症是失智症最常見的一種，失智症是包括其他讓大腦功能退化的疾病，但亦因為阿滋海默症的症狀為記憶力衰退而最為明顯。全美有多達五百萬人被確診為阿滋海默症病患者，基本上65歲以上的長者，十個人中就有一名病患，而85歲以上長者則多達三成入至五成人都是病患。

根據阿滋海默症協會第資料，阿滋海默症佔失智症的六成至八成病例，該病症既不是精神病，亦不是正常的老化現象，而是一種大腦疾病，導致患者的記憶、思考、及行為都受影響，雖然症狀大不相同，但最常見的先兆是嚴重健忘。阿滋海默症的真正成因仍然不明，病症會隨時間惡化，並不能完全治愈，只能減慢病發過程，而最終會導致死亡。

65歲以上第五大死因

數據顯示，阿滋海默症是全國人口的第六大



■黃文榮經過了長達兩年的時間才被確診患上「阿滋海默症」，入住療養院接受專業護理。

65歲以上第五大死因

數據顯示，阿滋海默症是全國人口的第六大死因，更是65歲以上人士的第五大死因。雖然其他致病疾病的死亡率有下降趨勢，但阿滋海默症的死亡率在近年卻明顯上升，由2000年至2014年，全國因心臟病的死亡下降了14%，而阿滋海默症的死亡率卻上升了89%，在加州增幅更達驚人的186%。

雖然阿滋海默症病發廣泛，但華人社區對此病症的認識和了解仍不足夠，很多人以為這是老年人衰老的正常現象，甚至認為無需求醫，亦有人會因為面子問題而忌於求醫。劉丹丹醫生指出，從華人社區聽到的最常見誤解是，有病人會自責，以為是以前「積下的債」，怪責自己以前做錯了什麼導致現在患病，亦有家屬會怪責病人想太多，「總是提著舊事」，但她指出，這些其實都是阿滋海默症的症狀之一，病人根本無法控制。

此外，不少華人都希望為病症尋求根本治療，由於西醫目前並沒有根治阿滋海默症的方法，令不少華人轉向中醫求助，希望透過服用草藥令病人痊癒。劉丹丹醫生提醒，中藥可能會與某些西藥發生抵觸的作用，建議在服用前預先請求醫生的專業意見。

劉丹丹醫生指出，華裔阿滋海默症病人面對最大的困難，可謂是子女的「孝心」，中國人照顧父母的傳統觀念根深蒂固，令不少人抗拒父母送到療養院，她表示，在中國的時候沒有聽過失智症，而在華人文化中，對這種病會抱有一種羞恥的感覺，認為要把老人藏在家裡，同時亦有可能是以往沒有專門的療養院，令病人及家屬求醫遇到困難。

此外，病患者要獲得正確診斷亦不是一件容易的事，由於診斷阿滋海默症必須經過專科醫生的觀察及檢驗，不少病患都需要兩年、甚至是五年的時間才獲得確診。劉丹丹指出，的確有看過及聽過一些個案，家人因為留意到症狀而把病人帶去看醫生，但醫生只是說不用擔心，甚至是觀察一段時間後作罷。

經常發脾氣無理取鬧

Henry黃衍昌的爸爸黃文傑就經過了長達兩年的時間，才被確診患上阿滋海默症。

黃衍昌憶述，大概七年前，黃文傑約78歲時，家人開始留意到他的行為有異常狀況，開始經常忘東忘西，經常將不離身的「三件寶」——手機、銀包、鎖匙忘記，又會重複吃藥，煲水又不記得關火。一開始時家人沒有擔心太多，以為只是老人家記憶力開始衰退的正常現象，直至後來，情況慢慢開始嚴重，黃文傑出現幻覺，在天晴的時候說屋外正在下雨，堅持要撐傘出街，情緒更變得大起大落。

面對患病的黃文傑經常發脾氣無理取鬧，黃衍昌表示，父親在行為及情緒上突然出現巨變，家人都難以接受，無法理解一個成年人為何會做出超乎常理的事情。尤其是因為黃爸爸以前是一家之主，在家中地位超然，黃衍昌表示，爸爸的性格剛烈，「他話一就無人敢話二」。

黃文傑退休前是一名醫生，在中國兒科界甚有名氣，在廣州的一所醫學院教書，培育不少後輩。面對自己大腦機能日漸衰退，從一名壯年人逐漸衰退成需要別人照顧的老人，黃文傑也覺得難以接受，經常對家人自責表示，「你們現在都覺得我無用，成為你們的包袱。」

黃衍昌表示父親患病的初至中期，與家人的摩擦特別大，他一開始對阿滋海默症基本上沒有任何認識，亦不懂得如何照顧父親；加上當時母親同時被確診患癌，對一家人的打擊特別大。

特別需要家人肯定及支持

他說，以前在中國從來沒有聽聞阿滋海默症，是來到美國才知道這個病，在爸爸開始生病

時，慢慢從各大媒體得知這個病症，發現不少症狀與爸爸的情況相近，才開始帶爸爸去看醫生，經過了長達兩年的時間，以及多次的腦部掃描，才確診父親患的是「阿滋海默症」。

對於照顧阿滋海默症患者，黃衍昌表示，保持自己的情緒穩定是對病人最大的幫助，由於病患者的爸爸特別需要家人對他的肯定及支持。

今年85歲的黃文傑目前居住在「安樂居」由醫護人員照顧，黃衍昌表示，爸爸目前基本上只能夠作簡單的溝通，在兩三年前已經失去了描述事物的能力，每次見面對話時都只能回答簡單的「是」或「不是」。

有不少華人仍然抗拒將年長父母送到老人院，覺得是自己不夠孝順，黃衍昌表示，好慶幸父母都看得開，由於爸爸以前是醫生，而媽媽是一名護士，早在他們仍然年輕的時候已經向子女交代好，如果日後遇上緊急的醫療狀況不用搶救，精神變得不清晰就送療養院，並已經叮囑好身後將骨灰撒向大海。



阿滋海默症十大徵兆

阿滋海默症協會表示，如果留意到親友以下十大徵兆或是更多症狀，請找醫師諮詢。

1. 影響日常生活的記憶力改變

剛獲得的資訊馬上就忘記，是失智症早期最常見的徵兆之一。其他徵兆包括忘記重要的日期或是活動；重複詢問同樣的事情；依賴輔助記憶的用品（例如紙條或是電子用品），或是依賴家人從事以前可以自己做的事。

2. 計劃事情或解決問題有困難

有些人可能在規劃或是執行計劃上，或是處理數字上出現困難。他們可能在依照一個熟悉的食譜做菜或是處理每個月的帳單上出現問題。他們可能無法專心，或是需要更多的時間來處理以前熟悉的事情。

3. 在家中、工作場合或休閒活動中完成熟悉的工作有困難

阿滋海默症患者常覺得規劃或打點每天的日常生活有困難。有時候對於開車到一個熟悉的地方，在工作上管理預算，或是記住最喜歡的遊戲的規則也會出現問題。

4. 對時間或地點感到困惑

阿滋海默症患者會忘記日期，季節和時間

的關聯性。如果一件事情不是當下發生，他們可能很難理解。有時候他們可能忘記自己在哪或是他們是如何到這個地方的。

5. 對了解影像和空間關係有困難

對部份人來說，視覺問題是阿滋海默症的一項警告徵兆。他們可能在閱讀、判斷距離遠近、決定顏色或對比上出現困難。在理解力方面，他們可能會從一面鏡子前走過，然後覺得屋裡有另一個人。他們可能無法了解自己就是鏡子裡的那個人。

6. 說話或寫作用字出現新困難

阿滋海默症患者可能在了解對話或是加入別人的談話上出現困難。他們可能在話講到一半時停頓下來。不知道該怎麼繼續下去，或是可能會重複自己所說的話。

他們可能在字彙上出現困難，很難找到正確的字彙，或是叫錯事物的稱謂。（例如，將「手錶」稱為「手上的鐘」）

7. 物件放錯地方且失去回頭尋找和重做的能力

阿滋海默症患者可能會把東西放在不尋常的地方。

他們可能掉了東西卻無法回頭去找它。因

為找不到有時候他們也許會指控別人偷竊。隨著時間的發展，頻率也會隨著增加。

8. 判斷力變差或減弱

阿滋海默症患者可能會經歷到判斷力或是做決定的能力減弱的改變。例如，他們可能失去對金錢價值的判斷力，而支付大筆錢給打電話來的推銷商。他們可能減少注意力在梳洗或是保持身體清潔上。

9. 退出工作或是社交活動

阿滋海默症患者可能開始不再保有嗜好，退出社交活動，或是從工作，體育活動上將自己隔絕。

他們可能在追蹤最喜愛的球隊或是完成自己最喜歡的嗜好上出現困難。他們也可能因為自己經歷到的改變而避免參與社交場合。

10. 情緒和個性的改變

阿滋海默症患者的情緒和個性會改變。他們會變得困惑、懷疑、憂鬱、害怕或焦慮。只要離開他們自己認定的「舒適圈」以外，可能在家裡，工作場合，或是和朋友在一起時，他們都容易變得心煩意亂。

阿滋海默症協會24小時諮詢專線800-272-3900。