

阿滋海默症

Alzheimer's Disease

給病人與家屬的資訊

什麼是阿滋海默症

阿滋海默症(AD)是一種常見病，它首先會影響您的記憶。隨著病情的惡化，它會影響您思維的其他部分，如注意力、計劃和語言功能。它是**認知障礙症**最常見的原因。

有哪些症狀？

阿滋海默症病人通常在短期記憶上有困難。例如，他們可能：

- 更加健忘（如：他們和誰交談過，或者他們曾計劃做什麼）
- 不斷自我重複
- 放錯東西

此疾病會隨着時間惡化。當病情變差，病人會出現其他思維問題，像：

- 在熟悉的地區迷路
- 日常活動有困難，如：
 - 支付賬單或平衡支票本的餘額
 - 做飯
 - 說話時使用適當的詞語
 - 駕駛車輛

當病情變得很嚴重時，病人可能會開始失去他們的長期記憶。



阿滋海默症的成因

當人們患有阿滋海默症時，在他們的大腦內有蛋白質的沉積。這些蛋白質（被稱為澱粉樣蛋白斑塊和神經原纖維纏結）的沉積會導致您的神經細胞：

- 相互溝通有困難
- 提早死亡

我們尚不知道為什麼會發生這種沉積。

安全問題

由於阿滋海默症可以影響您對事情理解、閱讀、或進行日常活動的能力，所以會產生安全的問題。阿滋海默症可以令病人在開車、做飯、遵照藥物服用說明，或作出法律決定時變得不安全可靠。

治療方法

目前還沒有治癒阿滋海默症的方法，但有一些藥物和其他治療方法對病情有幫助。合併使用藥物和其他治療通常能最有效減慢阿滋海默症惡化的速度。

一些有效的藥物包括：

- Donepezil（多奈呱其）
- Galantamine（加蘭他敏）
- Rivastigmine（利巴斯狄明）
- Memantine（二甲金剛烷）

其他治療包括：

- 參與更多的社會和智力活動，例如學習新事物（語言，繪畫），或去社區中心參加活動，玩遊戲或做智力拼圖
- 更加活躍並進行更多的有氧運動，例如騎固定自行車，游泳，參加健身房，快步走
- 改變飲食（吃地中海式飲食會有所幫助）

保持良好的健康也是同樣重要。如果您有糖尿病、高血壓，和/或有高膽固醇，都需要良好的治療及管理，因為這些疾病可以令**認知障礙症**惡化。

如需更多健康資訊，請瀏覽UHN病人教育網站：www.uhnpatienteducation.ca。請聯繫我們提供反饋意見，或索取本手冊其他版本，例如大字體或電子版本：pfep@uhn.ca