

# 輕度認知功能障礙(MCI)

Mild Cognitive Impairment (MCI)

## 給病人與家屬的資訊

### 什麼是輕度認知功能障礙 (MCI) ?

當記憶力測試顯示一個人的記憶問題比同齡人士的平均程度嚴重時，他們就是患有輕度認知功能障礙(MCI)。輕度認知功能障礙病人在記憶力上有困難，但仍可以進行日常活動。

### 輕度認知功能障礙的診斷有什麼重要？

輕度認知功能障礙 (MCI) 的病人有較高的機率會罹患阿茲海默症、路易體失智症、額顳葉失智症等的神經退化性疾病。當有人出現短期記憶問題的時候，它稱為遺忘型輕度認知功能障礙 (Amnesic MCI)。每年，每 100 名遺忘型輕度認知功能障礙的病人中，就有 10 到 15 人會罹患阿茲海默症。這表示遺忘型輕度認知功能障礙的病人罹患阿茲海默症的風險是無輕度認知功能障礙病人的 3 到 4 倍。

較少關於無短期記憶問題（遺忘型輕度認知功能障礙）病人可能罹患阿茲海默症的信息。

### 輕度認知功能障礙(MCI)有哪些症狀？

患有輕度認知功能障礙(MCI) 的病人通常在短期記憶上有困難。例如，他們可能：

- 更經常忘記事情（如他們曾和誰交談，或者曾計劃做什麼）
- 重複同樣的說話
- 重複地問同樣的問題



儘管患有輕度認知功能障礙的病人有上述的困難，他們仍然能進行他們的日常活動。這正是輕度認知功能障礙與阿茲海默症的不同之處。

## 輕度認知功能障礙(MCI) 的成因是什麼？

輕度認知功能障礙 (MCI)可能由多種神經退化性疾病引起，包括阿茲海默症、路易體失智症、以及中風、營養或代謝性疾病、和精神（心理健康）疾病。

## 有什麼治療方法？

目前尚無藥物可幫助治療輕度認知功能障礙(MCI)。研究顯示用於阿茲海默症的藥物並不能防止或延緩輕度認知功能障礙患者患上阿茲海默症。

您可以做些其他事情改善您的記憶力，或防止它變差

◦ 對記憶力有幫助的事情包括：

- 報讀一個新的課程，如語言或運動課程
- 報讀一個教您如何提高記憶力的課程
- 使用記憶輔助工具，例如列出清單，使用日曆，或每次把東西放在同一個地方。

同樣重要的是要保持良好的健康。如果您患有糖尿病、高血壓、和/或高膽固醇，就需要進行很好的管理，因為這些疾病可以使認知功能（思考、理解、說話）變得更差。

如需更多健康資訊，請瀏覽UHN病人教育網站：[www.uhnpatienteducation.ca](http://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](mailto:pfep@uhn.ca)