

關注腦退化

每年9月21日是「世界認知障礙症日」，旨在提升社會對腦退化症及腦部健康的關注，並為照顧者提供支援，與他們同行。從此，這一天變得更有意義！

腦退化症分為初中晚期3個階段，患者在各階段出現的病徵和病情發展因人而異。初期患者的短期記憶力會下降，他們清楚記得以前的事情，但對於近期的事，如：物件放在哪裏、前幾日去過什麼地方，甚至回家的路都可能忘記。若患者得到足夠社區支援，盡早接受認知評估、訓練及訂立合適的照顧計劃，將有助減慢退化速度。

對於初期患者，筆者的中心結合運動訓練及激勵智能訓練，以先運動後做認知訓練的模式，通過現實導向、多元智能遊戲、烹飪、緬懷活動及音樂治療等，維持患者的體能、認知功能及社交活動，延緩因體弱而入住院舍的機會。同時，亦讓家人安心工作，並擁有「Me Time」，減輕其負擔及壓力。

隨着病情發展，中期患者的記憶問題惡化，自理能力逐漸衰退，可能無法認出熟悉的家人，容易出現「鬧情緒」及記憶混亂的狀況，故中心以香薰治療和按摩作介入，利用嗅覺、觸覺等感官刺激，改善患者的行為和情緒

問題。自理訓練方面，內容傾向簡單及生活化，例如：梳洗、如廁、穿衣及進食等。透過重複訓練患者的固有技能，讓他們重新掌握生活自理能力，維持自我形象及尊嚴。

照顧腦退化症患者需要不少時間和精神，特別晚期患者，他們完全依賴照顧者的照料。因部分晚期患者有不同程度的語言、吞嚥和餵食困難，中心亦為有需要者提供言語治療服務，給予個案適切及針對性的訓練及建議，讓家人掌握照顧技巧。「賽馬會流金匯」腦退化症日間護理中心致力為腦退化症患者提供專業和多元的日間訓練及照顧服務，讓他們能於熟悉的社區中「居家安老」，並給照顧者適切支援和多元化的身心健康活動，查詢可致電3763 1000。

作者為賽馬會流金匯日間護理中心註冊社工