



## 藍田街坊福利會長者鄰舍中心

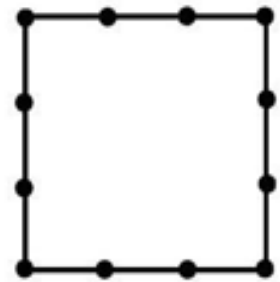
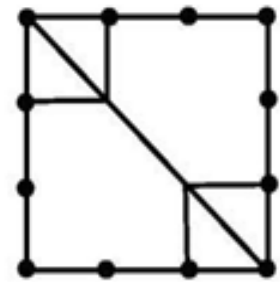
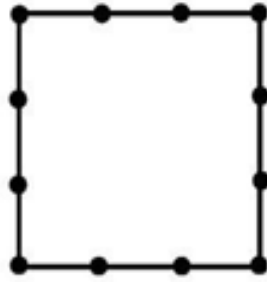
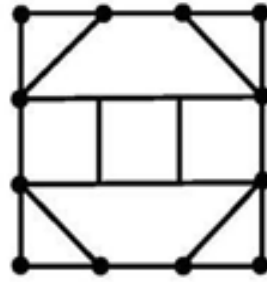
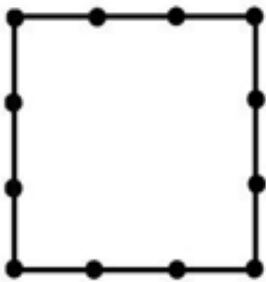
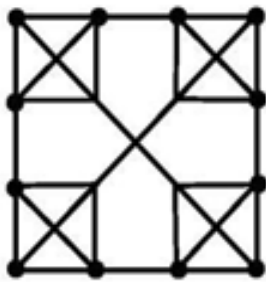
# 健腦小百科(2022年9月號)

上個月為大家介紹了「認知障礙症」十大警號其中 5 項警號為「一般無記性」或出現「認知障礙」的區別；今個月會為大家介紹餘下 5 項警號兩者的區別。

徵兆及病徵	正常老化的長者	患上認知障礙症的長者
6. 思考及運算出現困難	處理數目不清的賬項時，會出現混亂，但經解釋後，會明白及理解。	即使多次解釋，仍未能處理簡單的賬目，找贖也會經常出錯。
7. 隨處亂放東西	可能把物品隨處擺放，但靜心回想就能找回。	會把東西放在不適當的地方，如把生果放在衣櫃內，亦會因忘記擺放位置而認為被別人偷了。
8. 情緒及行為變得異常	偶爾會有失落或心情不佳的時候，但懂得調節自己的情緒，選擇恰當的時間及方式來發洩。	情緒起伏不定，較容易焦慮及發脾氣，控制情緒的能力下降。
9. 個性轉變	個性隨著年齡增長而有所改變。	部份患者會變得缺乏安全感、變得多疑，對人或事變得冷淡及較少說話。
10. 失去做事的主動性	偶爾也會對日常生活有厭倦的時候，但情況會好轉。	往往會變得被動及退縮，甚至對自己以往喜歡做的事也失去興趣。

# 健腦小遊戲

在下方的空格內畫出與上方相同的圖案。



玩法：在空格中填入數字「1、2、3 或 4」，令每一直行、橫行及每組不同顏色的四方格均含有 1、2、3 及 4。每個數字只可在每一直行、橫行及每組四方格中出現一次，不可重複或缺漏。

題目一

2			
			4
1			3

題目二

4			
	2		
			4
		3	2

完成小遊戲後可以在 9 月份內把答案交到中心接待處，答案正確的話可以換領小禮物一份。