



藍田街坊福利會長者鄰舍中心

健腦小百科(2023年9月號)

認知障礙症是因人腦持續不正常的退化所引致，患者的認知能力會逐漸退化，這種情況通常是緩慢地出現。

本月的小百科想為大家介紹一種名為「譫妄」的病症。患者除了會突然出現認知能力衰退、意識混亂的狀態外，還可能伴隨有情緒問題甚至出現幻覺及妄想。一般人很容易會將之與認知障礙症混淆。

「譫妄」的情況常見於正留醫的長者。

譫妄症是一種突發性的大腦認知障礙情況，患者通常會出現認知退化、意識紊亂甚至有情緒激動的行為。不同於認知障礙症，譫妄通常只會維持一段短時間，病情緩和後患者的情況會逐漸回復正常。

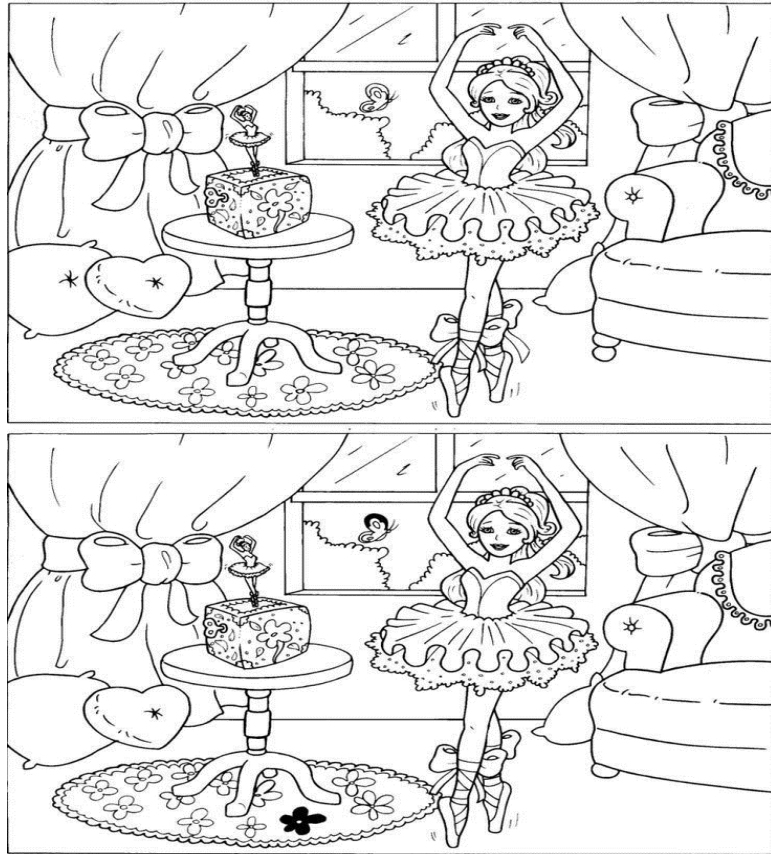
引致譫妄症出現的常見原因包括：身體疾病、受病毒感染、受藥物及酒精影響、生活環境突然出現重大刺激等。有些長者因生病需留醫治療，家人發現長者出現記憶衰退、對人物/時間/地點產生混亂、日夜顛倒及情緒激動等情況，便會誤以為長者開始有認知障礙症出現；但很多時隨着長者的疾病被治療妥當或出院後回復正常的作息生活，他們的譫妄症症狀便會消失。

如察覺長者出現突發性的大腦認知障礙情況，家人可先帶長者求醫，請醫護透過詳細檢查了解長者是否因身體不適或受藥物等因素影響而出現上述情況，如能對症下藥，這些突發性的大腦認知障礙情況會逐漸緩解。

在與譫妄症患者的相處上，照顧者需保持冷靜，在確保雙方均在安全的情況下，給予長者足夠的安全感包括多讓長者了解現時身處的地方、現時的日期及時間、盡量安排長者熟悉的親友陪伴在側等等。長者可能因病症而出現妄想及幻覺，照顧者應避免與長者爭辯，以免進一步刺激長者的情緒。

健腦小遊戲

在上及下兩幅圖畫中，找出 **7個** 不同的地方並把它們圈出來。



數獨遊戲玩法：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

1		4	
	4		2
	3		

題目二

4			
	1	4	
2			3

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。