

輕度認知障礙

最近，接受腦磁激及認知行為治療的腦退化症病人愈來愈多。統計顯示，2019年美國大約有580萬名65歲以上人士患上阿茲海默症，估計至2050年，人數將增加至1400萬。即每6名65歲以上人士便有一名是阿茲海默症患者，情況嚴重。

醫學界於1901年確認有關阿茲海默症以來，研究與治療發展都非常有限，目前還未有藥物能夠有效治療這個病，及早診斷和減慢病情惡化是現今治療的主要方向。

輕度認知障礙（MCI）是初期認知功能退化，對大部分患者而言，這是步向阿茲海默症的一個過渡階段。MCI主要可分為兩大類：一類是遺忘性，主要是記憶力退化，例如容易忘記最近發生的事情、常用簡單字詞、約會或重要日子，發展成阿茲海默症機會極高；另一類是非遺忘性，主要是語言及認知能力障礙，例如注意力缺失、處理財務問題等出現困難。然而，MCI和阿茲海默症都絕對不是正常衰老的一部分。

現今臨床腦神經心理學（Clinical Neuropsychology）的系列測驗及檢查已可以準確而仔細地評估患者大腦的各項功能，例如一般及高階認知能力（Cognitive functions），包括言語及視像空間的處理能力、專注力、工作記憶；執行功能，包括規劃分析、工序策劃、時間管理、情緒控制等。

阿茲海默症權威 Dr. Dale Bredeisen 指出，及早評估和診斷 MCI 患者大腦功能，透過藥物、食物、維他命和補充營養、調整生活模式和節奏、接受認知和記憶力訓練等，能有效延緩病情進展，保持生活質素，讓患者有尊嚴地生活。

作者為臨床心理學家及腦神經心理學家