

高壓氧治療認知障礙症

直至今今天，世界各地科學對認知障礙症的成因以及治療方式仍然未有具體共識。除了透過調整生活和飲食習慣，以及服用一些營養補充品，有限度地逆轉認知障礙症之外，不少病人都會接受高壓氧治療。最常見的認知障礙是阿茲海默症，其中一個主要特徵是大腦積聚過多 β 澱粉樣蛋白，形成斑塊，破壞大腦細胞網絡連接。

近年，許多有關高壓氧的臨床研究，對治療認知障礙症的成效讓人非常鼓舞。高壓氧可以透過增加我們呼吸的氣

壓和氧氣濃度，使更多氧氣可溶入血液裏面，促進新血管生成。

2021年發表的一項動物研究發現，高壓氧能增加血管直徑和大腦血流量，有效舒緩大腦缺氧狀況。

研究同時得知，高壓氧可減低 β 澱粉樣蛋白的體積，以及減少形成新的斑塊。正如之前提過， β 澱粉樣蛋白的聚積是阿茲海默症的關鍵特徵。

這些結果，讓科學家相信高壓氧對於常見的認知障礙症能帶來相當效益。

在臨床經驗上，一般能看到認知障礙患者接受高壓氧治療後，整體大腦功能都會提升。當中認知能力會明顯改善，包括專注力提高、記憶力得到改進、處理資訊的速度和反應加快；一些身體活動能力，包括平衡、步姿，以至寫字等精細活動，都有進步。

美國治療阿茲海默症的權威Dr. Dale Bredesen表示，延緩甚至逆轉認知障礙症是有可能的，但不能依靠單一治療方式。高壓氧是其中一個方法，同時要配合調整生活和飲食習慣、服用藥物及營養補充品、進行認知訓練等等。

作者為腦神經心理學專家
www.drsmng.com