



中華文化服務中心看護者信箱 (Caregiver Corner)

撰文：邱婉琮 社會工作碩士

阿滋海默症是一種大腦疾病，該疾病會導致記憶，思考和行為問題。阿滋海默症是一種不正常的老化現象但不是精神疾病。以下為阿滋海默症的十大警訊：

1. 記憶力衰退，而且會影響到工作技能

我們偶爾都會忘記別人交辦的事項、同事的姓名，或事業伙伴的電話號碼，然後過了一段時間才想起這些事，這種情形是很正常的。那些得到阿茲海默症的人，可能會比較常忘記事情，而且事後也不會想起來。他們可能會重複地詢問相同的問題，而不記得別人曾告訴過他們的答案。

2. 不會做一些原本熟悉的事務

忙碌的人有時候會一心多用，以至於他們可能會把胡蘿蔔遺忘在爐子上，然後一直等到吃完飯時才想到把它們端上桌。阿茲海默症患者可能會煮一頓飯，不過事後他們不僅會忘記把它端上桌，甚至會忘記自己煮過這頓飯。

3. 說話表達困難

我們在說話時，偶爾都會忘記正確的用字，但會使用別的字替代。阿茲海默症患者連簡單的字都會忘記，或是完全辭不達意，讓人聽不懂。

4. 失去時間和地點的定向感

我們偶爾會暫時想不起來今天星期幾或自己要去什麼地方，這是很正常的。但是，阿茲海默症患者可能會在自己居住的街道上或在一家熟悉的購物中心裡面迷路，而且不知道自己身在何處、是怎麼到那邊的，或是要怎麼回家。

5. 判斷力不佳或下降

正常人可能會因為沉浸在某個活動中或顧著講電話，而暫時忘了自己所正在看管的孩子。阿茲海默症患者可能會忘記家裡有孩子要照料，就自己出去串門子。還有，他們也可能穿著失當，例如，穿好幾件襯衫或工作服。

6. 抽象思考出問題

通常，人們在平衡支票簿上的收支數字時，如果這項工作比平常複雜一點，則他們可能會瞬間覺得很慌亂，但最終還是可以想出解決方式。阿茲海默症患者可能會完全忘記這些數字代表什麼意思，以及要怎麼處理它們。

7. 把東西放錯位置

任何人都有可能把皮夾或鑰匙放錯位置，不過，當他們折回原路尋找時，最後總是找到它們。阿茲海默症患者可能會把東西放在不恰當的地方：把熨斗放在冰箱，或是把手錶放在糖碗裡。

8. 情緒或行為的改變

每個人偶爾都會有悲傷或情緒不穩的時候。阿茲海默症患者的情緒可能會沒來由地波動得很快：在短時間內從平靜、掉淚，到憤怒，然後又恢復平靜。

9. 性格的改變

隨著性格特質的增強或圓熟，人的性格在不同的年齡通常會有些改變。不過，阿茲海默症患者的性格卻可能產生急遽的變化，他們會變得極端混亂、易怒、多疑，或恐懼。

10. 喪失進取心

對家事、商業活動，或社會義務感到厭惡是很正常的，但是大部分的人都會恢復他們的進取心。阿茲海默症患者可能會變得很消極，而且需要一些提示和催促，才會去參與各種活動。

This program supported, in part, by the Harris County Area Agency on Aging and the Texas Department of Aging and Disability Services.