

# 失智症是什麼？

失智症 ( Dementia ) 不是單一項疾病或是只有記憶力減退，而是一群症狀的組合(症候群)。主要是以記憶力、定向力、判斷力、計算力、抽象思考力、注意力、語言等認知功能障礙為主，同時可能出現行為異常、個性改變、妄想或幻覺等症狀，而且這些症狀的嚴重程度足以影響其人際關係及工作能力。

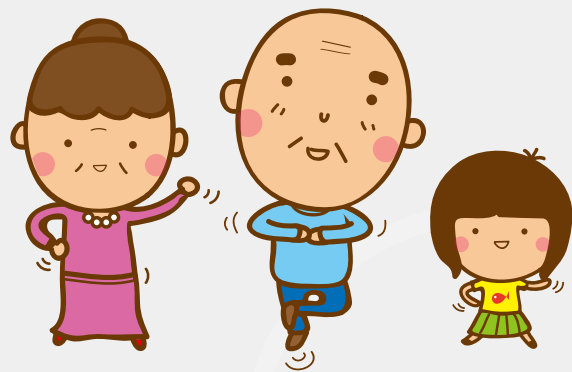
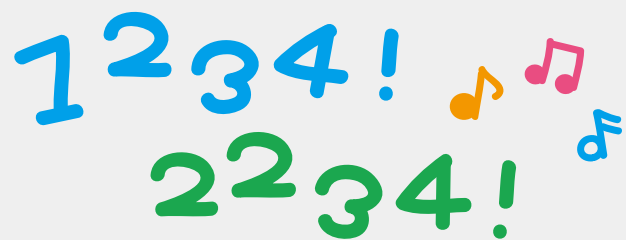


# 預防失智症的方法

## 趨吉

多動腦      多運動      多社交互動

採地中海飲食      維持適當體重



## 避凶

三高 ( 高膽固醇、高血壓、高血糖 )

頭部外傷      抽菸      憂鬱

# 失智症關懷專線

臺北市民請撥1999轉5880 ( 我幫幫您 )

服務時間：24小時諮詢服務



全台民眾請撥0800-474-580 ( 失智時·我幫您 )

服務時間：週一至週五上午9點至下午5點



失智時，我幫您

**0800-474-580**



## 社團法人台灣失智症協會

Taiwan Alzheimer's Disease Association

10461臺北市中山北路三段29號3樓之2

電話：(02)2598-8580傳真：(02)2598-6580

網址：<http://www.tada2002.org.tw/>

E-mail：[tada.tada@msa.hinet.net](mailto:tada.tada@msa.hinet.net)



# 失智症

## 十大警訊



誰 買那麼多 豆油!!



社團法人台灣失智症協會  
Taiwan Alzheimer's Disease Association

# 失智症早期有哪些徵兆？

注意：下列徵兆以阿茲海默症為例，不同類型的失智症出現之徵兆略有不同，建議您與醫師討論。

## 1. 記憶力減退影響到生活

一般人偶而會忘記開會時間、朋友電話，但是過一會兒或經過提醒會再想起來。但失智症患者忘記的頻率較高，而且即使經過提醒也無法想起該事件。因此，可能也會使患者常常重複發問、重複購物，甚至重複服藥。失智患者容易忘記近期發生的事，甚至連重要之日期或事件也會忘記。

## 2. 計劃事情或解決問題有困難

一般人可能收支平衡上有時會出現困難，但失智患者在規劃、執行計劃或在處理數字都可能出現困難。例如依照一個熟悉的食譜做菜或處理每月的帳單時出現問題。他們比較無法專心，且需要更多的時間來處理以前熟悉的事情。

## 3. 無法勝任原本熟悉的事務

失智症患者對於原本熟悉的事務常會忘記或遺漏既定的步驟，而無法順利完成，例如數學老師對於加減算數常出錯、英文老師不知「book」是什麼、年輕就開車的司機伯伯現在卻經常開錯路、銀行行員數鈔票有困難、資深廚師炒菜走味等。

## 4. 對時間地點感到混淆

一般人偶而會忘記今天是幾號，在不熟的地方可能會迷路。但失智患者會搞不清楚年月、白天或晚上，不知道自己身在哪裡或如何來到這裡，甚至會在自家周圍迷路而找不到回家的方向。

## 5. 有困難理解視覺影像和空間之關係

一般人可能因白內障而出現視覺障礙，但失智患者可能在閱讀、判斷距離遠近、決定顏色或對比上會出現困難。失智患者可能會誤認鏡子中的自己是另外一個人，而覺得屋裡還有其他人存在。



## 6. 言語表達或書寫出現困難

一般人偶而會想不起某個字眼，但失智患者想不起來的機會更頻繁，甚至會用其它的說法來替代簡單的用詞，例如：「送信的人(郵差)」、「用來寫字的(筆)」等，部份患者語言理解出現困難。

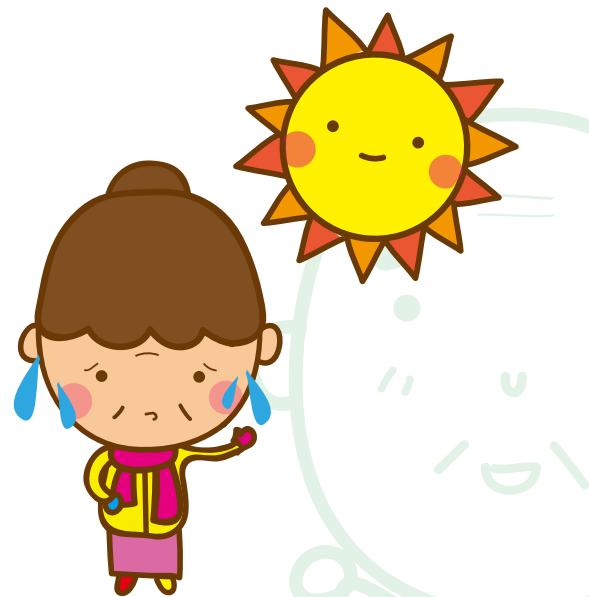
失智患者於會談中可能有困難跟上或參與討論，會談可能中斷、重複或不知如何進行。

## 7. 東西擺放錯亂且失去回頭尋找的能力

一般人偶而會任意放置物品，但失智患者卻更頻繁及誇張，將物品放在不合常理或不恰當的位置，例如果放在衣櫥裡、拖鞋放在被子裡、到處塞衛生紙等。失智患者於東西搞丟之後，無法回頭一步步尋找，且於找不到東西時常指控他人偷竊。

## 8. 判斷力變差或減弱

一般人偶而會做不好的抉擇，但失智症患者更頻繁或偏差更大，如聽信成藥等推銷廣告而付出大量金錢，或者買不新鮮的食物，借錢給陌生人、開車易發生交通事故或出現驚險畫面，過馬路不看左右紅綠燈等，穿著打扮可能不適合天候、場合或蓬頭垢面。



## 9. 從職場或社交活動中退出

一般人偶而會不想上班或參與社交活動，但失智患者的生活嗜好、運動、社交活動、工作等都逐步減少。患者變得被動，且避免掉許多互動場合。常在電視機前坐好幾個小時，睡眠量比過去大，需要許多催促誘導才會參與事務。

## 10. 情緒和個性的改變

一般人年紀大了，情緒及性格可能會有些許改變，但失智患者較明顯，例如：疑心病重、憂鬱、焦慮、易怒、口不擇言、隨地吐痰、過度外向、失去自我克制或沈默寡言、特別畏懼或依賴某個家庭成員等。



當有多個失智症徵兆出現時，請至各大醫院神經內科或精神科門診檢查，以確定是否罹患失智症。早期發現、早期診斷與治療可維持失智患者最佳功能及生活品質。