

# 什麼是腦退化症？

也有英文版 | Also available in English

這是一份針對華人社區的資源，是與加拿大華人社區中腦退化症患者的照顧者共同編寫的。照顧者可以是為腦退化症患者提供支持的家人、朋友或其他親屬

## 此資源提供以下方面的資訊：



腦退化症及其常見類型



腦退化症可能出現的跡象和症狀



與腦退化症相關的污名



診斷後懷有希望



### 什麼是腦退化症？

腦退化症一詞描述一系列症狀，例如記憶、情緒、思維、解決問題、溝通、行動能力和感知的變化，這些症狀會隨著時間的推移而進展並影響日常生活。這些症狀是影響大腦的各種情況的結果。每個患有腦退化症的人的經歷都有所不同。

### 腦退化症的常見類型

腦退化症有許多不同的類型。每種類型都有不同的大腦變化模式、症狀和治療方法。下表概述了最常見的腦退化症類型：

#### 阿茲海默氏症

- 最常見的腦退化症類型，佔所有病例的 50-70%。
- 當大腦出現退化或變化時發生。
- 常見症狀包括短期記憶、注意力、解決問題和思維方面的問題。

#### 血管性腦退化症

- 當腦部血流動不暢順時就會產生血管性腦退化症，這可能導致腦細胞死亡和中風。
- 症狀因腦部損傷的區域大小和位置而異。

#### 額顳葉腦退化症

- 當大腦的額葉和顳葉區域出現損傷時發生。
- 常見症狀包括溝通、性格和行為的變化，如衝動或不恰當的社交互動。這些症狀可能不容易被醫護人員識別，因為它們與其他類型腦退化症的典型症狀不同。

### 路易體腦退化症

- 當大腦中形成蛋白質團(路易體)時發生。由於症狀相似，路易體腦退化症和帕金森氏症被認為是相關的。
- 常見症狀包括視覺空間技能、專注力和注意力的變化。這些症狀可能在一天內或每天都會發生明顯變化。可能會出現幻覺(看到不存在的東西)、妄想(相信不真實的東西)和睡眠期間進行異常活動。活動變化和跌倒也很常見。

### 混合性腦退化症

- 同時患有一種以上的腦退化症，通常是阿茲海默氏症和血管性大腦變化



「由於我的岳父是一個安靜的人，我沒有意識到他患有腦退化症.....但當他開始難以進行簡單的日常對話時，我們開始懷疑有些事情可能不對。」

- 華人社區的照顧者

### 跡象和症狀

腦退化症是漸進性的，這意味著症狀會隨著時間的推移而發展。腦退化症的跡象和症狀因人而異，因腦退化症的類型而異。腦退化症患者的症狀可能會發生變化，可能會有「好日子」和「壞日子」。變化可能包括：

- 忘記或重複問題、故事、最近發生事件的細節
- 溝通方面的變化，例如很難找到合適的詞語，言語、寫作或理解方面有困難
- 對時間和地點感到困惑，或在熟悉的地方迷路
- 情緒（例如，焦慮、抑鬱、易怒）和行為（例如，失去興趣、多疑、不安）出現變化
- 難以完成日常任務（例如支付帳單、準備餐點、服藥）和 /或解決問題、做計劃、進行決策
- 移動、平衡和感知能力出現變化（例如，判斷距離、識別物品）

腦退化症不是衰老的正常表現。人們很容易忽視腦退化症的早期跡象，有些人認為這些跡象只是變老的正常表現。如果您或您認識的人正在出現令人擔心的變化，請務必諮詢您的家庭醫生或其他醫療保健服務人員。早期診斷可以為您提供資訊、支持和治療方案。

造訪 [forwardwithdementia.ca](http://forwardwithdementia.ca) 瞭解有關腦退化症進展的資訊。

### 污名

污名是指基於一種特質或特徵對人們的假設、消極態度和 / 或虐待。當其他人發現他們的診斷結果時，腦退化症患者可能會感到污名。污名可能是由於對腦退化症缺乏認識和理解，以及對腦退化症的過度概括而造成的。與腦退化症相關的污名可能是：錯誤資訊、刻板印象、傷害性評論、對腦退化症患者不能做什麼的假設，或者被排除在外。

關於腦退化症的污名在許多文化社區中很常見。在開發這一資源時，一些華人社區成員表示，腦退化症通常被認為是衰老的正常表現，早期症狀可能會被忽視或否認。照顧者告訴我們，腦退化症也可能被視為一種精神疾病，而不是大腦的漸進性改變。他們還告訴我們，人們通常認為對協助腦退化症患者無能為力。

由於污名和對腦退化症缺乏瞭解，人們可能不會尋求幫助，直到症狀惡化並出現問題。照顧者告訴我們，腦退化症患者及其家人可能會對診斷感到羞恥，導致他們向他人隱瞞這項診斷。腦退化症患者及其照顧者也可能會感到受到孤立，因為其他朋友和家人可能不瞭解腦退化症，也不知道如何與腦退化症患者打交道。

污名會阻礙人們認識和談論症狀以及尋求幫助。這可能會延遲診斷、獲得治療和服務以及獲得他人的支持。它還可能阻礙腦退化症患者過自己的生活以及參與對他們來說重要的活動。

為了挑戰和減少污名，瞭解腦退化症、質疑刻板印象並傾聽腦退化症患者的心聲非常重要。

有關腦退化症的常見觀點和事實的更多資訊，請造訪 [forwardwithdementia.ca](http://forwardwithdementia.ca)

### 懷有希望

承認變化並尋求幫助是積極面對的第一步。接受腦退化症評估有助於解釋您注意到的變化。即使不是腦退化症，評估也可以幫助排除導致變化的其他原因。

腦退化症並不值得羞恥。多瞭解腦退化症及其症狀可以幫助您了解會發生什麼，以及您可以採取哪些措施來支持自己或生活中的腦退化症患者。

許多腦退化症患者及其照顧者在診斷後過著有意義、充實的生活，並繼續參與對他們來說重要的活動。

有關懷有希望，好好生活的資訊，請造訪 [forwardwithdementia.ca](http://forwardwithdementia.ca)



### 備註

使用此空間寫下您對此資源的任何備註、反思或問題。