

# 什么是脑退化症？

也有英文版 | Also available in English

这是一份面向华人社区的资源，是与加拿大华人社区中脑退化症患者的照顾者共同编写的。照顾者可以是为脑退化症患者提供支持的家庭成员、朋友或其他亲属。

## 这份资料将提供以下方面的信息：



脑退化症及常见类型



脑退化症的可能迹象和症状



与脑退化症相关的污名



确诊后仍心怀希望



## 什么是脑退化症？

脑退化症是一个描述一系列症状的术语，这些症状包括记忆力、情绪、思维、问题解决、沟通、行动和感知方面的改变，这些症状可能随着时间的推移逐渐加重，并影响日常生活。这些症状是由影响大脑的多种健康状况造成的。每个脑退化症患者的经历都不一样。

## 脑退化症的常见类型

脑退化症有许多不同的类型。每种类型都有不同的大脑变化模式、症状和治疗方案。下表概述了最常见的脑退化症类型：

### 阿尔茨海默氏病

- 是最常见的脑退化症类型，占有病例的50-70%。
- 当大脑退化或发生改变时就会出现。
- 常见症状包括短期记忆、专注力、问题解决能力和思维方面出现问题。

### 血管性脑退化症

- 当大脑血流不畅时就会发生血管性脑退化症，这可能导致脑细胞死亡和中风。
- 症状因大脑损伤的区域大小和位置而异。

### 额颞叶脑退化症

- 当大脑的额叶和颞叶区受损时就会发生额颞叶脑退化症。
- 常见症状包括沟通、性格和行为的改变，例如冲动或不适当的社交互动。这些症状可能不容易被医护人员识别，因为它们与其他类型脑退化症的典型症状不同。

### 路易体脑退化症

- 当大脑中形成蛋白质团块(路易体)时就会发生这种情况。由于症状相似,路易体脑退化症和帕金森病被认为是相关的。
- 常见症状包括视觉空间技能、专注力和注意力的变化。这些症状可能会在一天内发生明显变化,或每天都有明显变化。可能会出现幻视(看到不存在的事物)、妄想(相信不真实的事物)和睡眠时的异常活动。活动方面的变化和跌倒也很常见。

### 混合性脑退化症

- 同时患有不止一种类型的脑退化症,通常是阿尔茨海默氏病和血管性脑部改变



“因为我岳父是一个安静的人,我没有意识到他患有脑退化症.....但当他开始难以进行简单的日常对话时,我们开始怀疑情况可能不对劲”  
- 华人社区的照顾者

### 表现和症状

脑退化症是进行性的，这意味着症状会随着时间的推移而出现。脑退化症的迹象和症状因人而异，也因脑退化症的类型而异。脑退化症患者的症状可能会发生变化，可能会有“好的时候”和“不好的时候”。变化可能包括：

- 忘记或重复问题、事情、最近事件中的细节
- 沟通方面的变化，例如难以找到恰当的用词，在说话、写作或理解方面存在困难
- 搞不清楚时间和地点，或在熟悉的地方迷路
- 情绪(例如焦虑、抑郁、烦躁)和行为(例如失去兴趣、多疑、烦躁)的改变
- 难以完成日常事务(例如，支付账单、准备饭菜、服药)和/或解决问题、计划、决策
- 行动能力、平衡性和感知的改变(例如判断距离、识别物品)

脑退化症不是正常衰老过程的一部分。人们很容易忽视脑退化症的早期迹象，有些人觉得这只是衰老的一部分。如果令人担忧的改变正在您或您认识的人身上发生，请务必向您的家庭医生或其他医护人员咨询，这一点非常重要。及早确诊可以为您提供信息、支持和治疗选择。

请访问[forwardwithdementia.ca](http://forwardwithdementia.ca)，了解有关“脑退化症的发展”的更多信息。

### 污名

污名是指基于某种特质或特征而对人们进行的主观臆断、采取的消极态度和/或施行的虐待。当别人得知他们的诊断结果时，脑退化症患者可能会受到污名带来的影响。对脑退化症缺乏认识和了解以及对脑退化症是什么做简单笼统的论断都可能导致污名。与脑退化症相关的污名可能包括：错误信息、固有成见、伤人的评论、对脑退化症患者不能做什么的主观臆断、或排斥他们。

脑退化症的污名在许多文化社区中都很常见。在编制这份资料时，华人社区的一些成员表示，脑退化症常常被认为是正常衰老过程的一部分，早期症状可能被忽视或否认。照顾者告诉我们，脑退化症还可能被视为一种精神疾病，而不是大脑的渐进性改变。他们还告诉我们，人们通常主观地认为，对于脑退化症患者，人们是无能为力的。

由于存在对脑退化症的污名和缺乏了解，患者可能不会寻求帮助，直到症状恶化并出现问题。照顾者告诉我们，脑退化症患者及其家人可能会对诊断结果感到很丢人，从而导致他们会向他人隐瞒这一诊断结果。脑退化症患者及其照顾者也可能经历孤立，因为其他朋友和家人可能不了解脑退化症或不知道如何与脑退化症患者互动。

污名会阻碍人们认识和谈论症状以及寻求帮助。这可能会延误他们获得诊断、治疗和服务以及他人的支持。这还可能使脑退化症患者没有勇气过自己想要的生活、参与对自己来说重要的活动。

要减少污名并对污名发出挑战，了解脑退化症、质疑固有成见并倾听脑退化症患者的心声则非常重要。

请访问[forwardwithdementia.ca](http://forwardwithdementia.ca)，更多了解有关“脑退化症的常见看法和事实”。

### 心怀希望

承认变化并寻求帮助是继续前进的第一步。接受脑退化症评估有助于搞清楚您注意到的变化是什么原因导致的。即使不是脑退化症，评估也可以帮助排除导致变化的其他原因。

**脑退化症并不是一件丢人的事。**更多了解脑退化症及其症状可以帮助您了解会发生什么，以及可以采取哪些措施来支持自己或生活中患有脑退化症的人。

许多脑退化症患者及其照顾者在确诊后仍过着有意义、充实的生活，并继续参加对他们来说重要的活动。

请访问[forwardwithdementia.ca](http://forwardwithdementia.ca)，了解有关“心怀希望，好好生活”的更多信息。



### 注释

请在这里的空白处写下您对此资料的注释、思考或问题。