

我真的吃飽了嗎？ —阿茲海默症(Alzheimer's Association)

阿茲海默症俗稱早老性痴呆、老年痴呆，一般認為，罹患阿茲海默症的人都是高齡族群，但身為青壯年的你也別高興太早，因為「時光不等人，你我都會老」，根據統計，少數由於基因異常而罹病的患者會在三十幾歲發病以外，多數阿茲海默症患者是在六十五歲以後發病。

目前將阿茲海默症視為一種腦疾病，會導致記憶，思維和推理能力緩慢下降，為目前最常見的失智原因。早期出現阿茲海默症症狀時，大多數的人總是把它當作一般老化現象，等到發現狀況不對，早已嚴重影響到患者本身與家人的生活。罹患阿茲海默症與基因、生活型態、和環境因素均相關，導致腦內會破壞神經元的異常蛋白質堆積，神經纖維纏結，腦內健康神經元愈來愈少，彼此的鍵結也會變少，患者因而喪失心智功能，當神經細胞逐漸退化死亡，患者的腦部會明顯萎縮。

阿茲海默症會有什麼症狀？

患者常常忘東忘西的狀況，或是情緒患得患失，搞不清楚狀況，忘記剛發生的事情，或在原本熟悉的地方迷路。在疾病進展的過程中，患者會出現動作不協調，易怒，言語錯亂，不認識家人或原本親近的人等問題。

以下幾點症狀分成幾個面向討論：

記憶：忘記最近獲得的資訊，例如「我真吃飽了嗎？」、重複詢問相同資訊多次、越來越依賴便利貼、手機提醒等幫助記憶的工具，或是以前能自己做的事需要依靠家人，都可能是相關的徵兆。

思考：無法管控注意力，無法思考抽象的事物，對數字認知愈來愈差，因此愈來愈無法處理財務問題。

判斷力變差或減弱：阿茲海默症患者可能會經歷到判斷力或是做決定的能力減弱的改變。例如，他們可能失去對金錢價值的判斷力，而支付大筆錢給打電話來的推銷商。他們可能減少注意力在梳洗或是保持身體清潔上。

情緒和個性的改變：變得困惑，懷疑，憂鬱，害怕，或是焦慮。只要離開他們自己認定的「舒適圈」以外，可能在家裡，工作場合，或是和朋友在一起時，他們都容易變得心煩意亂。

阿茲海默症雖然是無法根治的疾病，但是，我們仍然還是有一些方法可以舒緩病人的病情，以及減少病患家庭的壓力，阿茲海默症最好的治療方針，就是提前預防。