

我們的服務

臨床醫療心理學家可以為有記憶或其他老年認知問題的人士，以及懷疑患有輕度認知障礙的人士提供全面和適時的評估，就問題的處理作出合宜的建議。臨床醫療心理學家會與病人及其家屬深入探討，並為病人進行腦功能評估，以清楚瞭解病人的情況和認知障礙的嚴重程度，因應需要，為病人及其家屬提供適切的專業意見，以及就認知功能及記憶訓練作出指導，務求協助病人維持認知能力，持續享有正面的情緒及生活質素；亦會與家屬及照顧者討論協助病人的技巧和壓力處理方面的事宜。

參考文獻：

1. Peterson, RC, Stevens JC, Ganguli M, et al. Practice parameter: early detection of dementia: MCI (an evidence-based review). Neurology, 2001;56:1133-1142.
2. Study by Lam LC, Tam CW, Lui VW, Chan WC, et al. Prevalence of very mild and mild dementia in community dwelling Chinese older persons in Hong Kong. Int Psychogeriatrics, 2008;20:135-48.

臨床醫療心理學中心

養和東區醫療中心

香港筲箕灣阿公岩村道5號李樹芳樓5樓

電話：(852) 2917 1153

傳真：(852) 2892 7404

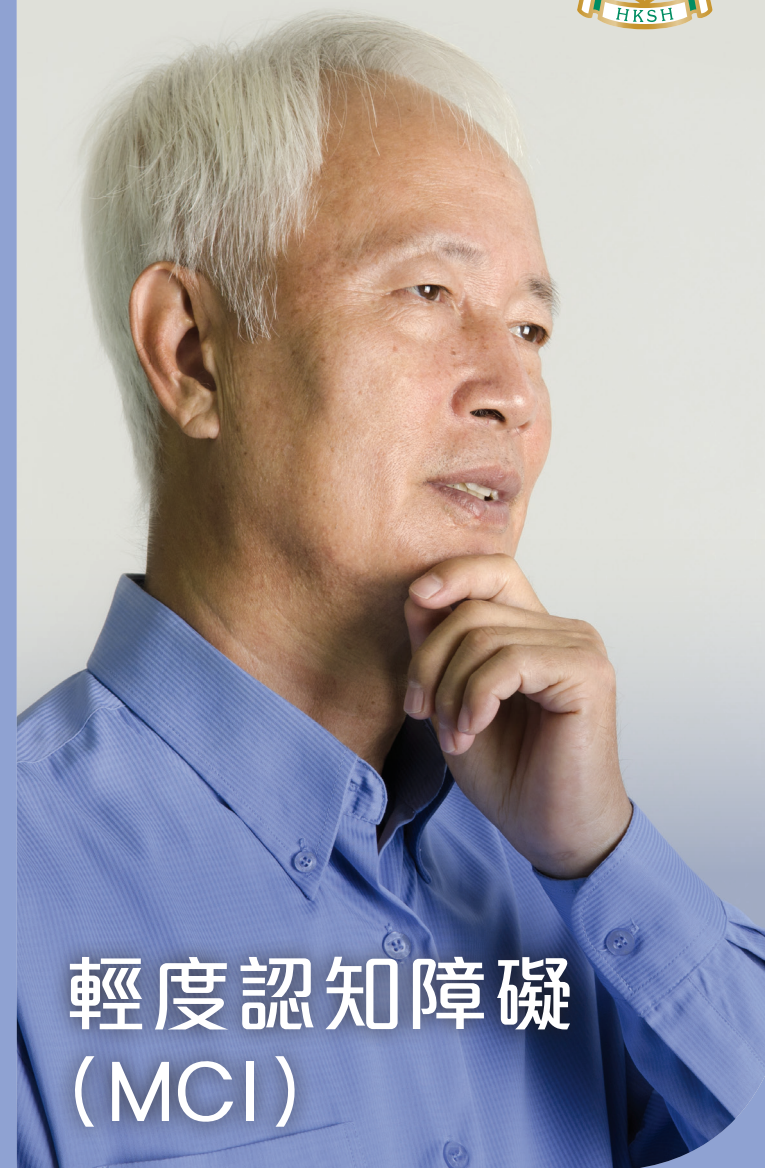
電郵：psychology@hksh-emc.com

辦公時間(敬請預約)

星期一至星期五：上午九時至下午五時

星期六：上午九時至下午一時

星期日及公眾假期休息



輕度認知障礙 (MCI)

查詢或預約，歡迎聯絡我們

您是否因以下的問題而感到困擾？

- 不太容易記起最近才發生的事情
- 容易忘記讀過的書報或看過的電視內容
- 學習新事物有困難
- 容易忘記您應該記得的名字
- 經常有人告訴您，您常常重複自己的說話
- 忘記約會和忘記您計劃要做的事

甚麼是輕度認知障礙(MCI)?

輕度認知障礙(MCI)是正常老化和認知障礙症之間的一個中途狀態。臨床上，MCI受到越來越多的關注，因為它的診斷代表患上阿氏認知障礙症的風險提高。

一般來說，患有輕度認知障礙的人士的記憶缺損情況超出其年齡和教育程度所限的正常標準，但其嚴重性卻未足以構成患上認知障礙症的程度。相對於認知障礙症，患者通常能察覺到自己在記憶方面的能力有所下降，但一般認知能力和日常活動則並未顯著受到影響。

發病率

美國的梅奧阿氏認知障礙症研究中心進行的跟縱研究顯示，從MCI演變為認知障礙症的轉化率在一年間是10至15%，顯著高於健康人士的1至2%；而在6年間演變為阿氏認知障礙症的轉化率亦高達80%¹。

而一項本地研究結果顯示²，70歲或以上人士的MCI總患病率為8.5%。

及早識別MCI

能準確地識別MCI的好處，在於能盡早進行早期治療干預，即使病情不能逆轉，但總可以顯著舒緩甚至停止認知障礙症帶來的情緒和經濟上的影響。意識到這個認知障礙症的前期情況，可以令患者在認知障礙症的徵狀出現時能夠作定期監測，及早開始治療。

臨床診斷標準

MCI的臨床診斷標準¹如下：

- 主觀的記憶問題，除當事人主觀報告外，有家人的證實更為恰當
- 客觀的記憶障礙徵狀
- 一般認知能力沒有改變
- 日常生活能力及適應維持不變
- 臨床上不符合認知障礙症的標準

診斷

臨床診斷，需要有全面及客觀的臨床評估，包括臨床觀察、功能評估、腦神經心理測試、體格檢查和神經影像等，以剔除其他的可能診斷。



成因

除遺傳因素外，MCI的成因尚未能完全清晰確定。

MCI的高危因素包括：

- 年齡在65歲及以上
- MCI、認知障礙症或阿氏認知障礙症的家族史
- 患有高血壓、心臟疾病、糖尿病、腦受傷、中風、抑鬱症、焦慮症或感染
- 過度用藥
- 濫藥

研究亦顯示以下跟MCI有關的因素：

- 缺乏運動
- 缺乏社交
- 低教育水平
- 過度及長期的壓力反應
- 營養不良和缺乏B12維生素
- 接觸有毒物質

治療

長者應定時偵察並及早治療可導致認知障礙症的血管病，如高血壓、糖尿病和高血脂症。如察覺到自己有記憶上的徵狀時，可向家庭醫生提出，以作適當的檢查，並考慮是否需要尋求適當的腦功能評估，以確定認知功能的水平及作出記錄。患者亦不應諱疾忌醫，任何疾病都是愈早知道便對治療愈有幫助。而平日則應保持活躍，注意健康生活方式，多學習新事物和從事一些健腦的休閒活動，如打麻將、看書、玩樂器、跳舞等，都有助保持腦部健康。