

認知障礙症照顧者的壓力

關注認知障礙症的國際組織推斷，2050 年全球患者將由約 4 千萬人增加至 1.3 億人，尤其是在東南亞和非洲，呼籲各國要做好準備，正視迅速增長的認知障礙症個案。本港亦不能獨善其身，人口不斷老化，2013 年 10 月政府發表人口政策諮詢文件，本港到 2041 年有三分一人口年齡達 65 歲以上，認知障礙症個案將隨著人口老化而增加，至 2036 年料增至 29 萬人，對本港醫療系統造成明顯的壓力和挑戰。

近年社會增加關注認知障礙症，提倡及早安排評估和治療，藥物治療例如乙醯膽鹼酯酶抑制劑或 NMDA 受體拮抗劑，可減慢認知能力退化的速度和維持患者的生活質素。另一方面，照顧者的壓力亦不容忽視，今年 3 月黃大仙發生認知障礙症患者遭老伴襲擊的倫常命案，令社會更關注對照顧者的支援和協助。由於認知障礙症患者認知能力退化，照顧者不但要安排患者的起居飲食，部分患者可能出現間歇性短暫精神錯亂，例如突然要求外出或回鄉，令照顧者疲憊不堪，出現焦慮、情緒低落、沮喪和憤怒等負面情緒，甚至明顯抑鬱症狀。

黃先生(化名)近年照顧中度認知障礙症的太太，並要面對她波動的情緒，子女初期見黃先生應付自如，但近年黃先生自己體力大不如前，照顧太太時感到吃力，數月前他開始失眠、焦慮和抑鬱，經常出現頭痛、胃痛和心跳急速等症狀，幸好子女及早察覺黃先生的情緒變化，多加慰問，亦安排家務助理在起居飲食方面提供協助，分擔黃先生的壓力。

若發現家人出現明顯認知障礙症徵狀，除了應及早求醫以舒緩疾病對患者的困擾，同時家庭成員宜盡快討論如何分工合作去照顧患者，並保持密切溝通和互相照應。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生董富賢

(email: drfytung@gmail.com)

原文刊載於太陽報 2014.6.8