

第十七課 早期認知障礙症患者面對的生活問題及運用科技處理問題

講者：關耀祖博士

輕度認知障礙症患者及其家人普遍面對的生活問題

1. 輕度認知障礙症患者的視覺空間功能受損，他們在熟悉的環境中，例如：商場和家附近的人行道，也可能會迷路。
2. 由於記憶障礙，患者在煮飯後會忘記關掉火爐、洗手後忘記關掉水龍頭、忘記吃藥、離家時忘記帶鎖匙、忘記覆診。

生活問題的後果

1. 安全是個大問題
 - a. 患者找不到路回家，長時間在街上遊蕩便有更大危險（例如：感到疲倦、飢餓、惡劣天氣、跌倒、發生交通意外）。
 - b. 忘記關掉火爐、電器或水龍頭，可能會導致家中火災或水浸。
 - c. 忘記適當地服藥，可能會促使認知能力衰退。
 - d. 離家時忘記帶鎖匙，患者便可能要長時間在街上。
2. 由於安全的問題，患者通常被禁止外出或不容許主動照顧自己。患者變得越來越依賴，認知亦可能會更快衰退。
3. 輕度認知障礙症患者與其家人之間，會因如何平衡個人安全與獨立的問題發生許多爭執。

促進自我管理的傳統方法

1. 認知障礙症患者適用的傳統方法分為兩個方向：補償和訓練。
 - a. 補償方法的目的是補償因認知衰退導致的生活問題。例如，利用提示或記憶輔助工具來補償健忘。
 - b. 培訓的目的是提升/維持患者的認知功能，以促進患者獨立。例如記憶和專注力的認知訓練。
2. 傳統方法的問題
 - a. 有些補償方法要求大量的學習。例如患者須養成使用藥盒的習慣。
 - b. 在室內利用方向提示可能有用，但到戶外便不能使用。
 - c. 訓練可以促進受訓領域的認知功能，但不能有效地把成效轉化用於日常生活和活動。

科技如何提供幫助？

1. 能幫助輕度認知障礙症患者的科技產品應具有以下特點：
 - a. 最少的學習。
 - b. 老年人可接受。
 - c. 能配合長者正常老化的改變（例如視覺/聽覺障礙，運用長者可理解的語言）。
 - d. 使用者在起居生活中易用。
 - e. 自主性。
2. 促進患者安全和獨立的科技產品：
 - a. 智能家居設備（例如：動態感應器、熱能感應器、面部識別/指紋識別）。
 - b. 智能手機或可佩戴設備（例如：全球定位系統、無線射頻辨識系統感測器、加速計）。
 - c. 電子藥物盒。

科技的威脅

1. 成本
2. 輕度認知障礙症患者的私隱/保密
3. 網上/電子罪案
4. 偷竊
5. 對較老年的家庭照顧者來說是新挑戰