

國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

新聞發佈申請表

申請日期：98.07.22.

發 佈 內 容 簡 要

發表日期：98.08.21.(星期五)
發表時間：10:00AM e-mail 寄發各媒體
發表地點：
發表人：內科部 神經科 孫苑庭醫師

主題：血管性失智症

「一開始，我們也沒想到公公是得了血管性失智症，只覺得他不愛外出，不愛社交，話變少是因為年紀大了。他的動作變得緩慢，我們也都理所當然的以為那是關節退化的關係。公公的血壓偏高，但他總以為西藥傷身，所以常常沒吃藥，我們這些做子女的，也沒辦法逼他。

直到後來，發現他連簡單的燒開水都無法好好完成，我們才驚覺事情有點不對勁。而且，最近孫子已經回家好幾天了，他都還每天問他：『你什麼時候回來了？』我們帶他去醫院求診，这才發現腦中已經多處小中風。原來，這是血管性失智症。」

成大醫院斗六分院神經科孫苑庭醫師表示，血管性失智症是指由血管病變所產生的失智現象。從病名來看，就可以猜到它應該會與腦血管疾病相關。血管性失智症是漸進性、不可逆的認知功能障礙。通常病患會有明顯的記憶缺損及皮質下的徵候表現，所謂的皮質下徵候，是指動作障礙、遲緩及憂鬱等症狀。

血管性失智症的病因很多，簡單的分類包括：多次中風、單次中風、漸進性小血管病變，或是缺血、缺氧腦病變等。它們共同特徵是都有腦血管疾病，也都表現失智症狀。孫苑庭醫師表示，防止血管性失智症的發生，要從「血管」和「心智」兩方面著手，平常應該注重心血管的保健，多多從事心智與身體的活動。

孫苑庭醫師指出，血管性失智症的危險因子，幾乎相當於心血管、腦血管疾病的危險因子，包括：年齡、高血壓、高血脂、糖尿病、心房顫動、抽菸等因素；而在血管的保健方面，控制心血管疾病危險因子及避免血栓的形成是最重要的。

因此，要預防血管性失智症，首先必須控制高血壓、糖尿病、高血脂等血管危險因子；還要避免肥胖、抽菸、過量飲酒；若有心房顫動、心臟瓣膜疾病，則需積極治療、控制，以避免血栓的發生。

至於心智保健部份，平常則要增加心智活動，若身邊的人有出現血管性失智症的症狀，則應儘早就醫，配合治療。有助降低失智症的活動很多，孫苑庭醫師表示，像是輕鬆地散步、郊遊，或是看電影、上館子、運動；也可以參與社區及志工的服務，還有宗教活動，如：上教堂、到廟裡拜拜也很好，或是去拜訪親朋好友、閱讀書報雜誌、看電視、聽收音機，和朋友玩牌都是不錯的活動，也能培養勾毛線、聽音樂等嗜好。

除了前述活動之外，孫苑庭醫師也建議要保持自我挑戰精神、學習新事物；如陷入憂鬱、悲傷或寂寞時，應尋求協助；吃好一点但不吃太多，保持適度熱量攝取，吃含抗氧化劑豐富的水果或蔬菜；服用綜合維他命或礦物質之補充，但避免攝食過量；若喝酒，請適量或少一點較佳，未諮詢醫生前不服用魚油、成長荷爾蒙或其它保健成藥；如因年紀使然而有聽力、視力退化的情形，則應使用感官輔助器材，如助聽器、老花眼鏡等，盡量保持與周遭環境有良好的互動。

孫苑庭醫師還表示，除了自己應做好心血管的保健之外，也要關心周遭的親戚朋友；如果身邊朋友出現記憶力缺損、動作緩慢、思考遲鈍及憂鬱退縮等症狀，應建議他儘早就醫、儘早治療，才能得到比較好的生活品質。

孫苑庭醫師簡介：

經 歷：斗六分院內科部專任主治醫師
成大醫院神經部總醫師

專科別：神經內科

專 長：頭痛 頭暈 失智症 動作障礙 腦中風 神經麻痺 神經痛 肌肉疾病 癱瘓
各種神經退化疾病

聯絡窗口：管理中心 行政組 姚高專 05-5332121 轉 6202
或洽 院長室秘書 余秘書 05-5332121 轉 6005

(申請單位)

申請人

主 管

(管理中心)

承辦人

主 管

(決 行)

副院長

院 長