

5. 拆解癡呆迷思

常聽到一句廣東話順口溜，「痴痴呆呆，坐埋一枱」，聽起來似乎是挖苦別人的粗俗用語，甚至是壞事。但原來是現代人曲解了「癡」和「呆」的原有意思！從當中含意引伸到今天的精神科學，更讓我們意識到生命是減數，回憶是加數，如果要珍惜你的回憶就要好好保養身體和腦部了。

香港中文大學精神科學系林翠華教授解釋，其實很多時人們也誤解了「痴呆」為貶詞。「痴呆」這兩個字是有幾百年歷史的古字，從字面拆解，原本的「癡」字是由「病」的部首和一個「疑」字組成，即是思想疑惑的疾病。甚至到了現代的簡寫，是「病」字的部首加上裡面一個「知」字，就是認知的疾病了。「呆」字也是非常貼切的形容詞，把「呆」字拆開就是「口」和「木」，即是說話詞不達意，說不出想表達的意思。很多認知障礙症的病人也會告訴醫生，話到了嘴唇邊，也說不出想表達的意思，再到了後期，甚至連說話也不清楚了。所以「痴」、「呆」這兩個字在古時是很貼切地形容「認知障礙症」的病徵。

林教授指，認知障礙症是一個伴隨高壽的疾病，亦即是說年紀越大，腦退化的機會也越高。它也是一個長期病，很多個案也會延續超過十年！由於患者的記憶和整體認知功能衰退，導致日常自理能力慢慢下降。而且大部份的病人在病發的時候都會帶有一些情緒、行為、心理的徵狀。但她提醒大家，重點並不在於害怕有沒有患上此症，而是要及早改善身體的問題，減低慢性疾病發展到認知障礙症的機會。雖然目前仍未有藥物可完全治癒，但可以把患者的徵狀和情緒管理好，配合治療去幫助患者改善認知功能，讓病人的生活素質得以保持。

請支持 香港長者精神健康調查 www.hkmmsop.org