

# 認知障礙症是甚麼？ 你和我是否高危一族？



認知障礙症指腦認知功能受損，認知功能包括記憶力、專注力及語言能力等。輕度的認知功能退步只會為日常生活帶來少許不便，但嚴重的認知能力衰退則會影響患者的自理能力，患者會在日常生活中逐漸依賴家人的提醒及協助。

我們都會偶爾忘記事情，  
如何分辨認知障礙症與正常的認知能力衰退？

我們的認知能力會隨著年齡增長而退步。這種正常的退步通常都比較輕微，而病徵偶爾才發生一次，並不會對工作、日常生活及自理能力造成影響。可是，認知障礙症患者的衰退程度比正常退步更為嚴重及持續。如記憶力與數年前相比有明顯的退步，善忘的情況持續發生；如一星期有三次或以上忘記對話或忘記放置物品的位置，便可能是患上認知障礙症的先兆。