



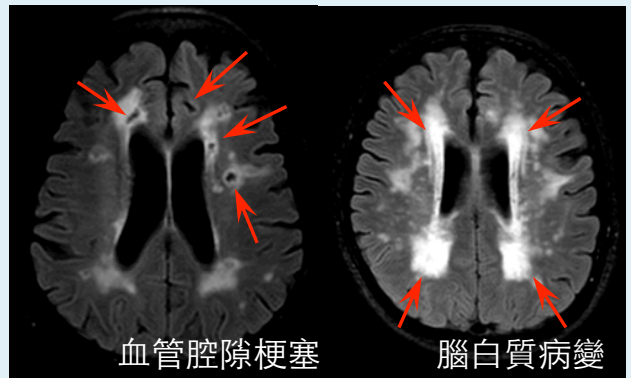
香港中文大學
內科及藥物治療學系腦神經科

認識 腦小血管病變

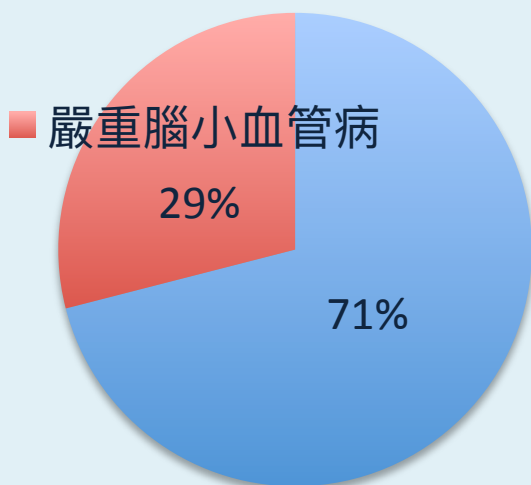


腦小血管病變及其風險

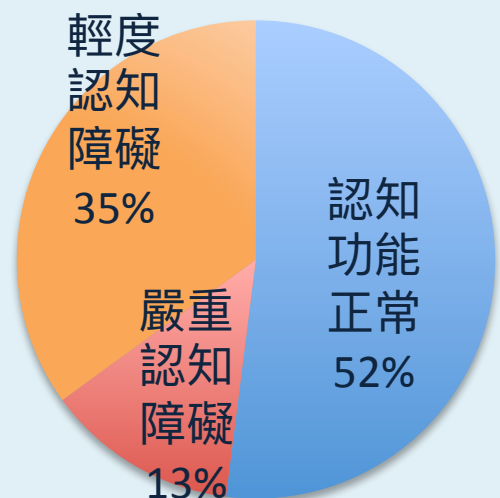
大腦小血管病變是指腦部有血管腔隙梗塞和年齡相關性腦白質病變。腦小血管病變能透過影像檢查發現，如電腦掃描或磁力共振。腦小血管病變位置，在磁力共振檢查上會呈現成小黑洞或瀰漫性白色斑塊。



中大醫學院內科及藥物治療學系腦神經科團隊發現腦小血管病變除可引致中風，亦會造成不同程度的認知障礙。篩查發現，在來自社區的長者中，大概每三個人就有一個患有嚴重腦小血管病變。在另一個研究亦發現，有輕度中風的嚴重腦小血管病變患者，他們在3年內患上認知障礙的風險會高3.4倍。



篩查研究發現：在800名來自社區的長者中，29%患有嚴重腦小血管病。



中風研究發現：腦小血管變患者中風後三個月，有3成人出現輕度認知障礙，1成出現嚴重認知障礙。

腦小血管病變病徵

腦小血管病變初期未必有明顯病徵，但倘若情況惡化，患者除認知功能受損，亦會出現抑鬱、步履不穩、尿頻或失禁，嚴重患者的臨床中風風險會增加。



腦小血管病變認知初期徵狀

認知徵狀

- 腦筋緩慢遲鈍
- 執行功能障礙，例如在計劃，組織及處理複雜事情
- 判斷力下降
- 難以集中
- 記憶力下降

情緒及性格改變徵狀

- 情緒低落
- 對原先熱衷的事物失去興趣
- 性格變得暴躁或固執
- 抑制解除

預防腦小血管病變

預防方法

- ✓ 監察及控制血壓、血糖和血脂水平
- ✓ 避免吸煙
- ✓ 維持健康體重
- ✓ 避免飲酒過量
- ✓ 定期運動及多做「腦部運動」包括閱讀、用電腦或玩遊戲(如桌上遊戲, 捉棋, 打麻雀等)
- ✓ 保持活躍的社交生活, 如參加長者中心活動、興趣班及義務工作等



中大腦神經科團隊未來研究方向

部分人即使已控制血管疾病的風險因素，腦小血管病變和認知障礙仍會惡化。研究團隊現正發掘更多針對腦小血管病變的治療方案，包括利用較新的抗血小板藥，為未有認知障礙及中風的個案進行治療。團隊亦計劃就運動能否改善認知功能、情緒和平衡力等進行研究。如有興趣了解，歡迎致電 26352139。

香港中文大學

內科及藥物治療學系腦神經科

