



不同之處：

阿滋海默症/失智症的徵兆	一般隨年紀增長所產生的變化
判斷力和決策能力變差	偶爾做出錯誤的決定
無力管理預算	偶爾忘了一次每月付款
記不清日期或分不清季節	忘記日期，但是稍後會想起來
和他人進行談話有困難	有時忘了合適的用詞
將物品放錯地方且失去回頭尋找的能力	有時會遺失東西



alz.org/10signs

詳細瞭解阿滋海默症的十大警訊。



alz.org/education

免費線上課程，包括：
» 認識十大警訊：及早發現很重要



alz.org/findus

我們在全國各地都有分會。



800.272.3900

24/7 諮詢專線 – 全年無休。
(聽障/語障專線：866.403.3073)

alzheimer's association®

阿滋海默症協會是引領阿滋海默症的照護、支持與研究的志願性健康組織。我們的宗旨是促進研究以最終消除阿滋海默症；向所有受到該病影響的人群提供更多的照護與支持；宣導腦部健康以降低罹患失智症的風險。

我們的願景是一個沒有阿滋海默症的世界。

800.272.3900 | alz.org®

這是一冊阿滋海默症協會官方出版物，允許與本會無關聯的組織和個人分發。但分發刊物並不構成阿滋海默症協會對這些團體或其活動的認可。

© 2018 阿滋海默症協會，保留所有權利。

修訂於：2018年3月 773-10-0002

alzheimer's association®

阿滋海默症協會

阿滋海默症的十大警訊

10 WARNING SIGNS OF ALZHEIMER'S DISEASE

及早發現很重要

EARLY DETECTION MATTERS



認識失智症

你的記憶力常會隨著年齡增長而有所改變。有些人可能比其他任何人都更早察覺到自己的變化。也有些時候，朋友和家人先觀察到患者記憶、行為或能力的變化。

有關年齡造成的記憶力變化與阿滋海默症早期徵兆的分別，有時候是難以辨別的。但是，影響到日常生活的記憶力減退並不是年齡增長的正常現象。失智症是指記憶力、思維能力和推理能力的緩慢下降。阿滋海默症是最常見的一種失智症，這是一種會因腦細胞的死亡而導致大腦功能喪失的致命疾病。



為了幫助及早發現問題，阿滋海默症協會制定了一份清單，列出了阿滋海默症和其他失智症的警訊。每個人的情況都不一樣，可能會在不同程度上出現其中一項或多項警訊。

如果你或是你關心的親友出現其中任何一項警訊，請看醫生找出原因。及早診斷能夠讓你有尋求治療及為將來制定計劃的機會。

瞭解更多：

- » 請前往 alz.org/10signs 瞭解有關警訊的更多資訊。
- » 致電我們免費的24/7諮詢專線：800.272.3900（聽障/語障專線：866.403.3073）以獲得支持、資訊與轉介。
- » 請前往 alz.org/education 學習免費的線上課程。

1. 影響日常生活的 記憶力減退

剛獲得的資訊馬上就忘記，是阿滋海默症早期最常見的徵兆之一。其他徵兆包括忘記重要的日期或是活動；重複詢問同樣的事情；依賴輔助記憶的用品（例如紙條或是電子裝置）或是依賴家人從事以前可以自己做的事。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

有時會忘記名字或者約定，但是稍後會想起來。

2. 計劃事情或解決問題 有困難

有些人可能在制定或是執行計劃上，或是處理數字上出現困難。他們可能在依照一個熟悉的食譜做菜或是處理每個月的賬單上出現問題。他們可能無法專心，或是需要更多的時間來處理以前熟悉的事情。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

在核對支票簿賬日時偶爾出錯。

3. 在家中、工作場合或是休閒活動 中完成熟悉的任務 有困難

阿滋海默症患者常覺得完成日常任務有困難。有時候他們可能無法開車到一個熟悉的地方、在工作中管理預算，或是記住最喜歡的遊戲的規則。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

偶爾需要別人幫忙來使用微波爐上的設定或是錄下電視節目。

4. 對時間或地點感到 困惑

阿滋海默症患者記不清日期、季節和經過的時間。如果一件事情不是當下發生，他們可能很難理解。有時候他們可能忘記自己在哪或是他們是如何到這個地方的。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

不記得今天是星期幾，但是之後會想起來。

5. 無法理解視覺影像 和空間關係

對部份人來說，視覺問題是阿滋海默症的一項徵兆。他們可能在閱讀、判斷距離遠近以及確定顏色或對比上有困難，這可能造成駕駛能力方面的問題。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

因為白內障而引起的視覺變化。

6. 說話或寫作的用詞上出現 新困難

阿滋海默症患者可能在理解對話或是加入別人的談話上出現困難。他們可能在話講到一半時停頓下來，而且不知道該怎麼繼續下去，或是可能會重複自己所說的話。他們可能在遣詞用字上出現困難，很難找到正確的字詞，或是叫錯事物的名稱（例如，將「手錶」稱為「手上的鐘」）。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

有時找不到正確的用詞。

7. 將物品放錯地方 且失去回頭尋找的能力

阿滋海默症患者可能會把東西放在不尋常的地方。他們可能丟了東西卻無法回頭去找它。因為找不到東西，有時候他們也許會指控別人偷竊。隨著時間的推移，這種情況也許會越來越頻繁。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

有時會將東西放錯地方，但是能夠回頭找回。

8. 判斷力變差 或減弱

阿滋海默症患者的判斷力或者決策能力可能會出現變化。例如，他們在處理涉及金錢的問題時可能失去判斷力，而將大筆錢拱手交給電話推銷員。他們可能不像過去那麼注意儀容或者身體清潔的保持。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

偶爾做出錯誤的決定。

9. 退出工作 或是社交活動

阿滋海默症患者可能漸漸不再投身於自己愛好的事情、社交活動、工作專案或體育運動。他們可能無法堅持關注自己最喜愛的球隊，或是不記得該怎麼完成自己最愛好的事情。他們也可能因為自己出現的變化而避免參加社交活動。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

有時候對工作、家庭和社交上的義務感到厭倦。

10. 情緒和個性 的改變

阿滋海默症患者的情緒和個性會改變。他們會變得困惑、多疑、憂鬱、害怕或焦慮。無論是在家裡、在工作場合或是和朋友在一起，或者離開了他們自己認定的舒適區，他們都可能容易變得心煩意亂。

什麼是一般隨年紀增長所產生的變化？

制定出非常具體的方法來做事情，例行的程序如果被打亂會容易發怒。

注意：隨著年紀增長而出現的情緒改變也許是其他狀況的徵兆。如果你發現自己或他人有這些變化，請諮詢醫生。