

北醫附醫傳統醫學科吳善弘醫師，談養腦護健康的中醫失智症療法

失智症在全球造成的影響巨大，統計數據顯示每 3 秒就有 1 人罹患失智症。在臺灣，65 歲以上的老人中，每 13 人中就有 1 位失智者，而 80 歲以上的老人更是每 5 人中就有 1 位失智者。

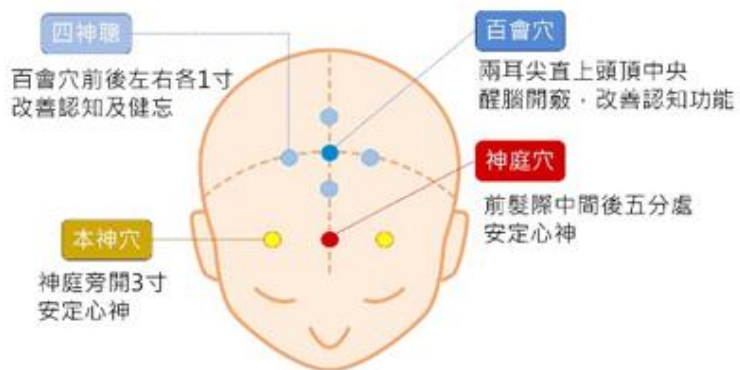
然而，失智症並非單一的疾病，而是一系列的症候群，表現出的症狀不只包括記憶力減退，還涵蓋語言能力、空間感、計算力、判斷力、抽象思考能力、注意力等各方面的功能退化。同時，失智症也可能帶來干擾行為、個性改變、妄想或幻覺等症狀，這些症狀大大的影響患者的人際關係、工作能力與生活能力。

針對失智症的治療，不同階段有不同的目標。對於輕度失智症，即輕微認知功能障礙，治療的目標是維持認知功能，延緩腦部功能退化。而對於中度失智症，當患者出現精神和行為症狀時，治療的目標則是穩定其情緒，減少易怒不安、焦慮、妄想、攻擊行為等症狀。至於重度失智症，則需要維持患者的日常生活功能，減少插管和嚴重併發症的風險，如吞嚥困難引發的營養不良、吸入性肺炎、泌尿道感染等。【右圖：北醫附醫傳統醫學科吳善弘醫師】



臺灣、日本、中國大陸等地進行許多中藥對失智症的研究，並發表在國際期刊上，顯示中藥方劑有助於失智症治療，其中可分為幾類。第一類是針對認知功能退化的症狀，可以用鉤藤散、當歸芍藥散、補陽還五湯來改善。第二類是針對精神和行為症狀，如抑肝散可緩解幻覺妄想，人參養榮湯則減輕情緒憂鬱、心情低落等。第三類則著重於增進日常活動能力，例如半夏厚朴湯對末期失智症的吞嚥困難和進食量減少有效。

此外，針灸治療也成為治療失智症的重要方式，尤其是頭皮針。透過針刺頭皮上的穴位，可以提升腦內的認知功能，調節異常情緒。目前，針灸治療已有大量實證研究支持，適用於多種失智症亞型和各階段的患者。常見的穴位包括百會、四神聰、神庭、本神、風池等。家屬也可以學習穴位按摩，能有效緩解患者的緊張情緒、改善睡眠，或者幫助腸胃消化吸收。且不受空間限制，在家中即可進行，是簡單易學的輔助治療方式。【右圖：對失智症有幫助的頭皮穴位】





失智症是個退化的疾病，雖然無法治癒，但可以通過神經內科、精神科、中醫科等跨科別的治療方式有效延緩其進程，而治療過程不僅需要醫師，也需要患者和家庭成員共同參與，根據患者的症狀和階段選擇最適合的治療模式。只要秉持認真配合治療的態度，都能夠有效延緩失智症的進展速度，為患者的生活帶來更佳的品質和尊嚴。（文/吳善弘，北醫附醫傳統醫學科醫師）【左

圖：對失智症有幫助的頭部穴位】