



香港認知障礙症協會
Hong Kong Alzheimer's Disease Association

集矢 木日

2 0 1 8 · 第 一 期

**讓患者安全
及愉悅地
踏出家門**



- 03 協會Blog
- 04 世界認知障礙症月
- 06 從認知友善出發 踏出家居 走進社區
- 12 踏上旅途
- 14 面對壓力 趕跑負能量
- 16 大腦也長壽 及早保養大腦 贏在起踏線
- 18 2016/17年度工作成果

顧問督導委員會

主席 趙宗義律師

委員

汪國成教授、
周永新教授、
馬天競醫生

執行委員會

執行委員會主席 戴樂群醫生

副主席(內務) 譚鉅富醫生

副主席(外務) 吳義銘醫生

義務司庫 錢黃碧君女士

義務秘書 謝偉鴻先生

委員

吳紹平先生、李鳳琮女士、
陳肖齡女士、陳恩賜先生、
陳婉雯女士、馬漢明醫生、
賴錦玉教授

教育及出版委員會

教育及出版委員會主席
譚鉅富醫生

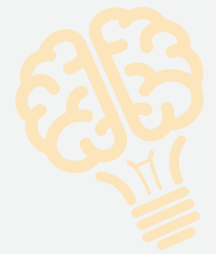
委員

王啟淞博士、王蓓恩女士、
司徒艾華女士、吳義銘醫生、
杜義朗先生、姚恩美女士、
梁琳明醫生、陳龍達醫生、
陳鎮中醫生、黃凱茵博士、
廖建華醫生、鄧穎嫻醫生、
戴樂群醫生

總幹事

李雅儀女士

他做不到？



「自從媽媽上次忘記關爐火後，我們已禁止她下廚，怕發生意外。」

「公公患病後，我們不准他再行山，怕他迷路。」

「爸爸患病後，我們便沒與他外遊，怕他難適應外地的陌生環境。」

「嫲嫲患病後，我們周末也沒與她飲早茶，儘量留家用膳，怕茶樓太嘈吵影響她情緒。」

「說了你也不明白，別問了，我已安排好，你跟著做便行。」你有否對患病家人說類似的說話？

患上認知障礙症，患者可能記憶力衰退、判斷力減弱、執行力下降，改變了患者與照顧者的生活模式。為怕意外發生，不少照顧者也禁止患者繼續過往喜愛的興趣活動。出於對患病家人的關愛，照顧者或會選擇主動替患者完成工作，避免讓患者感到挫折。但是，這一道道善意的界限，令認知障礙症患者的生活空間逐步收窄，可進行的活動越來越少，也令家人感到照顧工作越趨「困身」。

「病人」二字，我們別因放大「病」而忘了「人」，這是照顧工作首要的考慮——**以人為本**。從患者角度出發，雖然他們認知能力退化，日常生活需要他人的協助，但我們也要時刻謹記不要用對待小孩子的態度與長者相處，他們還有某些能力，不應受制。他們經歷了多年的人生旅程，有自己的喜好和價值觀，有著成年人的想法和生活態度。作為照顧者，我們需尊重患者的個人感受，在提供照料之時，亦能讓患者發揮現有的能力，過著有尊嚴和質素的生活。

與其著重患者有甚麼做不到，何不轉個角度思考，想想我們如何協助患者做到？

李雅儀

香港認知障礙症協會總幹事

香港認知障礙症協會

香港認知障礙症協會(前稱「香港老年痴呆症協會」)於1995年成立，為國際阿爾茲海默症協會在港的唯一會員，是全港第一間專門提供認知障礙症服務的非牟利機構。

本會致力為認知障礙症患者、家屬及照顧者提供專業及多元化治療活動及服務。同時，提供不同程度的培訓和教育予專業人士、護老者及社會大眾，加強他們對認知障礙症的認識並且關注大腦健康，以期達致早檢測、早診治、早準備，抵禦大腦退化。近年，本會參考儒家六藝，「禮、樂、射、御、書、數」的概念，設計成現代化「六藝®」全人多元智能健腦活動以預防及延緩大腦退化。

協會標誌的意義

心和**手**代表著能用心地去幫忙有需要人士；

綠葉代表著長青的心態，勇於接受改變及創新，有前瞻的視野及策劃未來的能耐，不畏困難、勇往向前。



聯絡我們

總辦事處

九龍橫頭磡邨宏業樓地下

電郵：headoffice@hkada.org.hk

電話：(852) 2338 1120

傳真：(852) 2338 0772

 香港認知障礙症協會



世界認知障礙症月

凝聚各界 共建認知友善社區

本年度的世界認知障礙月繼續以Remember Me (記得我)為主題，呼籲各界關注認知障礙症、及早識別徵狀、建設認知友善社區，提倡及早診斷和適切的治療及照顧，令患者繼續在熟悉的社區環境中安全及有尊嚴、有質素地生活。

- 每3秒，全球便有1人患上認知障礙症，但大部份患者並沒有適切的醫療及社區支援
- 2017年內，預計全球新增患者多達1,000萬人
- 2018年，全球認知障礙症醫療及照顧開支高達10,000億美元
- 呼籲各地政府必須制定認知障礙症政策
- 認知障礙症的病理早於病徵出現前20年已在大腦開始形成

隨著患者人數及服務需求與日俱增，業界均開始正視認知障礙症。本會藉著9月21日世界認知障礙症日，舉辦**認知友善社區研討會**，聯同行業中推動認知友善社區的同道人，與大家分享地區推廣認知友善的經歷和體會——除了我們推動的「日樂」認知友善計劃和「認知友善好友 (Dementia Friends HK)」，也有賽馬會耆智園的「腦動耆跡」計劃、基督教家庭服務中心的「腦友鄰舍守護計劃」、香港仔坊會「憑六種感覺建立認知友善社區」及救世軍大埔長者綜合服務的「大埔區認知障礙症照顧聯盟的地區伙伴協作模式」。雖然模式及活動方案各異，最終都是希望透過患者、照顧者、社區單位及醫療機構等跨界別的合作，**各盡所長**，除了能儘早發掘社區裡的隱藏個案，更能共建認知友善社區，提升照顧及患者生活質素。



作為國際阿爾茲海默症協會 (Alzheimer's Disease International) 在港的唯一會員，香港認知障礙症協會致力與不同的國際及本地認知障礙症組織合作，一同對抗認知障礙症，與患者及照顧者同行。

Aricept Evess
Giving Alzheimer's patients time

安理申®
改善長者無記性和認知問題

入口即溶
溶

不再苦澀，食藥從此無煩惱

改善配方 安理申口溶片

- 入口即溶，比一般藥丸更易服用
- 原廠新裝，確保藥效
- 方便餵藥，減輕照顧者負擔

安理申®
請向你的醫生查詢

Eisai 衛材(香港)有限公司

衛材多年來關注長者「無記性和認知問題」，致力為他們的健康及提升其生活素質而努力。
香港北角英皇道250號北角城中心2007號 電話: (852) 2516 6128 傳真: (852) 2561 5042 電郵: ehk6128@eisaihk.com

從認知友善出發 踏出家居 走進社區

只要有合適的硬件及軟件配套，認知障礙症患者仍可如常生活，住宅大廈的認知友善設施固然讓他們在安全環境居住，但他們與我們一樣，也需要社交或興趣活動，故此我們鼓勵患者保持社交圈子，繼續社區參與，而一個認知友善環境便能協助他們投入社區活動，可維持生活品質。

從患者角度 看看他們眼中的世界

- 部份商場與交通樞紐合併，出口四通八達但指示不足，令患者有迷路或走失風險
- 患者短期記憶較差，容易忘記最近或剛剛發生的事，但對遠期記憶仍十分牢固。現時社區面貌急劇轉變、歷史建築被拆卸、舊店鋪陸續結業、商場翻新、店鋪名字大多相同又多以英文命名、屋苑樓幢外貌及顏色相同，就算他們在該社區生活多年，也令他們導向混亂，難以適應
- 商場內的洗手間標示不顯眼，或以藝術線條圖案作分辨，令患者難以識別，令患者混亂及尷尬而減低外出意欲



- 往商場洗手間的路徑迂迴，沒有充足的指示重回商場，就算不是患者也有困難返回原地。患者更有可能沿消防樓梯的「出口」標示，錯誤地離開商場範圍。
- 長者多有視覺退化問題，而認知障礙症更影響他們對視覺空間的判斷，花紋樓梯或地磚也令他們難以判斷空間高低，而地上深色的地磚或螺旋圖案地毯，可能被他們會看成黑洞，因而停下腳步不敢踏前
- 患者專注力不足，難以分辨環境干擾，例如部分商場/店鋪以大聲廣播作招徠，其實會對患者造成干擾，他們或會忘記自己要購買的東西、難以集中作正確找贖、為了避開噪音干擾而越走越遠等
- 商店面積比以往的小店大，患者會容易迷路、找不到自己所需貨品、揀選貨品後找不到收銀處或誤離開店鋪而忘記付款



讓患者如常在社區生活 商場及店鋪也可更認知友善

- ✿ 提高商場或店鋪職員對認知障礙症的認識，有助識別懷疑患者，適時提供協助，予以諒解
- ✿ 在當眼位置添置清晰的標示，尤其有眾多出入口的商場
- ✿ 地板過多的顏色變化令患者無法分析空間高低隔離，因此不同的高低地區宜有清楚標示，並避免使用花紋或反光地磚
- ✿ 記憶力衰退是認知障礙者其中一個症狀，有時患者家人也未必發覺。如店員察覺長者重覆購買同一件貨品，請試試提醒，了解情況後，有需要可請家屬留意
- ✿ 留意長者是否長時間或在不適當時間(如凌晨時份)在商場或公眾休憩地方流連，可能他們忘記回家路徑，可主動上前查詢是否需要協助



小小行動成就大大改變

英國連鎖超市Sainsbury's的認知友善洗手間

Sainsbury's在本年11月開始在洗手間出口加上清晰的“Way Out (出口)”標示，並於明年3月前擴展至全國分店。源於當地一位顧客表示她的認知障礙症丈夫使用公共洗手間時遇到的困難——雖然他能自理如廁，但事後往往無法找到洗手間出口，故每次使用公共洗手間時也令他十分苦惱和焦慮，甚至影響他的外出意欲。後來太太需陪同丈夫進入男廁，過程令她十分尷尬。太太積極分享她的經驗，鼓勵商店作出改善。雖然丈夫已離開，但Sainsbury's這小小的貼心安排仍令她恩喜，她希望更多機構及商店能加入行列，關注患者及照顧者的需要。



Sainsburys網頁圖片

認知友善的戲劇表演 (Dementia Friendly Performance)

患病不等於放棄以往喜愛的興趣活動！雖然患者認知能力退化，但只要配合適當措施，他們仍可如常享受生活。英國的西約克郡劇院(West Yorkshire Playhouse)推出了認知友善的戲劇指引。專業技術人員與患者一同參與，從患者需要著手。劇院內增加了更多導向指示，員工及義工均學習了認知障礙症資訊，懂得與患者的溝通技巧，在適當時候提供協助。而劇場的燈光及音響效果亦特別調整，如突然黑暗的環境會讓患者迷失及不安，所以演出時，劇場也保持適量燈光，即使患者期間需

離座到洗手間或休息，亦可容易找到離開路線。音效設計員因應患者的接收能力作調整，如避免使用複雜或尖銳的音響效果。劇場亦安排解說員在表演間場中講解，讓患者更易理解表演內容。患者表示患病後，最不願放棄的便是過往享受的個人興趣，現時再次到劇場欣賞表演，就像與社區重新連繫起來。雖然間中他們也未能跟上劇情，但當下與一班觀眾一同投入觀賞或重聽經典歌曲，已是生活中的美妙時刻！

認知友善的生活環境是能讓認知障礙症患者及其家庭照顧者獲得權益、支持及接納。同時，社會人士能明白他們的權利，以及對他們的能力或潛能賦予肯定。

要令香港成為認知無障礙的生活環境，每個人都絕對是重要的建設者。



如想了解你的行業能如何營造認知友善環境，歡迎聯絡我們！

電話：2818 1283

電郵：dementiafriends@hkada.org.hk



香港認知障礙症協會
Hong Kong Alzheimer's Disease Association

立即行動！

支援認知障礙症患者及照顧者



4月7日(六) 九龍區賣旗日

義工登記及 捐款查詢： 2815 8400

有你的支持，

我們可繼續為患者及其家人提供支援服務！

60萬善款

*「老年痴呆症」已正名為「認知障礙症」

資助約300位懷疑患者接受早期認知檢測服務，及早識別認知障礙症

資助約400位患者使用日間中心服務，透過認知訓練延緩大腦退化

讓我們為患者的家人提供訓練及支援，減輕照顧者壓力



Charity listed on
WiseGiving
惠施·慈善機構

網頁：www.hkada.org.hk

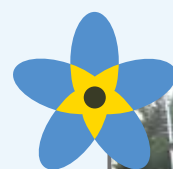
f 香港認知障礙症協會

社會福利署署長已批准三間機構於二零一八年四月七日分別在港島區、九龍區及新界區賣旗，而我們已獲授權於當日在九龍區賣旗。

小小行動 大大改變

全城參與 成就認知友善社區

「遇到伯伯在屋邨內遊蕩，好像迷路了？」
「在快餐店遇到婆婆誤取及進食他人的食物？」
「在巴士上遇到長者不停問旁人是否已到站？」



你曾遇到以上的情境，不知如何幫忙或不明白他們的行為嗎？他們有機會是患有認知障礙症。

隨著本港人口老化，認知障礙症人口將持續上升，然而社會大眾對此症的認知不足，對患者仍有不少誤解及負面標籤。香港認知障礙症協會響應英國阿爾茲海默氏症會“Dementia Friends”運動，加入這全球關注認知障礙症行列，於香港推動「認知友善好友」，目的是提高公眾和各行業對認知障礙症的認識，改變對病症的錯誤觀念及負面標籤，繼而以行動關懷及接納認知障礙症患者及其家人，令他們可以安全、快樂地在社區上生活。

我知道認知障礙症患者會有記性、迷路，如果遇到迷路人士，我願意會主動上前幫助佢！

司徒妹妹

參與認知友善好友

透過簡易方便的網上學習、人傳人的知識傳遞、行為影響，廣泛地傳播正確和正面的認知障礙症知識，鼓勵以行動關心和支持患者與家人，建設一個認知無障礙的香港。

無論是個人、團體或公司身份，也可登記成為「認知友善好友」，共建認知無障礙社區！

請立即登記！



網上登記



網上學習



行動！



宣揚認知障礙症正確信息 協助患者支援家人

登記網頁：www.dementiafriends.hk

電話：2818 1283

電郵：dementiafriends@hkada.org.hk

認知友善好友 Dementia Friends HK

正視老問題 體貼是前提！



人到晚年，有機會出現認知能力退化，不單記憶力下降，更甚會失去自理能力，衣、食、住、行均需他人照顧，治療時亦可能出現腸胃不適等反應。

作為至親，難免感到束手無策——如何有效面對「老」問題？在工作沉重同時，怎能貼身照顧？

家中遇有「老」問題，請儘快諮詢醫生意見，助您照顧減煩惱。



Exelon® 憶思能® 為醫生處方藥物，並列入醫管局藥物名冊。有關藥物詳情，請向醫生查詢。

NOVARTIS

瑞士諾華製藥(香港)有限公司
香港鰂魚涌英皇道1063號27樓
電話：(852) 2882 5222
傳真：(852) 2577 0274

EXELON® PATCH
(rivastigmine transdermal system)

踏上旅途



近日，我們看到數宗認知障礙症患者外遊時走失的報導，幸好最後有驚無險，患者最終也能順利尋回。我們的家屬也曾表示與患病家人在本地探親期間入住酒店，一不留神讓患者獨自離開，患者獨自錯到了其他樓層的房間休息，隔了一天才被酒店職員發現。人在外地，陌生的環境及言語不通，即使走失，患者也未必懂尋求協助，令家人心急如焚。去旅行周遊列國是不少人士的退休大計，但隨著認知障礙症來襲，是否令患者的生活空間大大削減？

我們鼓勵患者能繼續參與過往喜愛的活動，不要因病而影響生活質素。雖然和患者一同出遊可能是個挑戰，但只要事前好好計劃，便能確保家人與患者一同舒適安全地向世界出發！

事前準備 / 行程規劃

- ✿ 事前與醫生及家庭成員溝通，評估患者的身體狀況是否適合外遊
- ✿ 選擇鄰近醫療機構的地方下榻
- ✿ 先從短線行程開始，除了預備工作較輕鬆，患者無需調整時差
- ✿ 患者較難適應新環境，宜選擇語言或文化與本港相近的地區，增加患者熟悉感
- ✿ 出發前多提示患者即將一同出遊，讓他有所認知



- ✿ 長時間的照顧工作並不容易，建議安排多位家庭成員同行，互相分擔照顧工作，亦能增加患者安全感
- ✿ 帶同隨身小包，內有患者需服用的藥物及當地求助電話，以防萬一
- ✿ 帶同患者熟悉的物品一同出遊，如愛吃的點心、慣用物品或愛聽的歌曲，有助改善患者心情

旅行中

- ✿ 當到達陌生的環境，患者容易產生遊走行為，增加走失風險，故照顧者儘可能時刻陪伴左右，並讓患者隨身帶備護照影印本及聯絡人電話，或是讓患者戴有緊急聯絡人及聯絡電話的手鏈
- ✿ 機場或交通樞紐等地方，內有大量指示、廣播及人流，容易令患者分神或不安，故照顧者需陪伴患者，穩定患者心情
- ✿ 如有需要，可預先通知航空公司或酒店職員將有認知障礙症患者同行，讓他們有所準備或提供相關協助
- ✿ 留意患者的情緒或行為，觀察他們是否感到疲累或焦慮
- ✿ 患者需較多時間適應新環境，如需乘搭固定時間的交通工具，請預留充裕時間。確保行程舒適及輕鬆，讓患者有充足休息時間，避免安排過多景點
- ✿ 行程安排與患者日常習慣相近，如按時休息或進食，避免打亂患者生理時鐘
- ✿ 避免到人多或擠擁的地方
- ✿ 入睡時，保持洗手間燈光亮著，讓患者易於尋找，減低離開房間的風險



無論任何旅程，照顧者也需好好計劃及評估現實情況，如出行對患者來說已是十分困難或牽涉太多風險，不妨跟患者或外地親友好好溝通，讓他們前來探訪患者，或是透過視像科技會面。

面對壓力 趕跑負能量



面對家人患上認知障礙症、突然走上照顧認知障礙症患者之路，是漫長而充滿挑戰的工作。隨著病程發展，患者於不同時段有不同的行為及照顧需要。當中有喜樂也有悲傷，要成為患者的最佳同路人，照顧者的同行十分重要，無論你產生的情緒是好是壞，也值得被諒解及尊重。

丈夫患認知障礙症數年來，太太是主要照顧者。丈夫經常把街上的物件拾回家並屢勸不改。面對混亂及衛生程況惡劣的家居環境，太太漸失耐性，多次情緒失控大罵丈夫及禁止丈夫離家。她嘗試不同方法仍無阻他的固執行為，心情煩躁又憤怒，每天指罵丈夫，兩人常常爭執不下……

年老母親確診中期認知障礙症，兒子初時為她安排醫生跟進，也申請了日間中心服務。每次母親從日間中心回來，兒子也追問她進行了甚麼活動、有甚麼感受，母親總內疚的說記不起。醫生早說病症不會治癒，眼看母親仍經常忘東忘西，

兒子既無助又失望。既然藥物或活動也不會令母親康復或記起事情，多一事不如少一事，便著母親不用再服藥，也請社工不用跟進母親的情況，讓她留在家中算了……

同住的母親患上認知障礙症，女兒聘請了外傭照顧母親。上班期班，女兒時常接獲外傭電話，說母親突然離家或是如廁時跌倒送院，警署也曾聯絡她說母親未付款便離開超市…… 每每電話鈴聲一響，女兒便十分恐懼。其他兄弟姐妹總是勸她要孝順多體諒母親的情況，面對繁忙的工作及母親發生的無盡意外，女兒既焦慮又厭惡……

了解自己 正面面對

以上這些照顧者遇到的問題並不罕見，面對未知的將來及多次的失敗經驗，挫折、悲傷、內疚、恐懼、抑鬱、甚至憤怒也是常有的情緒。當照顧者嘗試多種方法仍沒果效，便感到照顧工作進入困局而逃避處理，令問題越滾越大。面對挫折或疲憊，照顧者也要體諒自己亦有情緒低落的時候，其實照顧者無需隱瞞或壓抑這些負面感受，而是需要面對和管理。因為它們正正是你的身體警號，讓你知道現實情況超出你個人可承受的範圍。但如長期停留在這些情緒中，以致影響了日常生活或身心健康(如失眠或胃痛等)，照顧者便不能忽略這些負面感覺，要尋方法解決問題了。如長期抑壓負面情緒，對照顧者或患者也有風險。

了解病症 早作準備

照顧者理所當然的背起所有照顧責任，認為自己應每事為患病家人打點、給患者最好的照顧，長期把心力專注於照顧工作。但當他們用盡方法也未見情況好轉，只覺不斷付出，沒有回報，便感覺到患者和自己也沒有出路，產生煩躁或消極的感覺。

很多時照顧壓力源於照顧者未能為眼前的困境找出路。作為患者的守護人，照顧者不妨先好好作準備，了解認知障礙症的資訊，如病徵、正確照



我們的「亦師亦友」同路人支援計劃，由富經驗的照顧者分享經驗，同路人互相扶持，改善應對能力

顧方法、與患者的溝通方法、病情演變、患者不同時間的支援需要等。在病徵並不明顯的初期至中期階段，不少照顧者仍習慣獨自肩付照顧工作，但隨著病程惡化，出現的行為問題令照顧挑戰倍增，也難以獨力應付。如照顧者能增加自己對病症的全面認知以應付不同情況，學習正確的照顧及溝通技巧，面對突發情況也不會手忙腳亂。同時，照顧者也要多為自己打氣，肯定自己付出的努力，有需要時讓自己短暫抽離照顧工作，與其他家人分擔照顧責任或尋求外間支援。

同路支援 互相分享

分享在於為自己的情緒找出口，也能從對方身上得到支持。因此，照顧者需維持自己的社交活動，與可信任的人，如親屬或朋友等傾訴，或是加入認知障礙症的照顧者小組。照顧病患工作每天不同，處理方法亦因人而異。漫長的照顧路上，如能找到同路人彼此支援，大家有著相同的經歷、面對相似的照顧困難，不要少看「同聲同氣」的力量，一同分享煩惱或經驗、互相學習出謀獻策，除了更易摸索出合適的照顧方法，更能紓緩照顧壓力。

同時，照顧者也可多認識社區裡的支援服務，如日間中心或家居照顧等服務，配合社區資源充實你的照顧力量，照顧路上並非單打獨鬥。

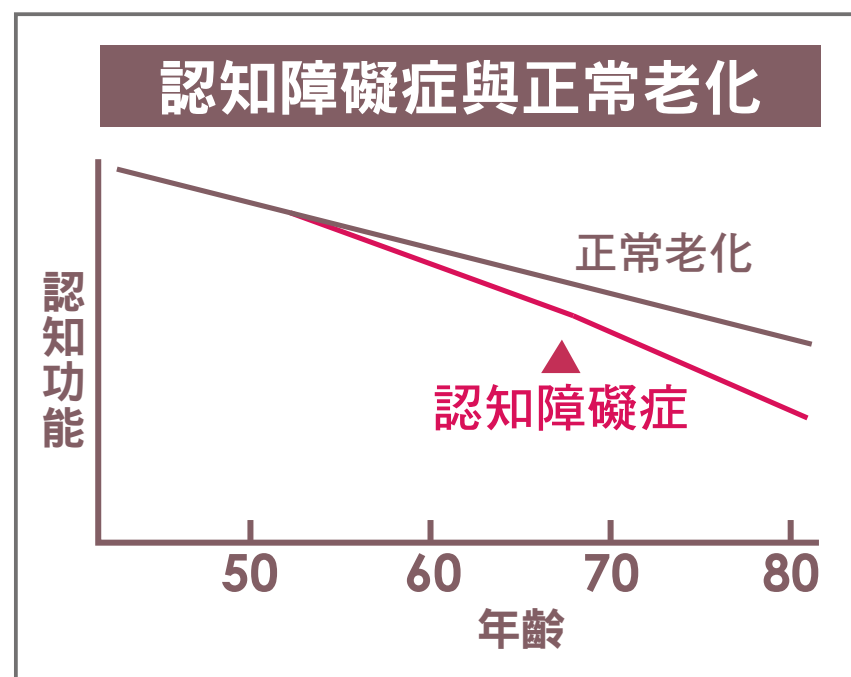
大腦也長壽

及早保養大腦 贏在起跑線



根據統計署2017年報告顯示，本港男性的平均預期壽命是81年，女性則是87年，較30年前分別增加了約7年及8年，在已發展的經濟體而言是最長壽命之一。香港人十分長壽，但同時亦面對老齡化產生的醫療問題。年紀越大，患上認知障礙症的風險便越高，我們如何應對這高齡海嘯，讓大腦趕上長壽步伐？

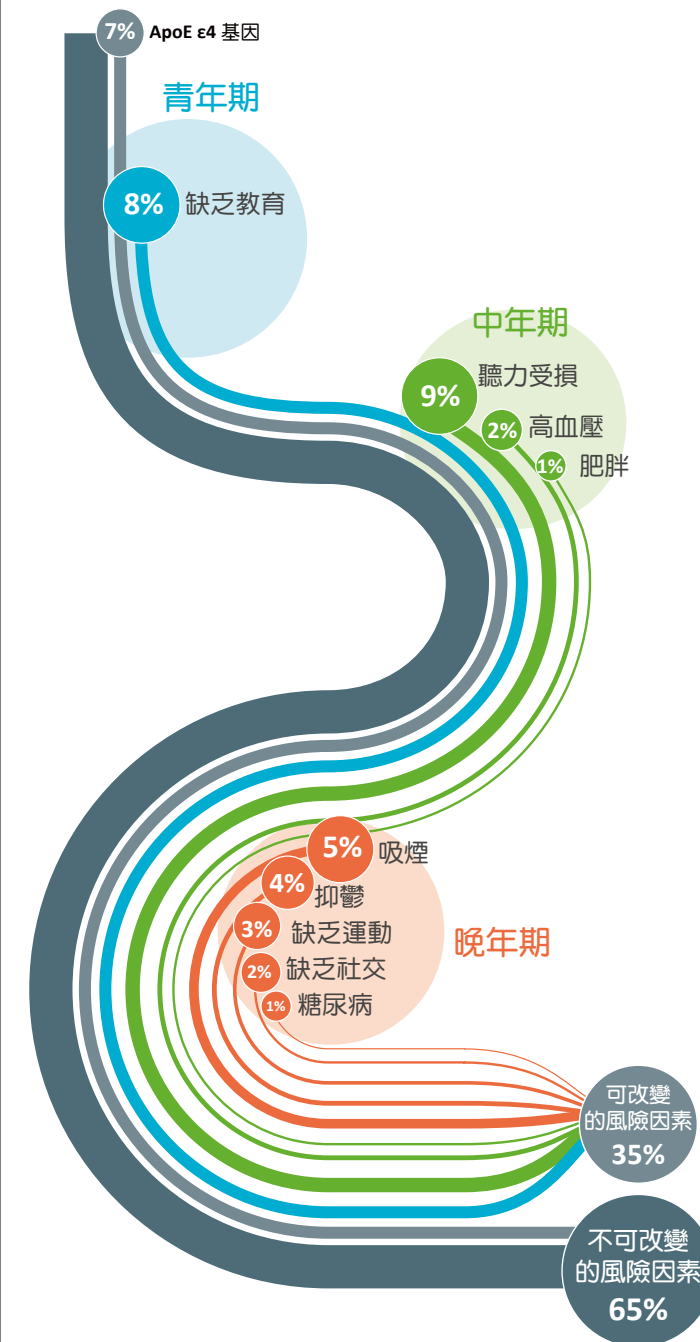
二、三十歲是記憶力和認知功能發展的高峰期，三十過後，身心健康良好的話，狀態仍可維持，四十歲後，身體機能開始走下坡，記憶力和認知功能亦會隨著年齡增長而下降！我們不能確定為什麼會患上認知障礙症，但有某些因素，如：高血壓、缺少運動及吸煙，都能令血管縮窄，從而增加患上阿爾茲海默氏症及血管性認知障礙症的風險。



認知障礙症令患者的大腦認知功能急劇退化

雖然大部份認知障礙症也在老年期病發，但抗衡風險因素卻可早早起步。保養大腦是一生的工作，從今天起，建立健康的生活習慣，能減低風險因素，預防認知障礙症，裡裡外外也健康長壽！

風險因素與認知障礙症



圖片來源：
翻譯自醫學期刊《The Lancet》2017年7月號

兒童時期 →

香港有先進醫療設備及完善社會保障，很多疾病已可預防，食物供應亦十分充足。在兒童時期，我們要確保小朋友吸收充足營養，維持身體發展及大腦發展所需。

青少年時間 →

教育能啟發思維，當我們年青時越多接受教育、多學習，便能有效訓練大腦，積聚更多大腦認知儲備。

成年期 →

步入職場之時，我們開始擴闊社交生活，有效訓練溝通、策劃及執行能力，鍛鍊腦筋。工作忙碌之時，我們也要保持均衡飲食，如選擇低糖、低鹽、低油、高維生素或高蛋白質的食物。同時亦要建立健康的生活習慣，如恆常運動、避免吸煙或酗酒，預防及控制高血壓、高膽固醇、糖尿病、心臟病及中風，避免患上腦血管病。

60+ 時期 →

面對退下職場及身體機能開始衰退，不少人士在此時期也有抑鬱風險！在人生下半場，我們要維持正面情緒，保持心境開朗，持有欣賞、感恩的生活態度，如培養健康的嗜好及個人興趣，多學習新事物及新活動，既保持精神活躍，亦可訓練頭腦，為大腦提供更多刺激，保持大腦儲備，抗衡認知障礙症風險。

老年期 →

即使踏進老年期，也要致力保持身體健康，定期接受身體檢查及認知測試，當出現徵狀便應尋求協助。即使確診患上認知障礙症，如能及早展開藥物及非藥物治療，便能有效延緩病情。透過適當支援，患者亦可如常在社區生活，維持生活質素。

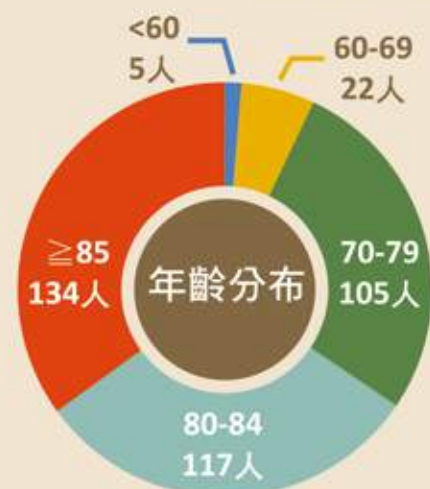
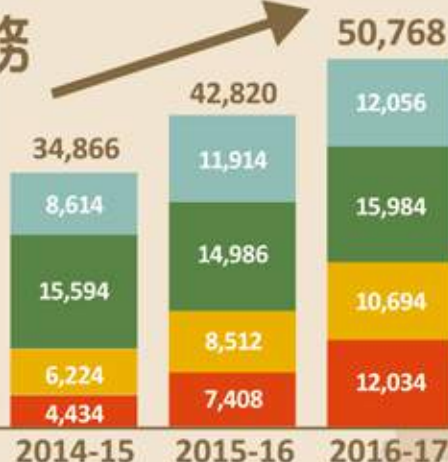
2016/17 年度工作成果

日間中心服務

50,768 人次

註：每半天為一節，每節人次作算

■ 智康中心 ■ 將軍澳中心
■ 芹慧中心 ■ 李淇華中心



383 人

115 男 30%
268 女 70%



本年度，我們的工作團隊共為超過 5 萬人次提供服務！這些不單單是服務數據，而是反映了社區裡的認知障礙症患者及他們的家人對認知障礙症支援服務的持續需求。

我們沒有政府資助，一直以自負盈虧的非牟利方式營運廿二載，沒有你的支持，這些工作皆不能實現！

早期認知檢測服務

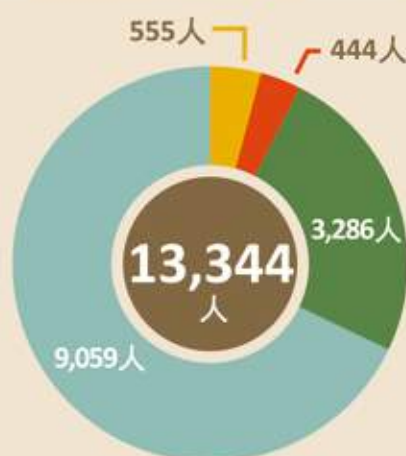
134 男 28%

346 女 72%



家屬支援及公眾教育活動

■ 接受大腦健康篩查
■ 家屬支援活動
■ 公眾/機構/公司/團體教育講座
■ 公眾/機構/公司/團體教育活動 (包括：大腦健康攤位、展覽、健腦八式示範等)



請支持我們的認知障礙症支援服務！ We need your support!



現時全球每 3 秒便有 1 人確診患有認知障礙症，而本港每 3 名 85 歲或以上長者便有 1 名患者。隨著人口老化，服務需求將持續增加。我們沒有政府資助，以自負盈虧、非牟利形式營運，一直堅持提供專業專門的優質服務。不同經濟能力的患者也有使用服務的需要，故此我們致力維持收費額於患者家庭可支付的水平。為能維持現有服務質素及開展創新及先導項目，實有賴大眾的捐助。

1 case in every 3 seconds is diagnosed with Alzheimer's Disease worldwide, and 1 in every 3 local seniors over 85 years of age living with the disease. Demand of services for people living with dementia and their families will increase because of ageing population. Being a self-financed agency without regular government subvention, we strived hard for donation and sponsorship to support our services. We keep our service fee charged at an affordable level of our service users and their families. Your generous donation will allow us to provide specialized, professional and innovative dementia care service to people living with dementia and their families.

本人樂意捐款支持 I would like to donate

2018 Vol. 1

☐ HK\$1,000 ☐ HK\$500 ☐ HK\$300 ☐ HK\$100 ☐ 其他 Other\$ _____

捐款方法 Donation Methods

- ☐ 支票 By Cheque
抬頭：「香港認知障礙症協會」/ Cheque payable to "Hong Kong Alzheimer's Disease Association".
- ☐ 直接存入 Direct Pay-in to the Bank Account
☐ 滙豐銀行 HSBC #809-352867-001 ☐ 渣打銀行 Standard Chartered Bank #301-0-010267-8
- ☐ 信用卡 By Credit Card
☐ 每月捐款 Monthly Donation Programme ☐ 單次捐款 One-off Donation
☐ Visa ☐ Master
- 持卡人姓名 Card Holder's Name: _____ 信用卡號碼 Card Number: _____
有效日期 Card Expiry Date: (月 MM) ____ / (年 YY) ____ 持卡人簽署 Card Holder's Signature: _____

捐款者資料 Donor information

☐ 先生 Mr. ☐ 女士 Ms. ☐ 公司 Corporation ☐ 團體 Organization

中文姓名 Chinese Name: _____ 英文姓名 English Name: _____
聯絡電話 Contact Tel: _____ 傳真 Fax: _____
聯絡電郵 Email: _____
郵寄地址 Address: _____

- ☐ 如收據抬頭非捐款人，請列明 If the recipient's name differs from the donor, please specify _____
- ☐ 為節省行政支出，本人不需收據。To save administration cost, please do not send me the receipt.

請把支票或銀行入賬存根正本寄回「香港認知障礙症協會 簡便回郵58號(KCY) 教育及籌款部」(無需貼郵票)或傳真至2815 8408，以便開發捐款收據作減稅用途。(稅務局檔案編號:91/4488) Please send this form to "Education and Fundraising Department, Hong Kong Alzheimer's Disease Association, Freepost 58 (KCYP)" (no stamp required) or fax to 2815 8408 for donation receipt (tax deductible). (Inland Revenue file No. 91/4488)

收集個人資料聲明 Personal Data Collection Statement

你的個人資料只供本會與你通訊，作寄發捐款收據、籌募、接收本會服務推廣及教育資訊之用。所有個人資料將妥善儲存及絕對保密。你可隨時致電2815 8400要求本會停止使用你的個人資料作上述用途。若你不同意收到上述資訊，請在下列方格加上"✓"號。Your personal data will be used for the purpose of providing you with Hong Kong Alzheimer's Disease Association (HKADA) donation receipt, donation related contact, fundraising, promotional and educational information. Your personal data will be kept securely and strictly confidential. You may request HKADA to stop using your personal data for any of the above mentioned purpose by contact us at 2815 8400. Should you find the above mentioned utilization of your personal data not acceptable, please indicate your objection by "✓" in the below box(es) before signing.

- ☐ 本人不同意香港認知障礙症協會使用我的個人資料寄發捐款收據。
I object to use my personal data in receiving HKADA's donation receipt.
- ☐ 本人不同意香港認知障礙症協會使用我的個人資料作籌款通訊之用。
I object to use my personal data in receiving HKADA's donation contact and fundraising information.
- ☐ 本人不同意香港認知障礙症協會使用我的個人資料作發送該會服務推廣及教育資訊之用。
I object to use my personal data in receiving HKADA's promotional and educational information.

簽名 Signature: _____

日期 Date: _____

捐款查詢 Donation Enquiry: (電話 Tel) 2815 8400 (電郵 Email) pfr@hkada.org.hk



香港認知障礙症協會
Hong Kong Alzheimer's Disease Association

E	POSTAGE PAID HONG KONG PORT PAYE	PERMIT NO. 7038
	ECONOMY	

我們的服務 Our Services

日間中心
Day Centre

早期檢測服務
Early Detection Service

到戶訓練
Inhome Training

家屬支援
Family Caregiver Support

認知障礙症教育中心
Institute of Alzheimer's Disease

公眾教育
Public Education

認知友善好友
Dementia Friends HK

早檢測 早診治 早準備

為受認知障礙症影響的家庭提供專門的服務及全面的關顧，
並倡議適切的社區支援，
以促進本港認知障礙症的優質照顧。

等緊你呀

參與4月7日(星期六)

九龍區賣旗日義工!

網上登記：
goo.gl/qfwfgG



義工登記及查詢：2815 8400

社會福利署署長已批准三間機構於二零一八年四月七日分別在港島區、九龍區及新界區賣旗，而我們已獲授權旗當日在九龍區賣旗。

香港認知障礙症協會

總辦事處：九龍橫頭磡邨宏業樓地下

電郵：headoffice@hkada.org.hk

電話：(852) 2338 1120 傳真：(852) 2338 0772



Charity listed on
WiseGiving
惠施·慈善機構

為節省成本及支持環保，歡迎各位選擇接收電子版「集智」。請把收件者姓名、原有郵寄地址及將來接收資訊的電郵地址傳送至pfr@hkada.org.hk，以便本會於「集智」出版時，發出通知並送上「集智」的網頁連結以供閱覽，感謝支持!