

stheadline.com/life

混淆時間、地點和人物，這些正是腦退化症的徵狀，然而原來還是另一種長者常見急症表現，專科醫生提醒照顧者必須慎察，以便及時把患者送院，接受適切治療。

文：衛兒 部分圖片：星島圖片庫



老人科專科醫生 馬漢明

辨識箇中異同

老人科專科醫生馬漢明表示，譫妄症又名「急性精神紊亂」，是指急性的認知功能失調，嚴格來說，它是一種症狀而非疾病，然而它經常會被人誤認為認知障礙症。

兩者主要分別是，譫妄症是突發的，一般發生於數小時至數日之內，照顧者較容易察覺，而患者經治療後有可能痊癒，認知障礙症則是持續的，以數月或年計，而且很多時照顧者較難發現，盡早治療，可以延緩和改善病情。

譫妄症和認知障礙症兩者，也有很多相似之處，例如譫妄症患者的精神狀態可起伏不定，會出現以下一種或多種的症狀：混淆時間、地點和人物、重複提出相同的問題、缺乏專注力、胡言亂語、忐忑不安、日夜顛倒、欠缺動力和幻覺(視幻覺為主)、妄想(被受害者)、拒絕進食和自理能力下降等，這些徵狀都與認知障礙相似。



長者高風險 譫妄症 誤作腦退化



注意常見成因

- 譫妄症常見於六十五歲以上的長者，男女罹患機率相若。
- 急性疾病(例如感染、手術、中風、腦部創傷、器官衰竭、缺氧、脫水、電解質失調、貧血等)、環境的轉變(住院和轉院)，以及藥物影響，均是引致譫妄症最常見的原因。
- 患有慢性疾病的長者，尤其是認知障礙症及情緒病，較易出現譫妄症。

應急處理與療法

當長者出現譫妄症時，照顧者應如何處理？馬醫生指，當居家的長者出現譫妄症，應盡快向醫生求助，以排除急性疾病。長者可能需要進一步的檢查和治療。若長者住院期間出現譫妄症，跨專業的會診可縮短譫妄症的時間。同時，家人對疾病的認識和對患者的諒解及支持，亦十分重要。

治療方面，馬醫生指，處理根源的問題是治療譫妄症的最佳方法，例如處方抗生素控制感染、補充電解質、穩定維生素指數等等。如果患者情緒亢奮，適當的抗抑鬱藥、抗精神病藥物或安眠藥可助穩定情緒。如果患者未能完全配合治療(例如「打點滴」、注射藥物或手術後傷口引流)，短時間使用約束衣，可以令患者安全地接受治療。



預防竅門

一般來說，譫妄症會維持數天至數星期，有部分患者可持續神志混亂，未能回復正常。雖然譫妄症本身不會引致併發症，但如果住院長者患有譫妄症，他們的住院時間一般會比較長，而死亡風險亦比較高。至於譫妄症有否預防方法？馬醫生表示，定期的醫學覆診(包括視力和聽力檢查)、盡早的診斷、適切地治療認知障礙症或情緒病、適量的戶外和社交活動、均衡飲食習慣，以及確保大小二便的暢通等，都是預防譫妄症的最佳方法。



醫學覆診如視力和聽力檢查，及早診斷和治理，是防譫妄症基本方法。

健筆記

私密部位 發炎高危因素



陰道痕癢主要原因是感染了細菌，當中以念珠菌陰道炎最常見。正常情況下陰道存有少量念珠菌，但當陰道的酸鹼度有所轉變，例如懷孕、患糖尿病、服食高劑量的避孕丸、服用抗生素、長期患病、常穿緊身衣物和不透氣內褲等，可令陰道內環境改變，使念珠菌大量繁殖，提高感染機會。

此症常見於生育年齡婦女，部分更不斷反覆感染念珠菌。患者外陰痕癢、赤痛或紅腫，分泌物呈乳酪狀或帶豆腐渣般，或轉成黃綠色。嚴重時外陰部、會陰、腹股溝都出現發炎及潰損。

部分個案是誤用陰道清潔產品，或過度清潔而引發。陰道有自我清潔功能，內部保持在偏酸性環境能抑制病菌滋生，例如可抑制念珠菌、滴蟲、鏈球菌等。故正常情况下毋須頻繁沖洗陰道，不然反會引起酸鹼度產生變化，令菌群失衡，引發細菌感染和炎症。隨着更年期的雌激素下降，陰部皮膚會因膠原蛋白流失和皮脂腺功能下降而變得薄弱，過度清潔會使外陰痕癢和乾澀。

多喝水別憋尿

陰道炎症很大部分患者是上班族，常需長時間坐着工作，大半天也沒甚走動機會，這會使外陰環境悶促和令分泌物累積。建議她們多飲水，增加如廁次數，這樣便能有機會留意分泌物有否異常，而在分泌物較多時，亦可通過更換護墊或內褲，令外陰回復通爽。

一般女士出現陰道痕癢，會自行嘗試不同的方法紓緩，例如使用陰部專用藥膏、陰部清潔液清洗，有些人甚至不加理會，待陰道痕癢問題自然痊癒。

要改善及治療痕癢，最佳方法是求醫治療。一旦確診陰道感染，醫生一般會處方藥物，包括陰道塞劑、口服藥和外用藥膏，藥物均需經醫生處方，患者切勿自行服用。

在正常狀態下，用溫水輕輕的清潔外陰部即可。日常維持正確的衛生習慣，是保護陰部健康的關鍵，例如選穿純棉及透氣的內褲、減少穿緊身褲，以及生理期時勤換衛生巾等。

有待加強 婦女健康支援



剛出爐的《財政預算案》，2024/25年度的醫療預算雖有所增加，涉及醫療衛生的預算為1,279億元，較去年微升2%，經常性開支也增加約4%至1,095億元。其中，醫院管理局將加強癌症等疾病的臨床服務。然而，預算案對婦女健康支援着墨不多。香港乳癌基金會一直建議政府落實全民乳癌篩查，政府卻未有積極善用資源投入乳癌防控工作。

衛生署為期兩年的第一階段乳癌篩查先導計劃已於去年9月屆滿，第二階段計劃卻遲遲未展開。去年，特區政府表示計劃在2023年底推出下一階段為期三年的乳癌篩查先導計劃。今年2月再次表示「正積極籌備推出第二階段的乳癌篩查先導計劃，詳情將適時公布。」然而，至今仍未聞聲響。

降低死亡風險

全民乳癌篩查除實踐政府預防為重的醫療方針，更重要的作用是減輕未來整體醫療負擔。據基金會一項以本地數據進行的研究，結果顯示在無症狀下通

過乳房X光造影檢查，比較有症狀下自我發現的癌症個案，平均治療費少近三成。如果為本港十萬名具平均風險的四十歲婦女，以乳房X光造影作乳癌篩查推算，總治療費用可減少超過三成，折合約7.7億港元。

乳癌是香港女性頭號癌症，因應晚期乳癌為婦女個人及社會帶來的沉重醫療負擔，推出範圍更廣的乳癌篩查計劃應越快越好。基金會早於2018年提交施政報告建議書，提倡「全民乳癌三步走」，循序漸進推行全港性乳癌篩查計劃，以提高早期發現乳癌的機遇，進而提升治療率，降低死亡風險。長遠而言亦有助控制公共衛生醫療開支。

亞洲其他國家和地區，如南韓、日本、新加坡和台灣，早已推行乳癌篩查。香港在2021年才開始進行第一階段先導計劃，相對鄰近地區落後了二十年之久。基金會期望政府能儘快公布第一階段先導計劃的檢討成果，如期落實推行乳癌篩查，亦應考慮實行公私營協作，共同守護婦女健康。



熊維嘉醫生



黃潔華醫生 婦產科專科

世界各地姓名 吉祥文化趣談



近代史粵劇《毛澤東》足本版將於4月12日至14日在新光戲院告別演出，大師在十二年間寫下37套原創粵劇，將是未來看之不盡、演之不盡的粵劇遺產，十二年的軌跡，做一件超越金錢回報的事情，令人充滿意義，深刻而深情。

名字與電視劇有關

上世紀80年代至90年代，香港人改名很受電視文化影響，因為每個人都看電視。所以，當時出世的人，很多人都叫「希文」，因為那年代鄭裕玲在《網中人》的角色就叫做希文。那段時間亦很多人喜歡用「緯」字，因為周潤發叫程緯。那段時間亦流行了一個字，很多人愛用，就是「縈」（讀音營），因為劇中繆騫人的角色叫賀縈，所以「縈」字又多人採用。

那時也紅了一個人，但是沒人會改這名字，那個就是「燦」字，因為阿燦在劇中總是被人取笑的，所以大家都不會想改。但其實一個不夠火的人，是可以利用這個「燦」字，直到現在，香港人也不是很敢用這個字，也是術家禁用。

我們受電視影響，又會不會用「美儀」這個名？是會的！因為上世紀60年代、70年代很多美儀的！當然，姓氏不同，但「楊美儀」是特別多，為甚麼？你看看，「楊」是一隻羊，「美」又是羊，「儀」都是羊，三個羊就是「三陽啟泰」了。羊又代表熱土，即代表秋冬出世的人，他們傾向於改「儀」字，或者改「美」字，原來「美儀」二字是用來補火土。

忌用「蓮」和「影」

我們上一代，50年代、60年代很喜歡用「鳳」、「娟」、「蓮」之類，但那個年代，凡用「蓮」字都認為是苦命，所以有兩個名字我是永遠不用，一個是「蓮」字，一個「影」字。因為「影」字很飄渺，有所謂「浮光掠影」。上世紀50年代很多人喜歡蓮花，所以覺得「蓮」字好靚，但之後大家會聯想到黃連是苦，所以之後不是很敢為人改這個名。有趣的是，去年開始日本公布了日本人為男嬰改的名字排行榜第一，竟然是「蓮」字！

日本新興的名字

日本人用字很特別，跟中國人的習慣相反。女生常用的「碧」字，原來是日本排第2多男嬰改的名字。第三個字就是「倉」字，而最新排名第一的，不是中文字，而是日本創的字，是叫「凪」（讀音優），代表風平浪靜

的意思。現在日本很多男嬰也改這個字。所以，「凪」、「蓮」、「碧」和「倉」這四個字，就是日本人最喜歡改的男孩名字，以前他們喜歡用「英」、「勇」、「勝」之類，因為打仗。

日本女孩名字以前很時興用「子」字，現時喜歡用「洋」、「葵」這兩個字，還有「悠」字，因為日本天王的孫用了這個字，於是又跟風。還有喜歡「凪」字和「詩」字。

現在說說英文名字了，近這幾年英文名字大門法。有人改名索性叫Chanel、Gucci，可能還有女孩叫LV？我不知道了。其實在我們那個年代，最時興的名字就有Jason、Candy、Kelvin、Elly、Lily等，現在依然很多人用的名字就是Sofia、Olivia。男孩的三大就是Oscar、James和Michael。英國文化中Fanny是一個很吉祥的名字，還有Jessica和Flora。現在時興男孩叫Theo、女孩叫Ellie。你的名字吉祥嗎？



當年電視劇《網中人》大受歡迎，那時出世的嬰兒，不少都根據主角名字改名。

香港著名風水術數名師。近年因承租新光戲院及撰寫兼製作新派粵劇為人注目。十年間已上演了三十多套原創作品。近年開始拍攝玄學紀錄片。多次獲國際紀錄片大獎。

逢周一及周六刊登

部分圖片：李居明提供

註：以上純屬作者個人意見，不代表本報立場。