

<<忘了我是誰>>

图书基本信息

书名：<<忘了我是誰>>

13位ISBN编号：9789866377679

10位ISBN编号：9866377679

出版时间：印刻文學生活雜誌出版有限公司

作者：楊翠屏 著

页数：240

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<忘了我是誰>>

前言

推薦序 / 劉秀枝（本文作者為陽明大學兼任教授、前台北榮總一般神經內科主任） 本書的內容平實豐富。

其縱剖面由阿茲海默症的歷史談起，從一個世紀前的第一位阿茲海默症病患，即五十一歲的奧古斯蒂·笛女士開始，介紹阿茲海默症醫師的醫學生涯，阿茲海默症的正名，直到近代名人的罹患失智症，以及目前法國政府大刀闊斧的關於阿茲海默症的政策。

而橫的廣度方面由老化開始、輕度知能障礙、憂鬱症、照顧者的負擔，到阿茲海默症的致病因素、導因和預防，以及政府的因應之道。

雖然本書的參考文獻主要是西方國家的資料和經驗，但他山之石，可以攻錯，而法國於二〇〇五年時的平均壽命為男七十八歲、女八十三歲，其人口老化在台灣之前，可供借鏡之處甚多。

<<忘了我是誰>>

內容概要

聯合推薦 陽明大學兼任教授、前台北榮總一般神經內科主任 / 劉秀枝 台灣失智症協會秘書長、國際失智症協會理事 / 湯麗玉 本書協助你理解老年與失智症的整體現況，再細就阿茲海默症的醫學史與最新的調查數據，告訴你此病在人口老化社會的盛行率與先進國家的照護體制、社會補助情形，以及照顧者與個人預防、早期診斷注意事項，且提供作者親身經歷與案例研究，以平常人（非高高在上的醫生）的角度，關懷而勇於承擔的口吻，直接說明你應知道的事實。

年過五十，常覺得記憶不如從前，是正常老化？

無可避免？

還是阿茲海默症（老年失智症）的前兆？

相信不少人會有這種疑慮。

當懷疑自己或家人的記憶力是否出了問題時，最好是看醫生，讓醫師判斷是否有失智症或者只需定期追蹤即可。

然而，門診的時間有限，很多問題來不及問醫師，就是問了，醫師恐怕也無法詳細回答，因此常需自己做功課。

而照顧失智長者不僅辛苦，且常會有意想不到的狀況發生，所以最好未雨綢繆，先對失智症可能會遇到的問題有所了解。

縱使沒有這些顧慮，一般人也很想知道如何預防失智症。

這些訊息的來源除了向台灣失智症協會等組織尋求諮詢、在網路報章雜誌上搜尋相關文章外，閱讀失智症的專書更是一項重要的功課。

<<忘了我是誰>>

作者簡介

楊翠屏 政大外交系畢業，法國巴黎第七大學文學博士。
海外華文女作家協會會員，歐洲華文作家協會會員。
具有想認識世界的好奇心，喜愛讀萬卷書行萬里路。
熱愛參觀作家、音樂家、歷史人物、偉人故居。
酷愛涉獵文學、歷史、社會學、心理學、醫學、傳記、宗教、玄學……等方面的書。
曾在《婦女雜誌》、《中央日報海外書簡》、《民生報》、《逍遙》雜誌發表過文章，《中國時報開卷版》世界書房撰寫法國書評三年。
旅居法國三十四年。
譯有《見證》（八位二十世紀法國文學巨擘評論）、《西蒙波娃回憶錄》、《第二性：正當的主張與邁向解放》（獲得《聯合報讀書人》一九九二年非文學類最佳書獎）。
著有《看婚姻如何影響女人》、《活得更快樂》（一九九八年台北市政府新聞處推介優良讀物）、《名女作家的背後》、《誰說法國只有浪漫》。

<<忘了我是誰>>

書籍目錄

推薦序：長壽的隱憂 / 劉秀枝 推薦序：親切分享經驗 / 湯麗玉 自序：老化令人哀傷？
老化 1解開老化之謎 2老年人之脆弱性 3走下坡症候羣 4大腦的正常老化、病態老化 5老年人的智能：
先天與後天平分秋色 疾病 1壽命延長、老年失智症風險相對提高 2致病因素 3亞羅斯·阿茲海默醫生 4病
名：從沿引到正名 5奧古斯蒂·笛女士檔案 導因 1輕度知能障礙可能導致阿茲海默症 2常被忽視的老年
憂鬱症 3孤獨更易助長老年失智症 4勿低估高血壓老年患者的知能障礙 預防 1如何預防 2更年期的荷爾
蒙治療 3環境刺激對抗疾病 4運動即生命 5食物密碼 拯救 1知易行難：法國人的健康態度 2法國政府
的大刀闊斧政策 3照顧家屬的艱辛角色 4大為流行的頭腦體操軟體有效嗎？
5盡早診斷是上策 結論

<<忘了我是誰>>

章节摘录

『盡早診斷是上策』 【法國診斷阿茲海默症是遲了一步】 「我剛才拿的那一本書，到底擺在何處？」

「我到樓上房間，但忘了要做什麼」、「上星期那一天去聽音樂？」，五十五歲之後，每個人皆會有類似的記憶空洞，會抱怨記憶力變差。有些人很擔憂得了阿茲海默症初期，於是就醫。經過簡單的測驗、評估之後，醫生大都請病人放心。

「歲月增添，抱怨記憶力減退，是完全正常的」負責巴黎一家醫院記憶力門診中心布宜羅·杜波教授 (Bruno Dubois) 如此道出。

那只是處理資訊速度變慢，而阿茲海默症是一種真正的病症：大腦的疾病。

人們時常把阿茲海默症與大腦老化混在一起。

對醫生而言，失智症不是正常現象，它意味失去自理生活的能力。

指的是一個人變成須依賴他人，因無法處理自己的事務、生活起居。

像所有的疾病一樣，診斷此病亦須遵照某些準則。

德國神經病理學家阿茲海默醫生，於一九零六年發現此病已屆一世紀之久。

但在法國，此病被診斷出時已然太遲了。

目前僅有半數的病患被診斷。

原因何在呢？

有諸多因素：第一 罹患此病之患者渾然不自覺，第二 病人家屬通常會認為智能退化是正常老化現象，第三 家庭醫生 (內科醫生) 缺乏專門訓練，有時難以下診斷，有不少醫生做了錯誤的診斷。

有些醫生甚至認為對病患宣布他罹患此病，須長期服藥，不啻是重大打擊，它意味慢性病，數年之後病人無法獨自生活。

這會使病人焦慮不安、失去生活指標。

<<忘了我是誰>>

媒体关注与评论

我最欣賞的是預防的部分，包括勤動筋骨，控制血壓、體重和膽固醇，廣交老友，食物密碼，環境刺激，讓大腦永不退休等，所引用的醫學文獻都是近幾年才發表的最新資料。

幾乎所有的老年人都活在阿茲海默症的陰影之下，因此如何預防是大家所最想知道，也都可用得到的。

這本書可以讓我們了解阿茲海默症的來龍去脈，並引導我們去預防它、避開它。

——陽明大學兼任教授、前台北榮總一般神經內科主任 / 劉秀枝
「法國政府看到失智症對個人、社會及國家的衝擊，於二〇〇八年啟動抗阿茲海默計畫，更由總統成立專門委員會來研究有

<<忘了我是誰>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>