

国大开发简易工具 评分系统可快速筛查认知退化高风险者

新加坡国立大学研究团队研发本地第一个认知障碍评分系统，依据11项风险指标为个人打分，分数越高，患病风险越大。这款操作简便的新工具，有望推动早期干预，延缓病情恶化。

卢慧菁 报道
fclou@sph.com.sg

本地60岁及以上年长者中，约15%可能受认知退化影响，但在全科和综合诊疗所的繁忙环境中，医生往往难以抽出时间，为患者做全面评估。

为协助基层医护人员快速识别认知退化的高风险者，新加坡国立大学研究团队研发本地第一

个认知障碍评分系统（Cognitive Impairment Scoring System），依据11项风险指标为个人打分，分数越高，患病风险越大。这款操作简便的新工具，有望推动早期干预，延缓病情恶化。

认知障碍，又称脑退化症，是一种影响大脑功能的疾病。它会削弱记忆、理解、语言、学习、判断等能力，部分患者也会

出现情绪或行为变化。常见症状包括健忘、语言表达困难、物品摆放混乱等，一些人也会变得易怒、难入眠，影响生活质量。

虽然轻度认知障碍患者仍可自理，但发展成失智症的风险较高。因此，及早识别和介入十分关键，例如改善饮食、增加运动、保持脑部活跃等，都有助减缓症状。

评分工具准确率约八成

以国大苏瑞福公共卫生学院莎爱玛（Hilal Saima）助理教授为首的研究团队，招募1511名本地

居民参与研究，开发出这款简易评估工具。

评分系统准确率约为八成，涵盖11项指标：年龄、性别、种族、教育程度、收缩压（即心脏收缩时血液对动脉壁施加的压力）、身体质量指数（BMI）、吸烟史、糖尿病、高脂血症、中风史和忧郁症史。

每项指标设有不同权重，总分为100分，分数越高，风险越大。例如，年纪越大、教育程度越低者，得分通常较高。

例如，一名75岁、华族、吸

烟、有中风史、小学学历的男性，得分为40分，患认知障碍的概率达72%，属于高风险群体。

有关这项评分系统的研究报告，已于今年1月发表在预防阿尔茨海默病学术期刊上。

国大苏瑞福公共卫生学院博士生陈玮莹，是这份报告的第一作者。她以《联合早报》记者为例，示范如何评分，整个评估过程不到五分钟。

各项指标都有对应分数，例如女性默认加三分。因记者无相关病史且年龄未满60岁，最终得

分低于10分，属低风险，无需进一步检查。

莎爱玛说，研究发现女性、非华族、教育程度较低、有吸烟习惯或曾患忧郁症者，患上认知障碍风险相对较高。

不过，莎爱玛强调，这款工具并非用于确诊，而是作为初步筛查，高风险者仍须根据医生建议，接受更完整的认知评估与测试。

这个评分工具尚未被医疗机构正式使用，研究团队正与相关方面讨论，让综合诊疗所的医护人员试用这个评分系统。