

認知刺激活動的例子

興趣



體能



社交



智力



感知



其實在日常生活當中，
不少活動也能用來作認知刺激。
只要能選擇得宜，
延緩認知退化的良藥便在
我們身邊。

如有任何疑問
請聯絡各醫院之職業治療師

©本刊物任何部份之資料，未獲版權持有人允許，不得用任何方式（包括電子、機械、影印或記錄）抄襲、翻印、儲存在任何檢索系統上或傳輸。
(第二版本)



認知刺激活動



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

醫院管理局
職業治療統籌委員會



認知刺激活動

是指透過參與各種不同類型的活動和討論，為思考、注意力和記憶力提供一般刺激，使認知和社交功能有一些普遍的提升。

認知刺激是認知障礙症患者最常用的非藥物治療之一。更有研究指出，認知刺激可能延遲日常生活功能障礙，並改善認知障礙症患者的生活質素。

認知刺激通常用於小組活動中，也可以由照顧者以一對一的方式提供認知刺激活動。

因為認知刺激不需要與特定的治療模式相配合，活動形式可以比認知訓練更靈活。

選擇認知刺激活動的原則：

• 程度合適



合適的程度是設計活動的首要。一般來說，可以先評估患者的認知功能、體能、自理能力、情緒、行為和興趣等，再依此進行設計。

• 富趣味性



富趣味性的活動除了能引起患者的興趣和投入感外，亦能增加患者的主動性。

• 多元化



多元化的活動為患者帶來新鮮感，更能提供不同類型的認知及感官刺激，以收治療之效。

