

歡迎參加CARE視訊講座 - 「百變的失智症(一):阿滋海默症與路易氏體失智症」

請稍候, 講座即將開始。

百變的失智症(一):

阿滋海默症與路易氏體失智症



普通話視訊講座

2021年9月18日 星期六
10 AM - 11AM (PDT)



講員:



鄭文立 醫師, MD, MSc
神經科助理教授
三藩市加州大學記憶與老化研究中心



莊子瑩 博士, PhD, MSW
研究分析師
三藩市加州大學護理學院

講座內容:

- 什麼是阿滋海默症? 什麼是路易氏體失智症?
- 如何從 CARE 研究登記名冊獲知有關參與研究的機會

報名參加:

<https://forms.gle/ZBJ338p2oQmMw9v1A>

在活動開始之前, 您將會收到一封確認電郵, 其中將包含我們視訊講座的鏈接。



報名者可參加禮品卡抽獎活動!

如有諮詢, 請電郵 careapi@gmail.com
或撥打電話(669)256-2609聯絡我們。
網站: careregistry.ucsf.edu



C = Collaborative 合作

A = Approach 方式

R = Research 研究

E = Education 教育

以合作方式進行亞裔美國人及太平洋島民的研究與教育

請瀏覽CARE網站以取得詳細資訊:

<https://careregistry.ucsf.edu>



講座內容

2021年9月18日



CARE

COLLABORATIVE APPROACH FOR
ASIAN AMERICANS & PACIFIC ISLANDERS
RESEARCH & EDUCATION

以**合作方式**進行亞裔美國人及
太平洋島民的**研究與教育**

<https://careregistry.ucsf.edu>

- **CARE健康專題：鄭文立 醫師**
 - 什麼是阿滋海默症？
 - 什麼是路易氏體失智症？
- **CARE研究登記名冊介紹：莊子瑩 博士**
- **抽獎活動**
- **問與答**

講師簡介

- 國立臺灣大學醫學系畢業
- 國立臺灣大學臨床醫學研究碩士畢業
- 國立臺灣大學附設醫院新竹分院：神經科主治醫師
- 花蓮慈濟醫院：神經科主治醫師
- 國立臺灣大學附設醫院：兼任主治醫師
- 加州大學舊金山分校 (University of California, San Francisco) Global Brain Health Institute: Fellow



鄭文立 醫師
Boon Lead Tee,
MD

A microscopic image of neurons, likely from a mouse model of Alzheimer's disease. The neurons are stained with a blue dye, and there are numerous yellow, granular deposits (amyloid plaques) visible within and around the cells. The background is black, making the blue and yellow structures stand out.

UCSF Weill Institute for Neurosciences

Memory and Aging Center

百變的失智症： 阿滋海默症

鄭文立醫師 Boon Lead, Tee M.D. M.S.
Assistant Professor, UCSF Memory and Aging Center

9/21/21

阿滋海默症的症狀

- 近期記憶喪失 → 長期記憶 → 瞬時記憶、語義記憶 → 程序記憶
- 一心多用、動力降低、抽象推理能力下降、缺乏病識感
- 煩躁、憂鬱、社交退縮、妄想（被害妄想）、幻覺



記憶力喪失



一心多用



抽象思考



精神症狀



妄想錯覺、幻覺



如何診斷阿茲海默症？

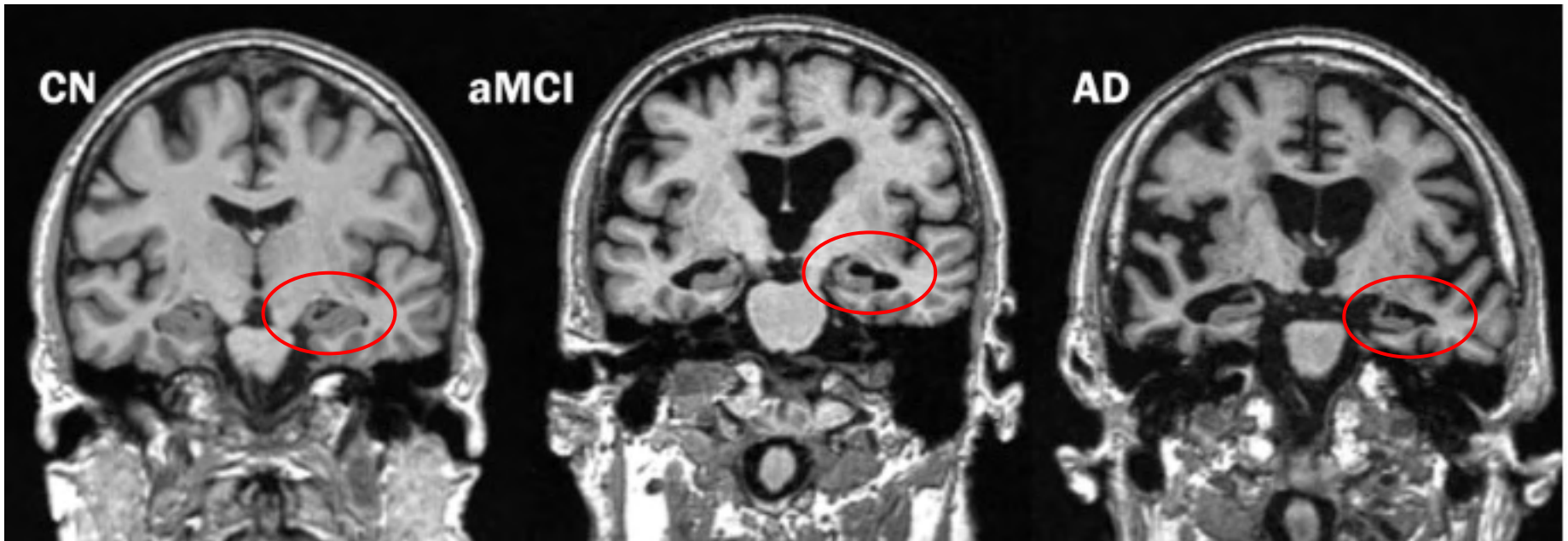


疑似阿滋海默症的臨床診斷

具有以下認知行為功能改變的失智症：

- 影響工作或日常生活功能缺乏或與之前的認知功能相比明顯下降
- 沒有譫妄或重大精神疾病
- 有前述的兩個或兩個以上的認知功能障礙。
- 最初且最為顯著的認知功能障礙是以下之一：
 - 記憶功能退化
 - 語言功能障礙：找詞困難； 視覺空間概念缺陷； 執行功能退化：推理、判斷、解決問題能力顯著下降
- 無其他更符合認知功能改變的病因

腦部的核磁共振影像

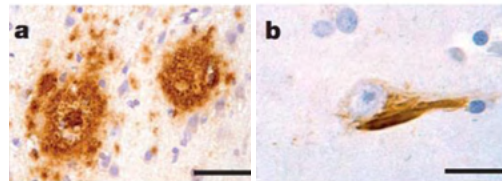
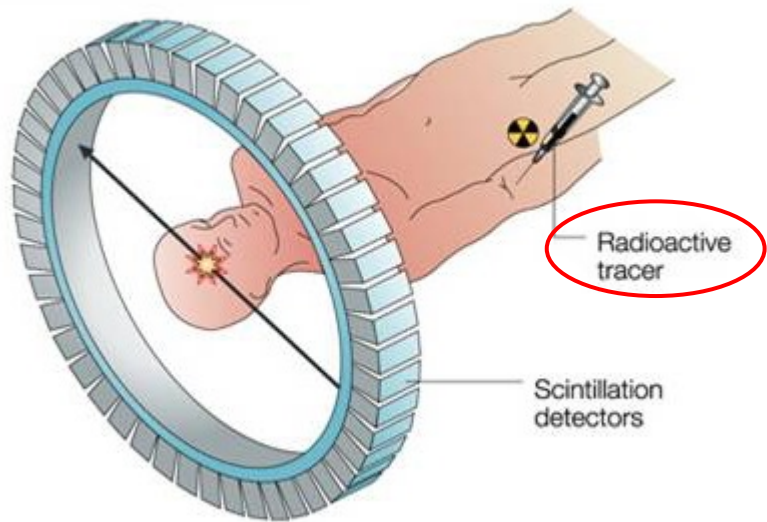


正常

輕度知能障礙

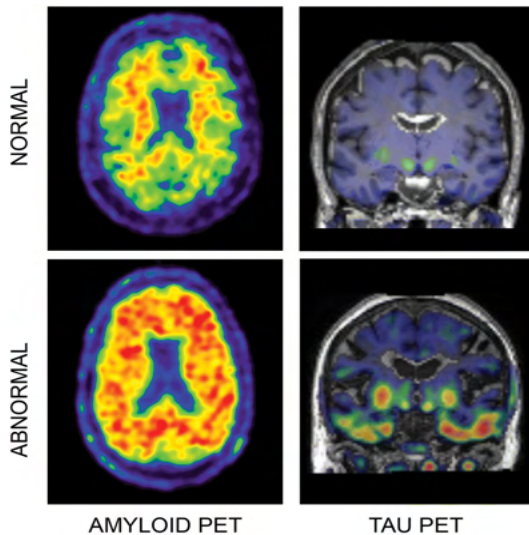
阿滋海默失智症

腦部正子掃描影像

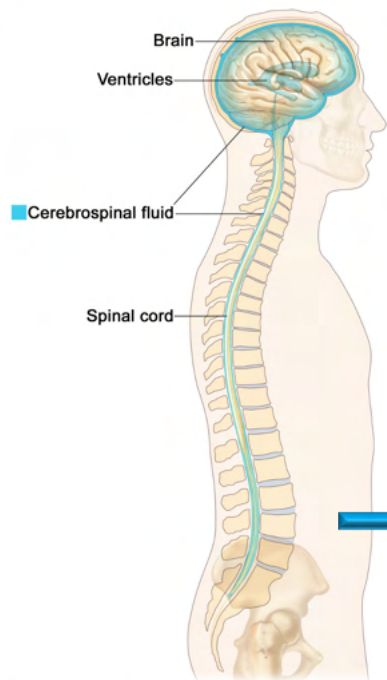


類澱粉蛋白

Tau蛋白



腦脊髓液檢測



腦脊髓液

類澱粉蛋白



類澱粉蛋白第42型



類澱粉蛋白第42 / 40型

Tau蛋白



總Tau蛋白

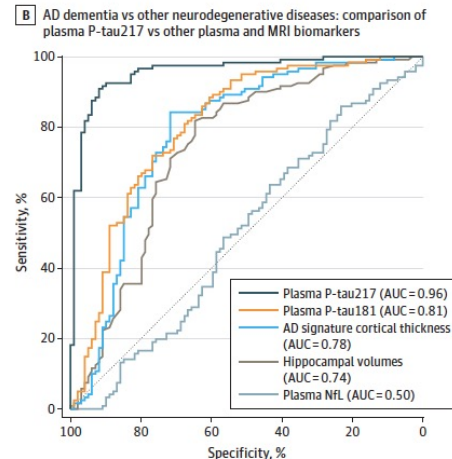
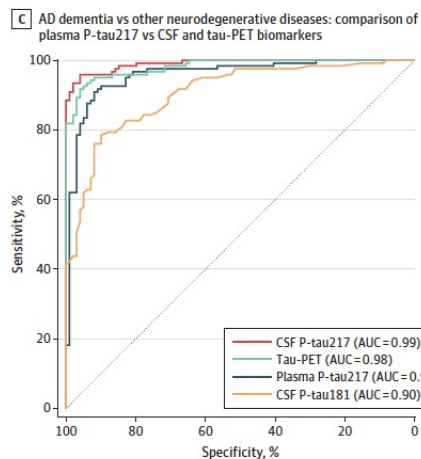
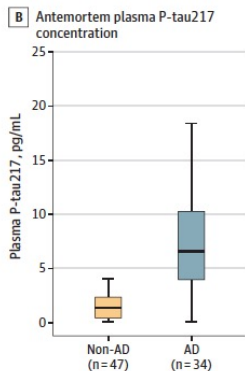
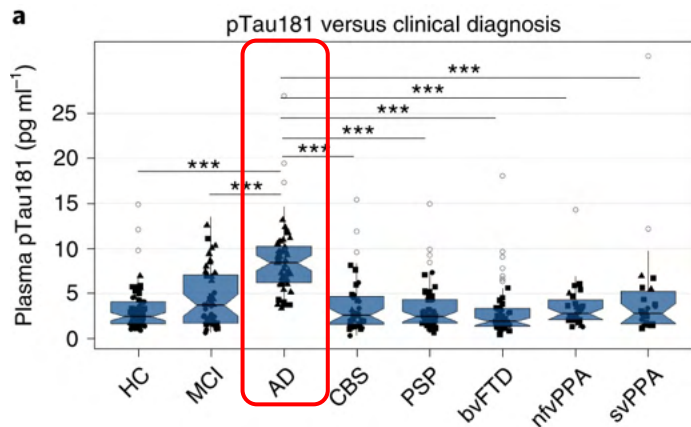


磷酸化Tau蛋白



神經絲輕鏈 Neurofilament light chain

抽血可以檢測不正常蛋白質嗎？



血液中磷酸化tau蛋白181與磷酸化tau蛋白217的濃度有助於區分阿茲海默症。



阿滋海默症的治療?

阿滋海默症的藥物治療

膽鹼酶抑制劑: 輕度及中度失智症

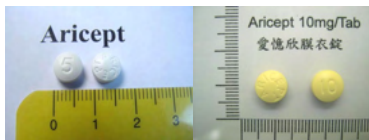
塔克林
Tacrine

愛憶欣
Aricept
Donepezil

憶思能
Exelon
Rivastigmine

利憶靈
Reminyl
Galantamine

因肝毒性下市



Cholinergic approaches



短暫改善認知功能

- 可能的副作用有噁心、拉肚子、厭食、頭痛、嘔吐、失眠、惡夢連連等。
- 少數個案會有心跳緩慢、暈厥或橫紋肌溶解的副作用，用於心律不整患者須多加注意。

阿滋海默症的藥物治療

NMDA受體拮抗劑：對中重度阿茲海默症

憶必佳

Ebixa/Namanda

Memantine



威智

Witgen

Memantine

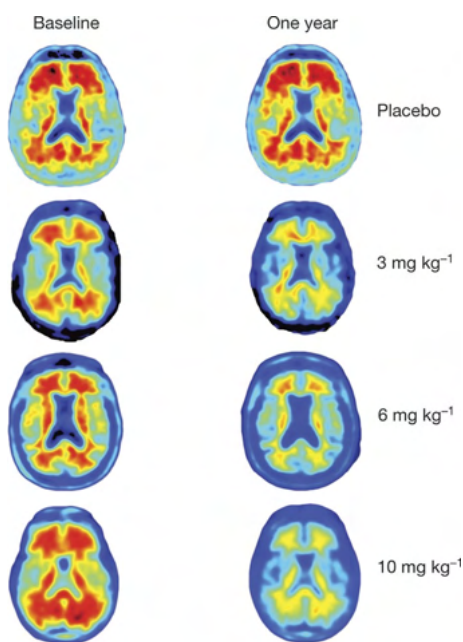


谷氨酸 Glutamate過度興奮的毒性

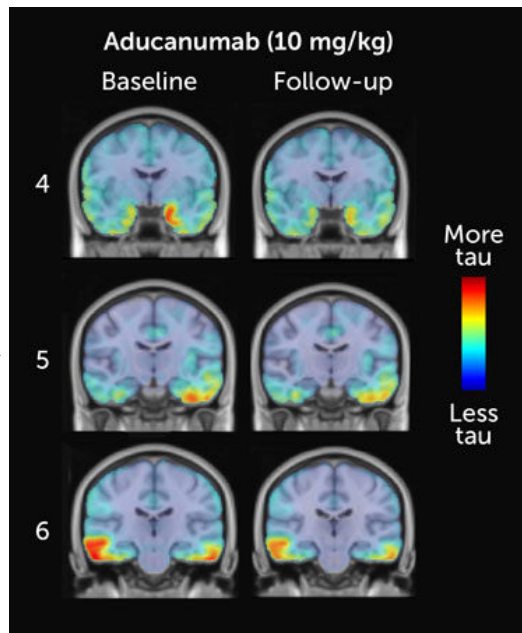
- 副作用比膽鹼酶抑制劑發生率較低
- 可能的副作用有暈眩、錯覺、幻覺、煩躁等。
- 可與愛憶欣併用，但研究報導效果不一致

阿滋海默症的藥物治療

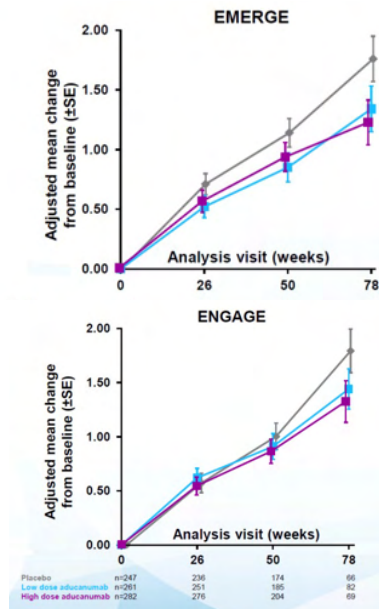
抗類澱粉蛋白的藥物



類澱粉蛋白清除 ✓



Tau蛋白清除 ✓



認知功能進步 ✗

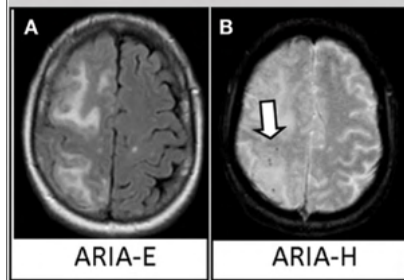
阿滋海默症的藥物治療

Aducanumab (Aduhelm)

F.D.A. Panel Declines to Endorse Controversial Alzheimer's Drug

The drug, aducanumab, made by Biogen, would be the first new Alzheimer's treatment in nearly two decades. But the advisory panel said there was not enough evidence of its effectiveness in slowing cognitive decline.

The New York Times



約40%位產生ARIA

ADUHELM™ (aducanumab-avwa) injection, for intravenous use
Initial U.S. Approval: 2021

RECENT MAJOR CHANGES
Indications and Usage (1) 7/2021

INDICATIONS AND USAGE

ADUHELM is an amyloid beta-directed antibody indicated for the treatment of Alzheimer's disease. Treatment with ADUHELM should be initiated in patients with mild cognitive impairment or mild dementia stage of disease, the population in which treatment was initiated in clinical trials. There are no safety or effectiveness data on initiating treatment at earlier or later stages of the disease than were studied. This indication is approved under accelerated approval based on reduction in amyloid beta plaques observed in patients treated with ADUHELM. Continued approval for this indication may be contingent upon verification of clinical benefit in confirmatory trial(s). (1)

Pharma

Biogen's \$56K price on Aduhelm 'simply unacceptable,' Alzheimer's Association says after vouching for FDA approval

Press release

CMS Opens National Coverage Determination Analysis on Treatment for Alzheimer's Disease

Jul 12, 2021 | Coverage

Share

<https://memory.ucsf.edu/aducanumab>

阿滋海默症的非藥物治療



高血脂



糖尿病



肥胖



高血壓



持續學習



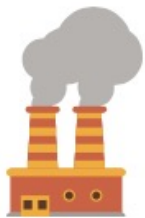
失聰



社交活躍



教育



空氣污染



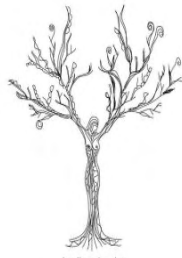
腦部受傷



二手菸



憂鬱症



孤單感



睡眠



運動

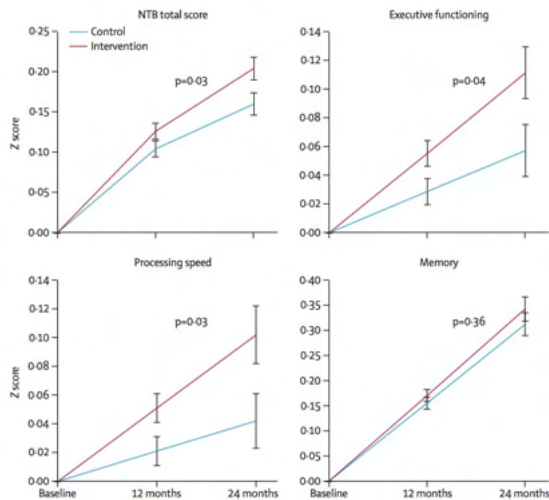


地中海飲食

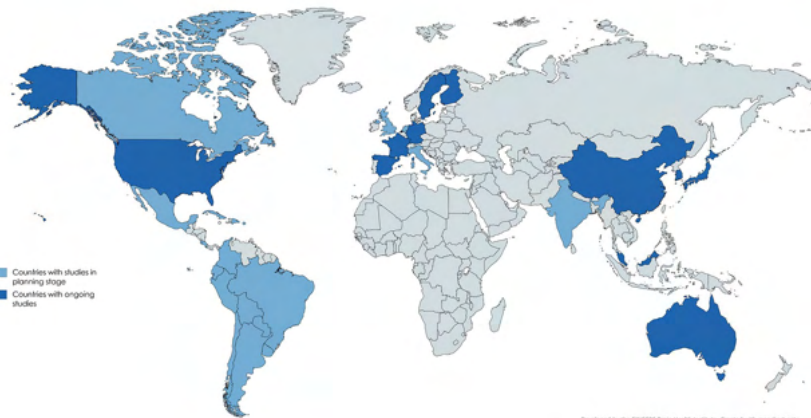
阿滋海默症的非藥物治療

多模式的失智症預防

A 2 year multidomain intervention of diet, exercise, cognitive training, and vascular risk monitoring versus control to prevent cognitive decline in at-risk elderly people (FINGER): a randomised controlled trial



執行功能
認知速度



<https://www.alz.org/wwfingers/overview.asp>



UCSF Weill Institute for Neurosciences

Memory and Aging Center

百變的失智症： 路易氏體失智症

鄭文立醫師 Boon Lead, Tee M.D. M.S.
Assistant Professor of Neurology

9/21/21

路易氏體失智症的由來



Acta neuropath. (Berl.) 36, 221–233 (1976)

Acta Neuropathologica
© by Springer-Verlag 1976

Presenile Dementia with Alzheimer-, Pick- and Lewy-Body Changes

Kenji Kosaka, Shinsaku Oyanagi, Masaaki Matsushita, Akira Hori

Division of Neuropathology, Psychiatric Research Institute of Tokyo,
2-1-8, Kamikitazawa, Setagaya-ku, Tokyo, 156, Japan

and Shoji Iwase

Moriyamaso Hospital, Nagoya, Japan

路易氏體失智症的認知功能變化



專注力



計劃能力



轉移能力



空間概念



起起伏伏



白日嗜睡 / 午覺



發呆

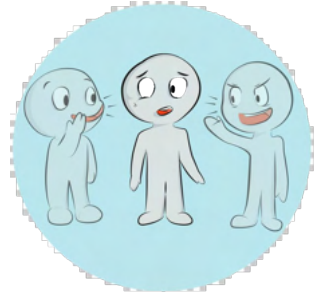


胡言亂語

路易氏體失智症的認知功能變化



視幻覺



偏執妄想



情緒問題



淡漠 / 無動力



巴金森氏症狀

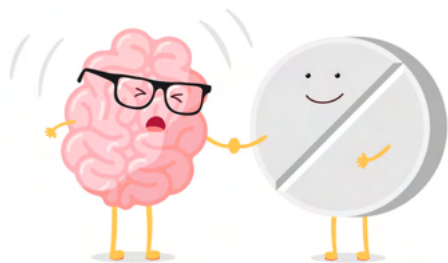


白日過度嗜睡



動眼睡眠期行為障礙

路易氏體失智症的症狀



精神疾病藥物反應過度



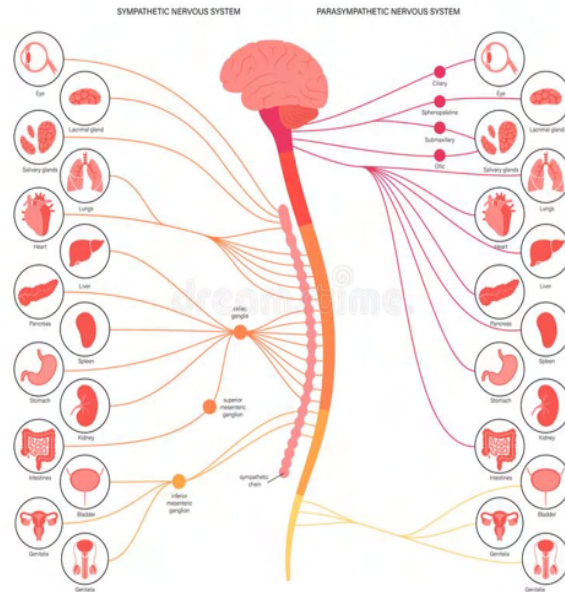
姿態不穩



嗅覺喪失



暈厥



自主神經失調

路易氏體失智症的診斷

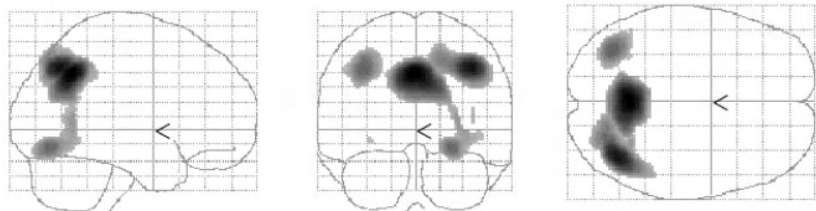
核心症狀：失智症 +

- 意識狀態起起伏伏（注意力和機敏性明顯變化）
- 反復出現的視幻覺（通常結構良好且詳細）
- 動眼期睡眠行為障礙（可能在認知功能下降前）
- 巴金森氏症候群的核心症狀（運動遲緩、靜止時顫抖、僵硬）

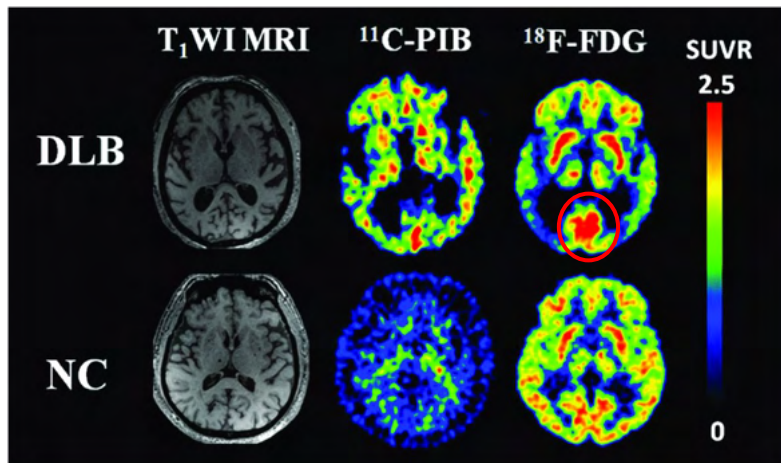
輔助症狀：

- 對抗精神病藥高度敏感
- 姿勢不穩
- 反復跌倒
- 暈厥或其他無反應的短暫發作
- 嚴重的自主神經功能障礙
（例如，便秘，體位性低血壓，尿失禁）
- 嗜睡症
- 嗅覺喪失
- 其他形式的幻覺
- 系統化的妄想
- 淡漠、焦慮和沮喪

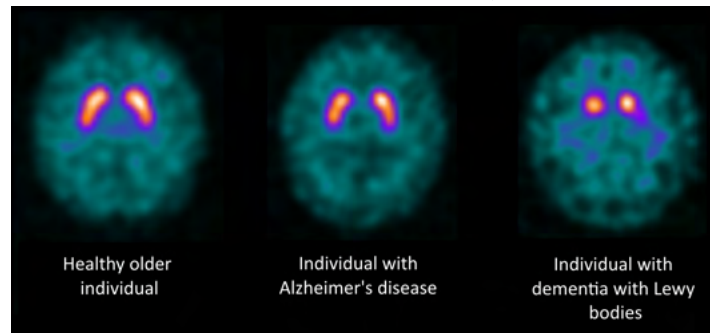
路易氏體失智症的診斷工具



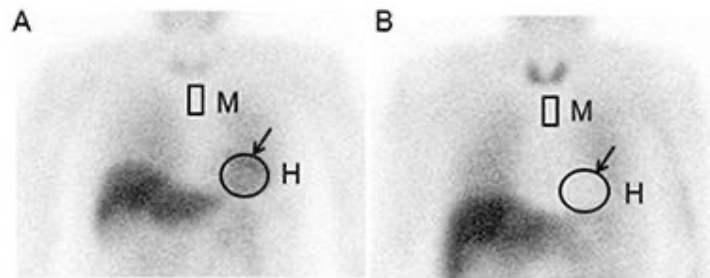
DLB vs control



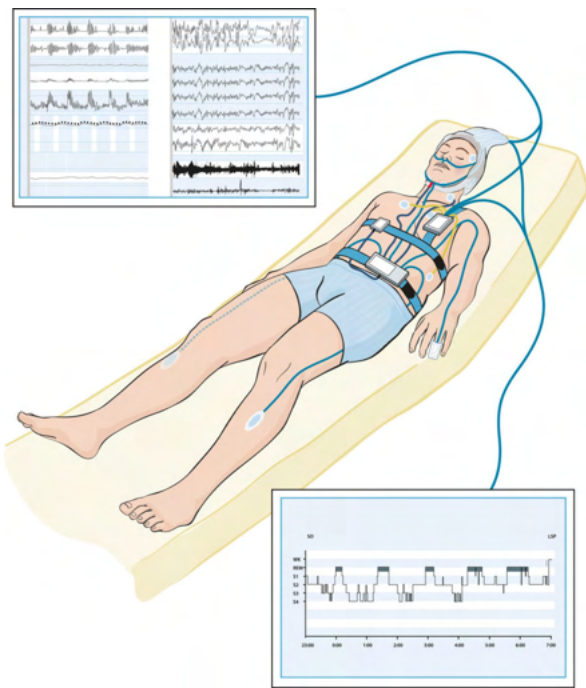
多巴胺正子掃描



123-I-MIBG myocardial scintigraphy

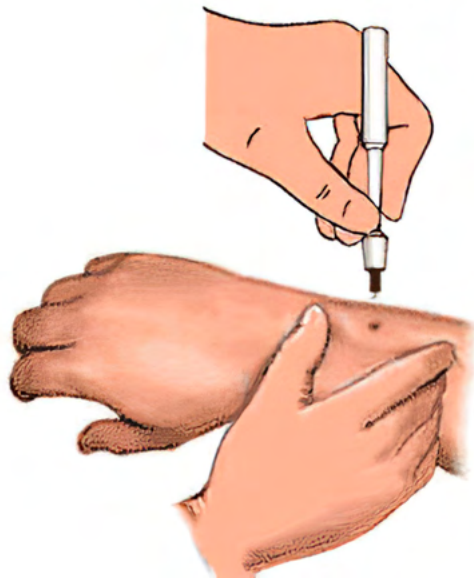


路易氏體失智症的診斷工具

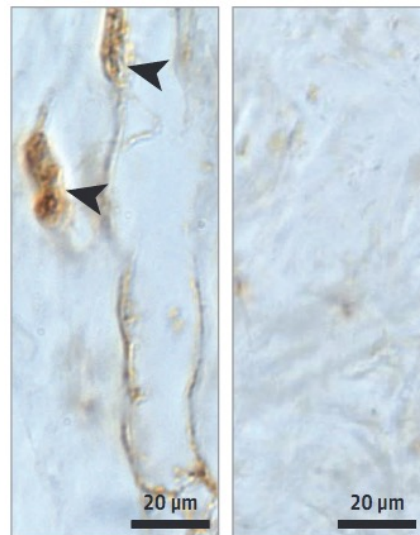


多項睡眠生理檢測

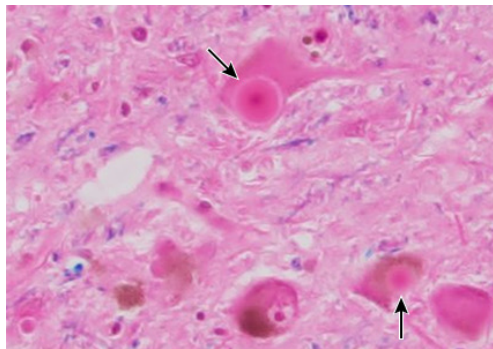
皮膚切片



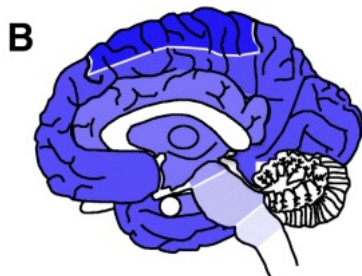
α -突觸核蛋白染色



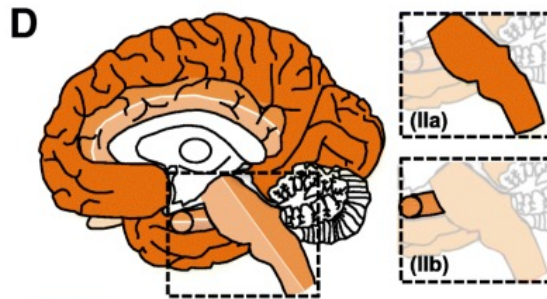
路易氏體失智症vs巴金森氏症



α -突觸核蛋白所組成的路易氏體



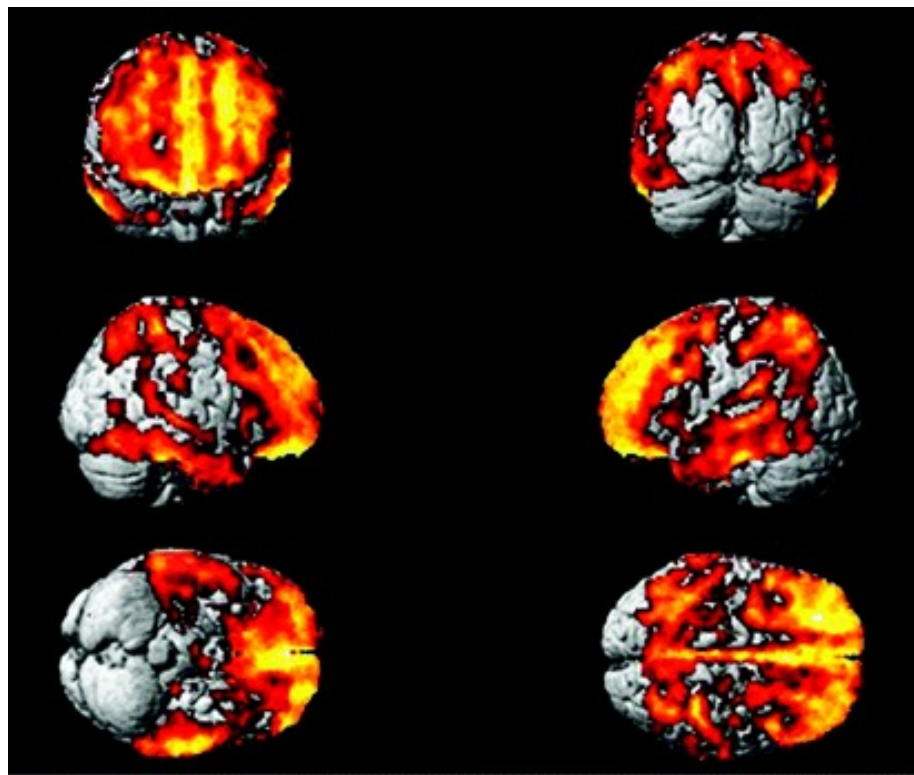
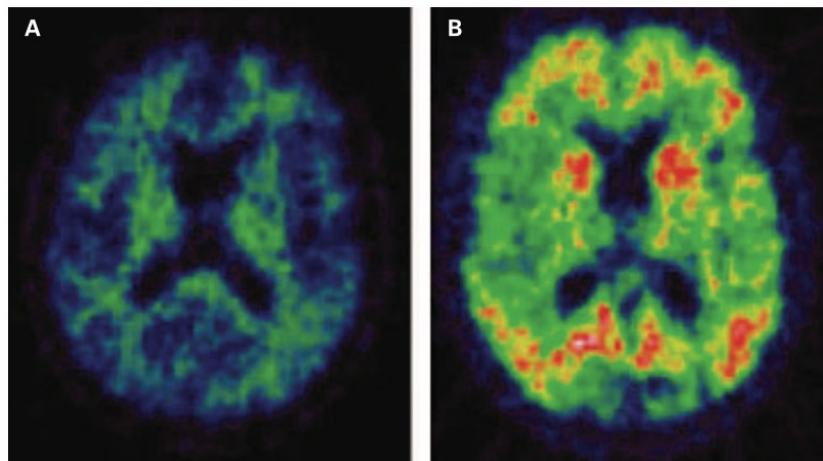
Braak stage 1
Braak stage 2
Braak stage 3
Braak stage 4
Braak stage 5
Braak stage 6



I Olfactory only
IIa Brainstem predominant
IIb Limbic predominant
III Brainstem and Limbic
IV Neocortical

- 如前所述，臨床表現不同：一年原則
- α -突觸核蛋白堆積位置與進展方向不同

路易氏體失智症vs巴金森氏症

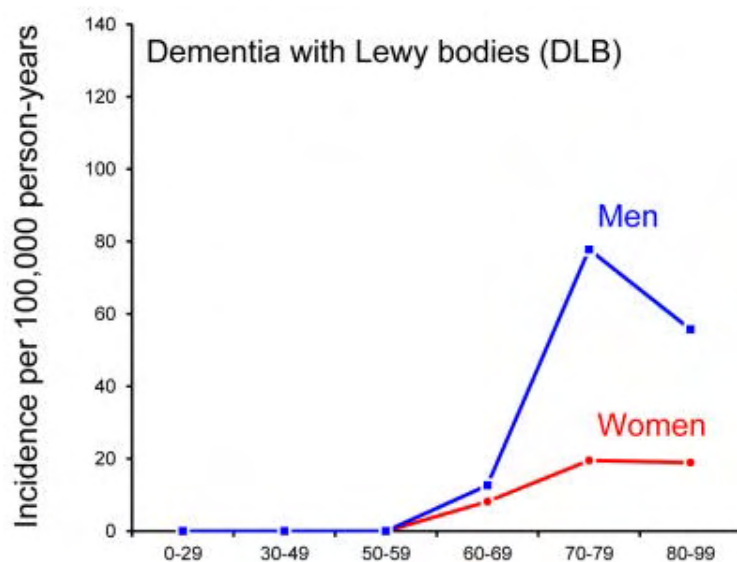
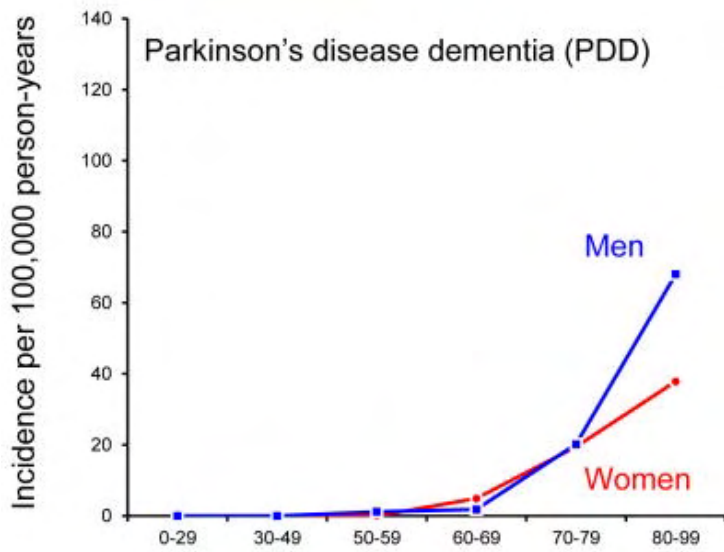


高達80%的路易氏體失智症患者會同時擁有阿滋海默症的病理。

路易氏體失智症常見嗎？



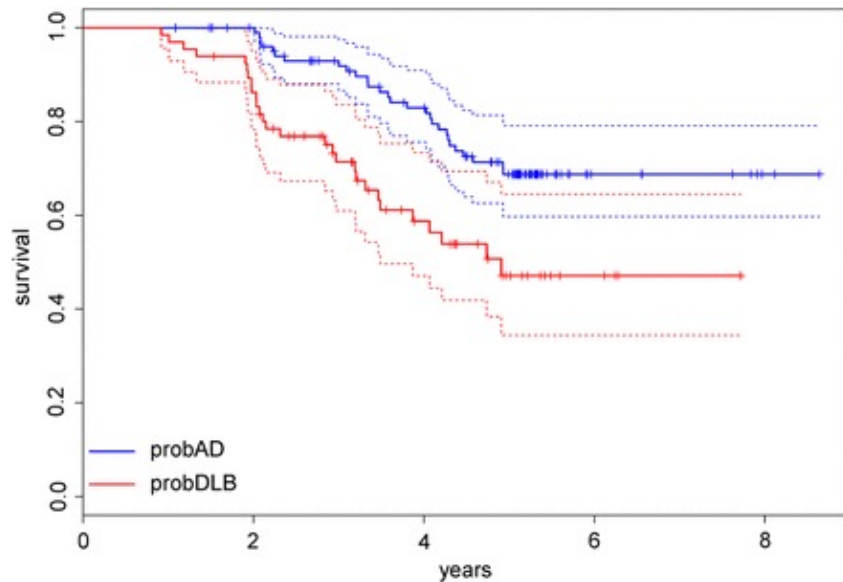
- 在65歲以上的族群，平均發生率為0.36%（270分之一）
- 佔失智症族群的4.2%（24分之一）



路易氏體失智症的病程



巴金森氏症狀 視幻覺

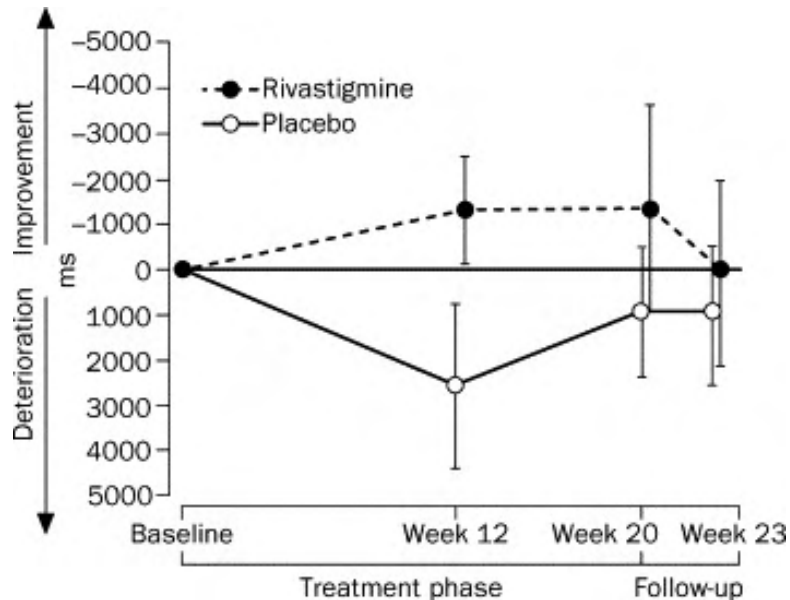


路易氏體失智症的平均病程為7.7年（阿滋海默症的9.3年）。

路易氏體失智症的藥物治療

膽鹼酶抑制劑

愛憶欣
Aricept
Donepezil

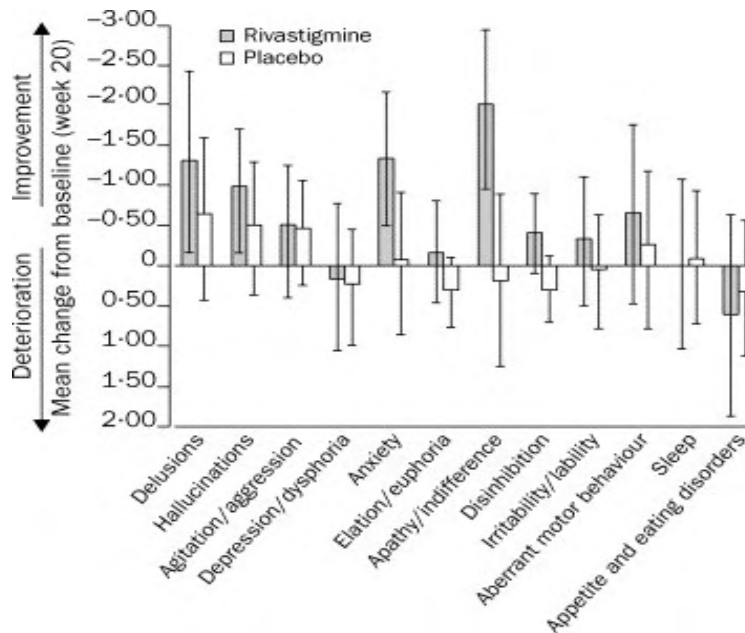


憶思能
Exelon

Rivastigmine

利憶靈
Reminyl

Galantamine



路易氏體失智症的藥物治療

NMDA受體拮抗劑

憶必佳

Ebixa

Memantine



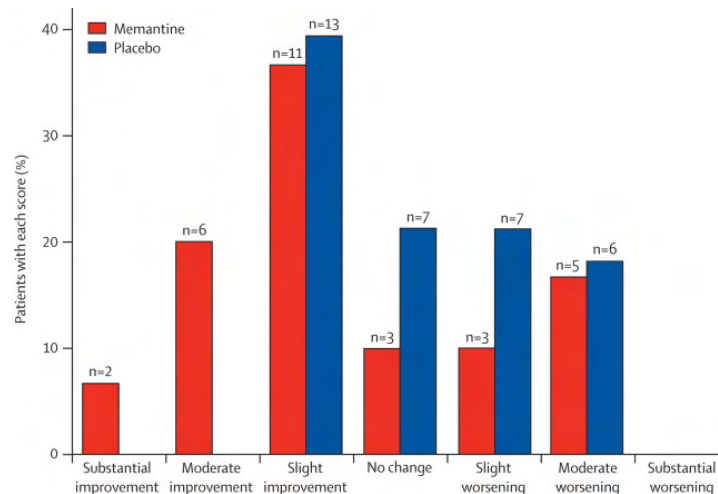
威智

Witgen

Memantine



谷氨酸 Glutamate過度興奮的毒性



- 副作用比膽鹼酶抑制劑發生率較低
- 可能的副作用有暈眩、錯覺、幻覺、煩躁等。

路易氏體失智症的治療

自主神經功能障礙

- 姿勢性低血壓：富能錠（Fludrocortisone）、邁妥林（Midodrine）
- 彈性襪、鹽水
- 尿失禁：不能使用抗膽鹼藥物

精神情緒症狀

- 低起始劑量、慢速度增加
- 非典型（Olanzapine, Quetiapine, Pimavanserin, Ziprasidone, Aripiprazole, Clozapine）
- 注意巴金森氏症的惡化。



謝謝您的聆聽！

共同努力可好？



Q&A: 敬請指教！

Facebook : <https://www.facebook.com/groups/mac.chinese/>



CARE

COLLABORATIVE APPROACH FOR
ASIAN AMERICANS & PACIFIC ISLANDERS
RESEARCH & EDUCATION

C = Collaborative 合作

A = Approach 方式

R = Research 研究

E = Education 教育

以合作方式進行亞裔美國人及
太平洋島民的研究與教育

CARE簡介



CARE 是由加州多個社區及學術夥伴之間合作成立

UCSF

University of California
San Francisco

三藩市加州大學

**UCDAVIS
HEALTH**

戴維斯加州大學



CARE

COLLABORATIVE APPROACH FOR
ASIAN AMERICANS & PACIFIC ISLANDERS
RESEARCH & EDUCATION

<https://careregistry.ucsf.edu/>



國際兒童援助網



NATIONAL ASIAN PACIFIC
CENTER ON AGING

全美亞太裔耆老中心

UCI MIND

Institute for Memory Impairments
and Neurological Disorders

爾灣加州大學

UCSF

CARE 的合作夥伴



CARE 研究登記名冊的目的



- 創建一個大型的亞太裔名冊，以便聯繫他們參與可能有興趣參加的研究。
- 為亞太裔爭取平等的機會參與各類的研究（如：阿滋海默症和相關失智症、老化、與照顧者相關，及其他與亞太裔健康相關的研究）。
- 與加州各地社區夥伴合作，實施文化上適用的招募策略。
- CARE的招募目標：10,000 名在美亞太裔



誰可以參加 CARE ？



要符合參加 CARE 的條件, 您必須：

- 自我認同為華人、亞裔、亞裔美國人和/或太平洋島民
- 年滿 18 歲以上
- 會說英文、普通話、粵語、越南語、薩摩亞語或韓語
- 能讀英文、繁/簡體中文、越南文、薩摩亞文或韓文
- 有興趣參與研究



如何參加？

- 參加者須要填寫一份網路問卷，約 10-15 分鐘完成。
- 問卷包括個人背景、一般健康和照護有關（如果適用）方面等問題。
- 參加者在完成問卷後將可以選擇收到一張 \$10 的禮品卡。



Visit our website: <https://careregistry.ucsf.edu/>

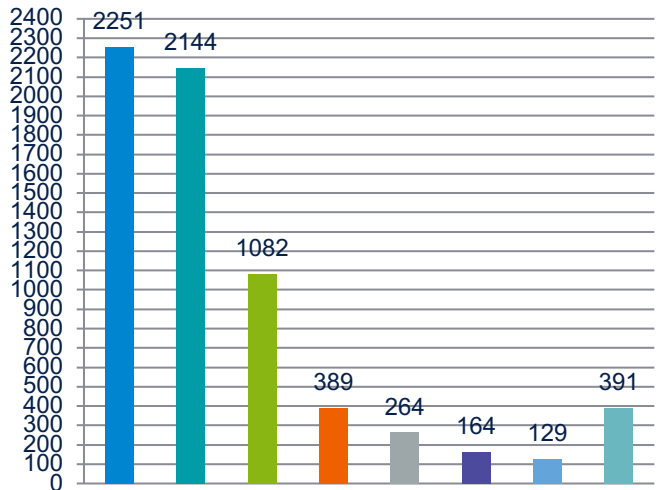
全美亞太裔耆老中心

免付費專線：(800) 683-7427 (普通話)

(800) 582-4218 (廣東話)

話)

CARE 登記名冊一覽 (截至8月29日, 有6,566名參加者)



■ 越南 (34.7%)

■ 華裔 (33.0%)

■ 韓國 (16.7%)

■ 印度 (6.0%)



■ 84.2% 出生地不是美國

■ 87.8% 居住在加州



■ 11.5% 正在照顧年老的人



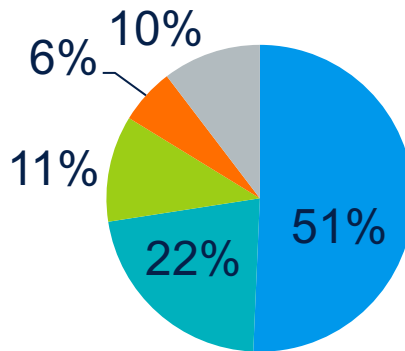
■ 平均年齡 = 52.5 (18-99歲)

■ 62.6% 女性, 35.5% 男性



■ 56.3% 英語能力有限

■ 完成登記的語言:



■ 英文

■ 越南文

正式開放登記日期: 2020年10月15日

目前有2,144名華裔志願者參加CARE 研究登記名冊



平均年齡 = 53.6 (19-99歲)



62.9% 女性



33.2% 男性

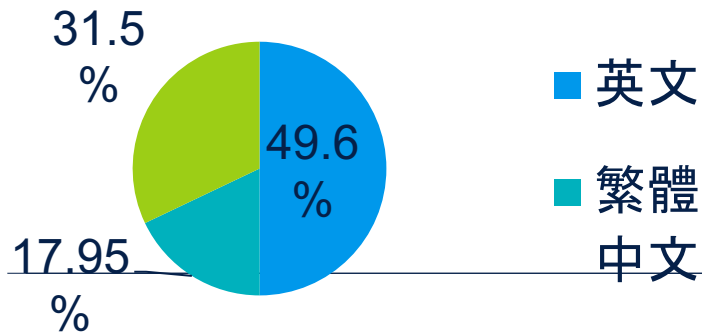


82.1% 出生地不是美國

87.9% 居住在加州



完成登記的語言：



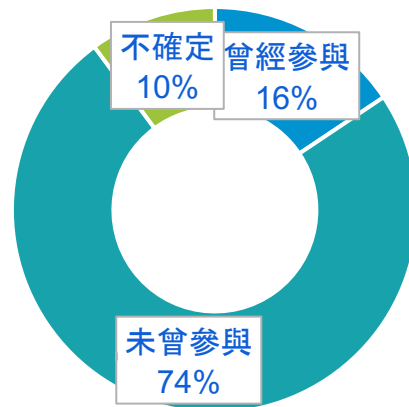
12.8% 正在照顧年老的人



5.3% 有失智症症狀



是否參與過健康相關研究？



■ 曾經參與



ACAD

亞裔阿滋海默症研究

誠邀亞裔研究志願者！

ACAD是一項國際研究計畫，旨在探討生活習慣和基因遺傳因子如何影響亞裔美國人和亞裔加拿大人罹患阿滋海默症的風險。

<https://acadstudy.org/>

有興趣參與者，歡迎寄送電郵至：acad@ucsf.edu

UCSF School of Nursing

UCSF Weill Institute for Neurosciences
Memory and Aging Center

**CENTER FOR ELDER'S
independence**

A·D·R·C
for healthy brain aging

**Chinese
Community
Health
Resource
Center**
華人社區健康資源中心
www.cchrhealth.org



誰可報名參加呢？

- ✓ 華裔、韓裔和越南裔的美國人和加拿大人
- ✓ 60歲以上
- ✓ 可以用英語、普通話、粵語、韓語或越南語溝通

<https://acadstudy.org/>

有興趣參與者，歡迎寄送電郵至：acad@ucsf.edu

參加者將被邀請參與：

- 與健康、記憶力和認知功能相關的訪談和評估（4-5小時）
- 提供唾液(口水)或血液樣本
- 為了感謝您的付出，本研究將補償您最高100元美金



CARE 電子報

訂閱: <https://lp.constantcontactpages.com/su/ouuHb9x>



HEALTH ACROSS THE LIFESPAN

Quarterly Newsletter December 2020 Issue

CARE研究登記名冊

向您致謝！

隨著假期的到來，我們非常感謝您參加CARE研究登記名冊。在這一期的電子報中，我們為您帶來活動訊息、新聞以及我們的合作團隊對多元亞太裔(AAPI)社區的相關服務項目。

全美亞太裔耆老中心 (NAPCA) 美國COVID-19疫苗資源地圖和免付費專線輔助預約疫苗接種

按州所提供的疫苗信息，NAPCA启动了一个COVID-19疫苗地圖。如要获取疫苗相关资讯或寻求协助预约接种COVID-19疫苗，请致电NAPCA热线服务。专线辅导员能以下列几种语言协助您：



English: (800) 336-2722
Cantonese/廣東話: (800) 582-4218
Mandarin/普通話: (800) 683-7427
Korean/한국어: (800) 582-4259

Caregiver Spotlight

家庭照顧者故事

阿茲海默症走入我的生命中



我的英文名字是Andree Guo。我是從上海過來的，過來以後我一直和我媽媽生活在一起。我是90年過來的，和媽媽生活了很多年。2000年左右，我發現媽媽在行為和語言上有些奇怪，和以前不同。那時候我還不認識阿茲海默症，所以我問了一些朋友，那些朋友有些是醫生，他們說要注意我媽媽、經常陪伴他。

CARE 其他活動

❖ 舉辦以國語或雙語(國/英語或粵/英語)進行的講座

❖ 今日活動結束後，麻煩您填寫評估問卷。

您的回饋能幫助CARE在未來舉辦更多活動！

<http://tinyurl.com/careSep18>



CARE

COLLABORATIVE APPROACH FOR
ASIAN AMERICANS & PACIFIC ISLANDERS
RESEARCH & EDUCATION

以合作方式進行亞裔美國人及
太平洋島民的研究與教育

<https://careregistry.ucsf.edu>

UCSF

三藩市加州大學記憶與老化研究中心臉書群組

<https://www.facebook.com/groups/mac.chinese>

管理社團



三藩市加州大學記憶與老化研究中心

公開社團



首頁

管理員工具



社團加入申請

3則加入申請



自動批准成員加入



入社必答問題



待審貼文



貼文主題



排定發佈的貼文



活動記錄



社團規則



遭成員檢舉的內容



審核提醒



社團品質



編輯

與此社團連結的粉絲專頁：UCSF Memory and Aging Center

三藩市加州大學記憶與老化研究中心

公開社團 · 109 位成員



+ 邀請

關於 討論 參考指引 公告 包廂 成員 影音內容 檔案



UCSF Memory and Aging Center

2020年11月3日 · 公開

三藩市加州大學記憶與老化研究中心為有認知問題的人士提供照顧、同時深入研究腦部退化症、並提供有關大腦健康的講座。本中心正在進行很多關於大腦如何老化的研究。參與研究是免費的，無論您是否有記憶問題，都可以參加。如果您想了解更多關於我們的研究，請填寫此問卷。

問卷鏈接: <http://tiny.ucsf.edu/4kTSp1>

The UCSF Memory and Aging Center cares for individuals with cognitive problems, researches neurodegenerative brain diseases,

關於

本研究中心的成立旨在於提供良好的診斷與治療予有認知功能疑慮的個案，並促進腦部老化與失智症領域的科學發展。為了更全面的服務不同族群，我們特此建立中文社交平台供腦部健康與失智症相關議題的資訊分享。歡迎大家在遵守板規的前提下，利用此平台建構更健康的腦部保養的好習慣，並為失智症的族群創造更有品質..... 查看更多

三藩市加州大學記憶與老化研究中心YouTube頻道

<https://www.youtube.com/channel/UCZv4OTODiGpdW3ZuYM-7UOg>

Home
Explore
Subscriptions
Library
History
Watch later
Avalon
Liked videos

SUBSCRIPTIONS
Music
Sports
Gaming
Movies & Shows

MORE FROM YOUTUBE
YouTube Premium
Movies & Shows
Gaming
Live
Fashion & Beauty

UCSF Memory and Aging Center
872 subscribers
SUBSCRIBE

HOME VIDEOS PLAYLISTS CHANNELS DISCUSSION ABOUT

Uploads PLAY ALL SORT BY

何謂失智症? 1:17:46
腦部功能知多少? 1:21:15
Meet Our Team 2:14:58
從鏡頭看腦部健康 Brain Health Through the Lens 1:45:55

腦部健康教育 (二) : 何謂失智症? (國語) 30 views • 2 months ago
腦部健康教育 (一) : 何謂腦部老化? (國語) 27 views • 2 months ago
UCSF MAC and CACCC - 失智症的旅程 (國語) 12 views • 2 months ago
在隔離期間, 如何維持大腦健康? (粵語) 11 views • 2 months ago
我親愛的父親 My Dear Father Screening and Q&A (國語) 117 views • 2 months ago

備份計劃 1:00:06
在新冠病毒疫情下, 如何照顧失智症患者? (國語) 15 views • 3 months ago
是軍力太時, 我們的身體會如何反應? 57:40
在隔離期間, 如何維持大腦健康? (國語) 10 views • 3 months ago
COVID 19 新冠病毒 Public health resources and Epidemiology graduation 1:32:24
新冠病毒簡介: 公衛方針與流病資訊 (國語) 31 views • 3 months ago
COVID 19 新冠病毒 Clinical presentation, treatment and prevention 1:10:26
新冠病毒簡介: 臨床表徵、治療與預防方針 (國語) 29 views • 3 months ago
Activities in Dementia: Research, Translation and... 1:02:10
Activities in Dementia: Research, Translation and... 118 views • 5 months ago

UCI 記憶障礙和神經疾病研究所 (UCI MIND)

是橙縣唯一由加州政府與聯邦政府共同資助的
阿爾茲海默症研究中心

參加研究, 獲取信息請聯繫 :

電話 : 949-824-2147 (中英文) 網址 :
mind.uci.edu

CARE 華人社區推廣團隊



Van Ta Park 博士
CARE 首席研究員
van.park@ucsf.edu



Janice Tsoh 左雨詩 博士
CARE 共同研究員
janice.tsoh@ucsf.edu
通國/粵語



Marian Tzuang 莊子璧 博士
CARE 研究分析師
yuan.tzuang@ucsf.edu
通國語



Colette Kirkpatrick
CARE 研究助理
colette.kirkpatrick@ucsf.edu



Jie-Yu (Julia) He 何婕妤
CARE 研究助理
jieyu.he@ucsf.edu
通國/粵語



Ruobing Li 李若冰
UCI MIND Patient Care Coordinator
ruobingl@uci.edu
通國語

CARE 電子郵件 : careapi@gmail.com

CARE 電話號碼: (669) 256-2609

CARE 網站 : <https://careregistry.ucsf.edu>

❖ 今日活動結束後，麻煩您填寫評估問卷。
您的回饋能幫助CARE在未來舉辦更多活動！

<https://tinyurl.com/careSep18>

謝謝！

請瀏覽CARE網站以取得詳細資訊：

<https://careregistry.ucsf.edu>

全美亞太裔耆老中心 免付費專線：

(800) 683-7427 (普通話)

(800) 582-4218 (廣東話)