

我市开展关爱阿尔茨海默症老人活动 太和医院 15 个防走失黄手环免费送给重度痴呆老人 让迷失老人安全回家

今日是世界阿尔茨海默症日,我市卫计部门、各大医院纷纷在此期间开展关爱“阿尔茨海默症”老人活动。昨日下午,太和医院神经内科举办“世界痴呆症黄手环行动”,15名阿尔茨海默症(即老年痴呆症)患者免费获赠防走失黄手环,今后这些老人即便走失,家人也能根据老人佩戴的黄手环进行跟踪定位,从而找到老人。

■文、图/记者 张贞林 通讯员 丁立



公益活动中,15位重度痴呆老人获赠防走失黄手环。

关爱阿尔茨海默症老人 太和医院在行动

老年痴呆症,学名阿尔茨海默症,是最常见的老年期痴呆,也是导致老年人失忆的罪魁祸首。今年的世界阿尔茨海默症日活动主题是“积极预防干预,守护爱的记忆”,我市卫计部门、各大医院都开展了关爱阿尔茨海默症老人活动,广泛宣传阿尔茨海默症预防与干预核心信息。

昨日下午,太和医院神经内科举办“世界痴呆症黄手环行动”活动,现

场有60多名老年痴呆症老人参与,太和医院神经内科主任陈俊教授为老人们讲解了阿尔茨海默症的危害及预防等知识。

老年痴呆症有哪些危害?陈俊教授介绍,一是患者生活质量严重下降。老年痴呆症早期仅仅表现为记忆力的下降,随着疾病进展,逐渐出现日常生活能力下降,不认识家人,生活不能自理,吃饭、穿衣和大小便都需要别人照顾。不仅患者自己受罪,家属也跟着一起受苦。因此,老年痴呆症患者的平均生存时间为6年左右。二是增加经济和照料的负担。老年痴呆症治疗药物

的价格相对都比较高,而且需要持续服用,才能有较好的疗效。此外,患者到了中晚期,生活不能自理,照料的负担相对较重,常常需要两个以上的照料者才能完成。三是影响家庭成员的身心健康。有人说,得了老年痴呆症,最痛苦的不是患者自己,而是照料他们的家属。因为老年痴呆症患者记忆力下降,常常记不住发生过的事情,似乎是“天天无忧无虑地活着”,并且老年痴呆症患者常常会有情绪和精神方面的问题,最常见的情景就是患者晚上不睡觉,同时也不让别人睡觉,常常把家属折磨得苦不堪言。

老年痴呆有六大发病因素 无药可根治,只能早发现、早诊断、早干预

“很多老人走失的原因,是因为患病之后没有及时诊断,或者诊断之后没有及时治疗,并很好地保护。”专家表示,老年痴呆症目前无药可根治,只能早发现、早诊断、早干预。

■记者 张贞林

我市有4万多名老年痴呆患者,数量仍在增多

根据2017年十堰市的人口统计数据,65岁以上人口43.1万人。按照国际认可的老年痴呆症影响65岁以上人口的10%的标准,十堰市约有4万多名老年痴呆症患者。

太和医院神经内科主治医师丁立表示,随着老龄化社会速度的加快,来院检查此类疾病的患者人数在持续增加,并且今后的很长一段时间内也依旧会呈现增长的趋势。“值得注意的是,许多患者来院就诊时,往往已经发展到老年痴呆的中晚期了。除了记忆力的严重下降外,他们的行为也会出现异常,自理能力下降严重。”丁立表示,这与市民对老年痴呆的认识不足有直接的关系。

十堰地处鄂西北秦楚交界山区,有着人口分布分散、区域经济发展不平衡等特点。这导致了十堰当地老年痴呆症的知晓率、就诊率和治疗率更低,进而导致很多老年痴呆症患者失去了早期诊断、早期治疗的机会。老年痴呆症如果不能早期诊断和尽早的治

疗,中晚期的老年痴呆症治疗效果欠佳,常常会给家庭和社会带来沉重的负担。

丁立说,引起痴呆病因很多,主要有变性疾病,如老年性痴呆;脑血管病导致血管性痴呆,因为长期脑缺血缺氧导致脑细胞营养不良,脑功能下降,从而出现记忆、智能障碍,部分患者伴有肢体瘫痪、语言障碍。另外,颅脑外伤、感染相关的性病、肿瘤和脑积水、代谢障碍、酒精中毒等因素均可导致痴呆。发病后,痴呆患者一般存活年限平均仅为5.5年,且绝大部分患者生活质量低下。

有六大发病因素,女性比男性更易患老年痴呆

“老年痴呆的病因不明,但目前认为与年龄老化、环境及遗传有关。”太和医院神经内科主任陈俊教授分析,随着年龄的增长,其发病的几率是随之增高的。

不良的生活方式,例如长期大量饮酒、营养不均衡、很少活动、经常熬夜睡眠减少等,都是患上老年痴呆症的重要原因。需要注意的是,过胖或者

过瘦、血压高、动脉硬化等,都是致病危险因素。

性别因素也会影响老年痴呆症的患病率。有数据显示,65岁以上的女性痴呆患者大约是同龄男性的3倍。

研究表明,受教育程度偏低的老年人,长期焦虑、抑郁的老年人,更容易患老年痴呆症。

此外,遗传因素也会导致老年痴呆症。家中有65岁之前发病的老年痴呆症患者,或者家中出现多名直系亲属患老年痴呆症的人,需要警惕是否携带遗传致病因素。

每天30分钟有氧运动预防老年痴呆

丁立表示,有氧运动预防老年痴呆,以及改善老年痴呆患者的认知以及身体状况有非常好的效果。每周至少有150分钟的有氧活动时间,每天至少开展30分钟的有氧活动,比如快走,走到能说话但不能唱歌,身体微微出汗的程度,强度就差不多了。

此外,还要多用脑。研究显示,认知训练可以降低痴呆的发病风险。建议根据自己的爱好,选择一些感兴趣

15个防走失黄手环 免费送给重度痴呆患者

自央视新闻公益行动“我的父亲母亲——关爱老人、关注记忆”开展以来,阿尔茨海默病引起了社会的广泛关注。公益行动中免费发放的黄手环适用于患有阿尔茨海默病,有走失风险或走失概率比较高的老人。

“黄手环行动”是中国人口福利基金会推出的公益项目,旨在关爱阿尔茨海默病患者,帮助走失老人回家。今年9月“世界阿尔茨海默病月”期间,经中国人口福利基金会审批,太和医院开启了为符合条件的老人申领免费的黄手环活动,经过1个多月的材料接收与认证,共有15名重症老年痴呆患者通过审批。

“由医院协助筛查、申领,让‘黄手环’切实地帮助降低失智老人的走失风险。同时,借此扩大对疾病的科普力度,呼吁社会大众和患者家属一起关爱并帮助老年痴呆患者。”陈俊表示。

活动中,太和医院神经内科为15位重度痴呆老人免费发放防走失黄手环。该手环支持实时定位、轨迹查询、安全围栏、紧急呼叫等功能,老人家属可以通过手机APP跟踪定位老人所处位置,变被动寻找为主动看护,从而降低老人走失风险。

的事情来训练大脑,如读书、看报、打麻将、下棋等等。

如何照料认知障碍患者?丁立建议日常饮食中,应吃谷物、瘦肉、豆类、海产品等,不要吃人造奶油,避免摄取铝元素,少吃油条或者粉丝;餐具最好选择不易破损的不锈钢制品;居室要宽敞、光线充足,地面要防滑,床边有护栏;重症患者要做好皮肤的清洁护理;生活中要尊重患者,经常鼓励患者讲故事、读报纸等;给重症的认知障碍患者准备好一个有患者和家属的名字、年龄、家庭住址、联系电话以及患者所患疾病的安全卡,以防走失。

患了老年痴呆症,该到哪里就诊?

陈俊说,记忆门诊是患者就诊的首选。记忆门诊是为记忆障碍患者,尤其是痴呆患者提供规范化诊断与治疗专科的专病门诊,是维护脑健康、推迟痴呆发病、延缓疾病进展的重要窗口,可早期进行准确诊断,实现并推广国际标准化诊断、提供全面专业的治疗。

记者了解到,太和医院在鄂西北地区率先开设记忆门诊,也是鄂西北地区唯一开设记忆门诊的医院,可以让认知障碍患者在家门口享受更为优质的医疗服务。

陈俊提醒,如果当地没有记忆门诊,可以到神经内科、精神科或者老年科就诊。