

世界阿尔茨海默病日:

和“老小孩”一起对抗记忆的“橡皮擦”

□记者 田晓航 李恒

记忆逐渐减退,日常生活能力每况愈下……阿尔茨海默病偷走了亲人的健康,令无数家庭心碎。在9月21日世界阿尔茨海默病日到来之际,记者采访专家了解到,阿尔茨海默病需要“早防早查早治”,尽早采取积极干预措施,耐心呵护“老小孩”,能够帮助他们对抗遗忘、改善生活质量。

我国60岁及以上患者达千万

换衣服、洗头要“哄”,重复的问题要一遍遍回应……照顾患有阿尔茨海默病的老母亲时,张女士极为耐心,尽管“总是在努力完成对普通人而言很简单的小事”。

阿尔茨海默病是老年期痴呆最主要的类型,常常表现为记忆减退、词不达意、思维混乱、判断力下降等脑功能异常和性格行为改变等,年龄越

大,患病的风险也越大。

“这是一种伴有复杂病理的神经退行性疾病,目前尚无法治愈。”解放军总医院第一医学中心神经外科医学部主任医师毛之奇说,阿尔茨海默病的病因尚不明确,发病症状较为隐匿,其典型症状通常会在疾病病理积累到一定程度时才会表现,晚期患者甚至完全丧失日常生活能力。

数据显示,我国60岁及以上阿尔茨海默病患者达千万人。随着人口老龄化进程加快,发病人数或将持续增加。“脑海中的橡皮擦”正悄无声息地抹去许多老年人的记忆,给家庭和社会带来沉重负担。

目前,药物治疗和非药物治疗可以帮助阿尔茨海默病患者改善认知功能,减少并发症。

改善患者生活质量

对阿尔茨海默病患者而言,熟悉的家渐渐成了陌生的“孤岛”。他们需要来自家人的理解和帮助,好让无情的“橡皮擦”擦得慢一些。

“良好的健康管理策略可能有助于减缓阿尔茨海默病的进展,并改善患者的生活质量。”国家神经疾病医学中心常务副主任、首都医科大学宣

武医院神经内科主任医师唐毅说,这些策略包括管理好吸烟、抑郁等危险因素,进行药物及神经调控治疗、认知训练、定期复查等。

家有阿尔茨海默病老人,照料时应该注意些什么?北京协和医院主管护师金雪妍建议,家人可从心理、生活环境等多个方面为患者提供帮

助——为老人创造安全舒适的生活环境,物品摆放在相对固定的位置;帮助和鼓励老人多读书看报、翻看老照片,回忆当年趣事;为老人准备的三餐要按时、按需、有营养;监督老人保证充足的睡眠和适当的运动;多组织一些老人喜欢的家庭活动,让他们保持愉快的心情……

“早防早查早治”至关重要

很快忘掉刚刚发生的事情,对原来的爱好失去兴趣,性格或行为出现变化……这些容易被忽视的现象,都可能是阿尔茨海默病的早期迹象。

专家提示,当发现老人出现阿尔茨海默病征兆时,家人应及时陪同其到综合医院的老年病科、神经内科、精神/心理科、记忆门诊或精神卫生专科医院就诊。

“早期筛查有利于更早发

现易感或高危人群。”中国医师协会神经内科医师分会痴呆与认知障碍学组副主任委员魏翠柏说,对于轻度阿尔茨海默病患者而言,早期发现可以及早干预治疗。

研究发现,我国阿尔茨海默病患者就诊率低,并且就诊时多处于疾病的中晚期,大多数患者错过了治疗效果更佳的干预时间。

《健康中国行动(2019—

2030年)》提出,到2030年65岁及以上人群老年期痴呆患病率增速下降。为预防和减缓老年痴呆发生,国家卫生健康委日前正式启动老年痴呆防治促进行动,明确“指导有条件的地区结合实际为辖区内65岁及以上常住居民每年提供1次认知功能初筛”;此前已组织开展老年人失能(失智)预防与干预试点等工作。

据新华社电

“夕阳红驿站”助力乡村振兴

盐城晚报讯 近年来,射阳经开区老干部支部持续发挥“夕阳红驿站”品牌效应,积极鼓励支持老干部、老党员发挥自身作用,着力在经济发展、乡村振兴、青年创业和关爱青少年成长成才等方面贡献老党员的智慧和力量,做出了骄人的业绩,得到广泛的社会赞誉。

驿站成员、全国知名农民画家、该开发区老党员王复军年近八旬,但“老骥伏枥,志在千里”,他主动为低收入农

民进行绘画培训,先后培训青年农民1000多人次,向省内外销售了5000多幅绘画作品,获利65万多元,100多幅作品在省内外和国际绘画比赛中获得大奖。

该开发区老干部李保才退而不休,鼎力帮助青年农民创业。在他的助力下,三个青年农民合伙开办了“江苏瑞阳电力石化机械制造有限公司”。李保才帮助该企业先后通过了ISO9000质量体系、ISO14000环境管理体系和ISO45001职

业健康安全管理体系三大体系认证,帮助企业获批国家级高新技术企业和省民营科技企业。几年来,该企业年产值一直稳定在1000多万元。

该开发区陈洋法律服务所主任、老党员薛国举,先后免费帮助当地10个农户,调解因赡养老人纠纷问题引发的家庭矛盾,经过他艰苦细致的工作和不懈努力,这10户老人赡养问题都得到了圆满解决。

孙永斌 王文富 记者 张长虎

二十年如一日奉献社会
退休干部杨春迎
获评“东台好人”

杨春迎在颁奖仪式上。

盐城晚报讯 年逾古稀的杨春迎二十年如一日坚守工作岗位,热心服务基层,勤勤恳恳、默默奉献,9月20日,东台市委宣传部、东台市文明办等单位联合举办二季度“东台好人”颁奖仪式,10名当选者登台接受少先队员献花致敬,获颁“东台好人”荣誉证书,杨春迎便是其中之一。

1948年出生的杨春迎是一名党员,任东台市五烈镇老干部党总支副书记兼五烈镇“退协”分会理事长、镇老区开发暨乡村振兴促进分会会长。2003年,杨春迎从原廉贻镇政府副业干事岗位上退居“二线”后,就投身于“五老”服务团队,二十年如一日,始终秉持“把简单的事情做好就不简单,把平凡的事情做好就不平凡”的敬业理念,精心服务离退休人员,关心关爱特殊群体,通过多种途径先后帮助27个困境家庭学生解决读书问题。

多年来,杨春迎深入村组、企业开展调查研究,撰写了200多篇调研报告和文章,并在各级媒体刊发,宣传五烈红色文化,助力乡村振兴。他坚持深入社区、学校、家庭,宣传党的创新理论,讲好五烈红色故事,传递正能量。2022年,他组织“五老”人员发挥余热参加疫情防控志愿服务工作,开展“敲门行动”、宣传疫情防控知识、服务企业运输闭环管理等,为保护群众身体健康和生命安全作出了贡献。他两次获得盐城市关心下一代工作先进个人,先后获评东台市优秀老年爱心奉献者、老区建设扶贫开发工作先进个人等荣誉称号。

吴建东 何国庭 记者 宋晓华 文图