

积极预防干预 守护爱的记忆



9月21日,是第29个“世界阿尔茨海默病日”。目前,阿尔茨海默病已成为世界上继心脏病、肿瘤和中风之后的第四大死亡原因,该病的预防和诊治成为世界性难题之一。按照当前的医学水平,阿尔茨海默病是无法被治愈的,及早进行针对性治疗,可延缓病情进展,让患者延长生活自理能力的时间,减轻家人照料负担。

今天,一起来走进市第二人民医院主任医师朱满连、陈志恩与阿尔茨海默病患者的故事,帮助大家进一步了解这个疾病。

早发现:老年人有记忆力问题切莫轻视

“医生!我妈不行了……她现在基本不会说话了,有时她连我们子女都不认识了。现在,她吃饭、穿衣、个人卫生都需要人帮忙,甚至大小便她自己也不知道了……医生你帮她吧!”近日,李女士(化名)从福建专程赶到市第二人民医院记忆门诊,刚进诊室,她就对坐诊的陈志恩主任医师哭诉起来,说后悔当初没有听陈医生的建议,给母亲进行治疗。

陈志恩介绍,李女士的妈妈今年74岁,庆元人,小学文化,上次就诊是在今年春节后。当时,子女发现其反应较以前迟钝、讲话啰嗦,常常一个问题反复问;原准备给小辈们发压岁钱,但次日就把此事忘了,直到小孩子们讨红包时,她才想起来。邻居们也反映,节前其在家门口与人聊了会儿天,就将厨房在烧的菜忘了,险些把锅底烧坏。

为此,春节后家人将其带到市第二人民医院检查。其精神检查显示认知功能轻微异常,患者承认有点记性差,但无明显求治欲,也不愿意花钱继续检查。

综合检验结果和临床问诊,陈志恩考虑其为“轻度认知功能障碍(MCI)”,并与其家属探讨了药物治疗的收益和期望,但其家属因检查没有发现脑萎缩及咨询综合医院的医生后决定先不治疗,而带其去福建共同生活,进行“居家观察”,结果导致患者病情急剧恶化。

“本病例从家属发现到其认知功能快速衰退仅仅只有半年时间,在日常坐诊中我也常常碰到类似患者,由于家属没有引起重视并采取及时、积极的干预措施,从知情者发现‘蛛丝马迹’到‘痴呆’状态可以较快形成,等到认知功能受到严重的损害,即重度认知功能障碍时再回来就诊,那时希望去恢复正常功能,就很困难了。”陈志恩惋惜地说。

陈志恩表示,在临床过程中,他发现家属对阿尔茨海默病防治常有两个误区:一是对于老年人记忆力和反应速度的轻度下降,潜意识认为只是“老糊涂”,并不会影响到日常生活,而一些非专科医生认为痴呆没什么药可治,这种无意识“挖坑”,常常助推普通百姓踩上“雷区”;二是当患者出现明显精神行为症状时,因这些症状格外引人注目,反而觉得记性差点不要紧,于是多倾向于精神症状治疗而忽视认知功能这个核心的治疗,临床中常见不少患者在2~3年内认知功能呈断崖式下降,从而导致疾病快速进展。

为此,陈志恩呼吁,当老年人出现记忆力下降、“健忘”时,就要及时到记忆门诊就诊,进行认知功能筛查,并根据结果进行规范防治,切不可大意。

勤关怀:用心陪伴 用爱守护

如果有一天,你身边最亲近的人,不再记得你,甚至对你大发雷霆。手足无措的你,面对熟悉又陌生的亲人,你会怎么办呢?今年9月10日



上映的电影《妈妈!》,真实再现了阿尔茨海默病的种种病状及因此而面临的照护困境,感动了无数观众。

“阿尔茨海默病中期患者,认知能力进一步下降,同时出现精神行为症状,这不仅严重影响日常生活,同时照料者也会出现恐惧、担心、害怕、紧张不安等负面情绪,给家庭和社会带来严重的经济负担和心理压力。”市第二人民医院记忆病区主任朱满连表示,如果这时应对不当,易导致病情进一步发展成为重度和极重度痴呆,家属的关爱显得尤为重要。

朱满连介绍,通过早筛查、早查因,早诊断、早治疗,足剂量、足疗程、个体化、足关怀,人性化、多学科规范长期管理方法,可以延缓中期患者病情的进一步发展,改善认知功能,缓解精神病性症状,提高日常生活能力,减轻家庭和社会的经济负担及患者(家属)的心理压力。

朱满连特别强调,家庭及社会应鼓励老年人培养新的兴趣爱好、多参加集体活动,家属也要多关心、多帮助、多倾听老年人,缓和彼此的关系。首先,应鼓励老年人加强体育锻炼,制定有规律的体育锻炼计划,如健身操或打太极拳等,必要时可使用健身器械辅助老年人完成运动计划,通过科学的体育运动促进全身血液流动,从而保持大脑血液供应充足;其次,保证一定量的智力训练也是必要的,包括多读书、多写毛笔字,也可以通过象棋、围棋等棋类游戏锻炼思维能力和理解能力、增进智力发展、延缓大脑衰老;最后,家属应当尽量抽出时间与老年人谈心或聊天,了解老年人的心理状况,做好相应的心理情绪安慰措施,培养老年人积极乐观的心态,保持情绪健康,促进气血调和。同时对照护者也要进行心理评估和干预。

“阿尔茨海默病的发病原因多种多样,通过人性化、多学科、规范长期管理方法,对提高痴呆患者的生活质量,缓解精神症状、改善认知,并能延缓痴呆病程的进展起着积极作用。”朱满连说。

“丽水市第二人民医院记忆中心”简介

丽水市第二人民医院记忆中心是丽水市记忆障碍诊治技术指导中心挂靠单位,入选国家首批老年健康行动团队,受国家心理健康和精神卫生防治中心、中国老年学和老年医学学会委托开展老年痴呆社区防治工作。医院成立了贺林院士工作站、宋伟宏院士工作室,近三年发表老年痴呆相关论文30多篇,获得省市厅级课题12项,专利9项,开展国家级继教项目3项、省级9项。

中心内设记忆门诊、记忆病区、记忆实验室、认知训练室,记忆病区开设床位60张,拥有正高5人、副高9人、博士1人,研究生19人,配备MR、CT、近红外脑功能检测仪、脑涨落图仪、超低频经颅磁治疗仪、虚拟现实心理健康训练系统(VR),认知功能训练(六六脑、数字OT)及基因检测等先进仪器设备,为记忆障碍的研究和诊治提供了强有力的保障。

设有多学科协作团队,团队成员包括老年科、神经内科、精神科、康复科医师,心理咨询师、药剂师、营养师、老年科护士以及陪护等。共分5个小组:老年痴呆早期筛查及干预组、老年痴呆康复组、伴有精神行为症状的痴呆诊治组、伴有其他系统疾病的痴呆诊治组、精细化护理和陪护组。

专门针对中老年人记忆问题设立的记忆门诊,被中国老年医学学会评为全国首批记忆门诊网络与规范化建设项目。可提供以下诊疗服务:1.记忆力下降筛查;2.常见痴呆的诊治:如阿尔茨海默病、血管性痴呆、路易体痴呆、额颞叶痴呆;3.认知障碍评定:使用国际通用的认知调查工具为50岁以上中老年人提供记忆障碍筛查;4.认知功能随访;5.系统康复治疗。

治疗优势领域有老年焦虑和抑郁诊治,痴呆伴精神行为问题的综合管理,失智失能评估与照护服务,痴呆照料者支持与关怀等。