

有这样一群老人,他们忘了自己是谁,也不记得家人的名字,他们是一群患有阿尔茨海默病(AD,又被称为老年痴呆症)的老年人群。9月21日是世界阿尔茨海默病日,也称为“世界老年痴呆日”。今年的主题是“从容面对,不再回避”。老年痴呆症是一种发生于老年期的已进行性认知障碍和记忆力损害为主的中枢神经系统退行性病变性疾病,该病已成为影响全球的重大公共健康问题。

据了解,老年性痴呆是老年人中危害甚大的疾病之一,已成为仅次于心血管病、癌症、脑卒中之后威胁老年人生命健康的高发病。数据显示,目前中国有老年痴呆患者500万人之多,占世界总病例数的四分之一,而且每年平均有30万新发病例。尤其是75岁以上达8.26%,80岁以上高达11.4%。老年痴呆的患者女性多于男性,60岁以上妇女患老年痴呆,通常是相匹配男性的2到3倍。

一种发病率最高的神经系统退行性疾病

中山三院神经内科主治医师马晓萌介绍,老年痴呆症是一种隐匿起病,认知功能进行性恶化为特征的神经变性疾病,同时伴随日常生活能力受损和精神行为改变,它是一种发病率最高的神经系统退行性疾病。

“老年痴呆症的发生机制受遗传因素和非遗传因素的共同影响”。马晓萌表示,首先,不到0.5%的病人有家族史,也发现了存在基因突变,目前已发现至少3个导致阿尔茨海默病的单基因突变,这部分成为家族性AD。大部分都是散发性阿尔茨海默病,也就是没有基因异常的。除遗传因素外,阿尔茨海默病的危险因素分为可干预的和不可干预的两种。

可干预。包括低教育程度、膳食因素、吸烟、女性雌激素水平降低、高血糖、高胆固醇、高同型半胱氨酸、头部外伤、心理应激、老年期抑郁、全麻手术等。

不可干预。包括如上所述的遗传,还有女性性别和年龄。神经系统老化是阿尔茨海默病发生的一个重要因素,年龄是AD发病的一种重要危险因素。所以阿尔茨海默病的发病人数上升,有个很重要的原因就是平均寿命延长,老年人增多,变性病也随之增加。

关注老年痴呆症,从容面对,不再回避

老年痴呆症患者家属的压力和痛苦无人体会,需要正确认识“痴呆”

全媒体记者 郭静 通讯员 甄晓洲

中国老年痴呆症的患病率已居世界第一

马晓萌指出,根据2018年世界阿尔茨海默病报告数据显示,全世界范围内每3秒会新增1例老年痴呆症,而中国是目前世界上老年痴呆症病人最多且增速最快的地区。中国65岁以上人群,老年痴呆症的患病率为4.8%,随后,年龄每

增加5岁,患病率几乎增加1倍,95岁以上人群,老年痴呆症的患病率为50%左右。但由于市民对老年痴呆症的知晓率非常低,比如60岁及以上居民老年痴呆症知晓率39.02%。其中,54.3%照料者认为老年人的认知功能障碍症状是自然衰

老,因此造成老年痴呆症患者就诊率仅为19.51%。

“我们面对老年痴呆症的知晓率、就诊率和治疗率非常低的现实,未来对于老年痴呆症的干预,需要从城市推广到农村,从经济发达的地区推广到经济发展较慢的地区”。马晓萌说。

识别老年痴呆症需留心十大危险信号

如何识别老年痴呆症呢?马晓萌提醒,需要留心以下十大危险信号:

记忆力障碍。早期表现为近期记忆障碍,即不能记起不久前发生的事情,常被描述为“丢三落四”、“说完就忘”,经常失落物品,忘记约会、人名、电话等。

不能完成熟悉的任务。比如做饭、用洗衣机洗衣服都忘了。

语言障碍。常常忘记一些字词,连简单的词汇都不能表达,说话时找词困难。

对时间地点搞不清。如在家门口的菜市场买菜后,怎么也找不到家了。

判断力下降。比如看电视剧时辨别不出正面人物和反面人物,分不清金属与塑料的差别,夏天却拿出冬天衣服穿。

抽象思维障碍。分不清钱多少,忘记数字代表什么意思。

不合情理的放置东西。比如将电熨斗放在冰箱里,把手表放在糖罐里,把冰淇淋放在床上。有时还将常用药品放错

地方。

行为及情绪改变。在没有任何合理出现的情况下出现情绪的快速变化,比如喜悦、生气、大怒等,最后又恢复平静,也可能在本应是悲伤的时候却表现出欣喜的情绪。

性格明显改变,多疑、孤僻。性格明显改变如原来性格温和开朗,现在却变得十分易怒、疑心重或者莫名的恐惧。

缺乏主动性。对什么事情都没有兴趣,没有欲望,消极被动。

不能治愈,可通过合理治疗减缓疾病发展速度

虽然目前老年痴呆症还不能治愈,但是通过合理治疗是可以缓解症状、减慢疾病发展速度的。马晓萌提醒,如果直系亲属中有2个以上都患有此类疾病,就要引起警惕,建议到正规大医院进行基因筛查。而老年痴呆症最常见的危

险因素有糖尿病、高血压、高胆固醇、肥胖、有痴呆家族史、低文化程度、有脑外伤病史等,年轻人也要注意预防。如果年轻人的生活方式、饮食习惯不健康,比如熬夜、不运动、用脑过度、压力大、焦虑抑郁等,日后也易得老年痴呆。

“目前有患者都是出现了早期症状以后才去医院治疗,此时萎缩的脑组织已经难以逆转”,马晓萌建议,该院已经尝试将诊断窗口前移,在患者出现轻微症状时,采取精准诊断。而对于已经患上阿尔茨海默病的患者,则需要家属和社会的共同关爱。

相关链接

50岁以上市民最好每年做1次记忆体检

“早发现,早治疗,早改善,因此,建议50岁以上的市民最好每年做一次记忆体检。”马晓萌表示,虽然目前医学界对阿尔茨海默症尚没有理想的治愈方法,但可以肯定的是,及早治疗对病情有相当大的改善和延缓作用。她提醒,如果市民发现家

中老人有记忆力衰退、表达交流障碍、脾气行为变化无常等情况,那可能就是阿尔茨海默症的早期表现,家人应及时陪伴老人前往医院进行诊断,及早治疗以免病情恶化。

另外,关于老年痴呆症治疗的药物使用情况,马晓萌

介绍,目前老年痴呆症被命名100多年来全球获批上市的药物仅有加兰他敏、多奈哌齐、利斯的明和美金刚4种。上述药物仅能部分改善症状,无法控制病情进展。所以尽早发现、积极干预甚至提前预防就很重要。