



做了一辈子工程师的他突然找不到回家的路

“老糊涂”是正常现象？

记忆障碍是老年痴呆的前兆，要引起足够重视

记得相濡以沫几十年的老伴，会唱几十年前的老歌，却记不起刚刚和自己打招呼的人是谁，才吃完的午饭自己吃了些什么……老年痴呆（阿尔茨海默病）是一种困扰全球亿万老年人的疾病，患上这种疾病的老人脑子里就像有一个橡皮擦，慢慢擦去脑海里的记忆，同时跟着逐渐消失的还有老人的生活自理的能力。

我们通常所说的“老年痴呆”有两层含义，一是指老年期痴呆，包括发生在老年期的各类痴呆，包括血管性痴呆。另一种是指老年性痴呆，也就是通常所说的阿尔茨海默病。阿尔茨海默病是老年痴呆中占比最大的一类痴呆。有数据显示，全球每3秒就有1例阿尔茨海默病患者出现，如今全球有至少8000万阿尔茨海默症患者。9月21日是世界老年痴呆日，又称世界阿尔茨海默病日，今年的主题是“知彼知己 早诊早智”。从今天起我们推出系列报道“对抗记忆的橡皮擦”，说说老年痴呆的那些事。

A 做了一辈子工程师的他突然找不到回家的路

王先生怎么也想不到，当了一辈子工程师的老爸，到退休了之后，会连买菜的账都算不清楚。直到医生诊断出老人的病，他才连连懊恼：“早点发现老爸的不一样就好了！”

王先生的父亲是上世纪五十年代的大学生，学的是建筑专业。老人一辈子工作严谨认真，退休前一直担任一家建筑公司的总工程师，走南闯北，主持设计建造了不少大工程项目。退休后，老人和老伴在家，含饴弄孙，平素最爱读书看报，一切正常。但从几年前开始，王先生觉得父亲有点显出“老相”了，刚开始经常忘记带钥匙被锁在门外，后来他打开烧水壶转头去睡觉，等到水壶底烧穿才发觉。

这以后，家人发现老人的兴趣也减少了，之前每天必看的《百家讲坛》和《新闻联播》也提不起兴趣，读书看报的时候少多了，经常坐着发呆，脾气还越来越差。这时，家里人也只以为他只是年纪大了、坐在家里无聊才会有这样的表现。直到有一次，他一人出去买菜，半天没回家，家里人去找才发现老人站在离家最近的一个十字路口无助地站着，手里还拎着刚买的菜，一问才知道老人是找不到回家的路了，这才让家人感觉到事情不对。

在市康宁医院，经过详细地询问病史及精神检查，老年大科主任郑成应诊断王先生的父亲患的是阿尔茨海默病，已经到了中度的程度，需要先住院治疗。

B 一向温和有礼的老人突然像变了一个人

许多患有阿尔茨海默病的患者，除了记忆减退、生活能力下降外，还会伴发一些精神行为症状，比如幻觉、妄想、焦虑、激越等。

“医生，我妈妈以前是很谨慎的一个人，平时在小区里住了这么多年都没和谁红过脸，现在为什么这样了？”送母亲来康宁医院就诊的李女士最近也遇到了一件烦心事，一向温和有礼的母亲，像变了一个人，前几天竟然跑到社区附近的一个保健品商店里，把一位女销售员给打了，理由竟然是这位店员想找自己老伴“耍朋友”。

被打的女销售员觉得特别冤，自己和李女士的父母并不相识，仔

细回忆起来唯一的交集就是她经常在小区上门推销，前几天上门去过李女士的父母家，当时正是李女士的父亲接待的这位销售员。

了解到父亲和这位销售员并不相识后，李女士为母亲的行动感到深深的担忧，因为母亲的执念就认为老伴生活不检点，还常常通过老伴日常的举动觉察出“蛛丝马迹”。比如有时候下楼散步的时间长了点，出门前还对着镜子梳了几下头发。结合母亲最近经常丢三落四的情况，李女士决定带母亲去医院看一看。经过评估，老人果然是患上了阿尔茨海默病，同时还伴发有妄想的症状。



市康宁医院组织阿尔茨海默病患者开展抛球比赛。康宁医院供图

C 这种病的发病率不低但知晓率和接受治疗的比例并不高

“随着经济社会的发展，人均期望寿命越来越高，患有阿尔茨海默病的数量也会越来越大。”郑成应介绍，不少名人也罹患这种疾病，如美国前总统里根、英国铁娘子撒切尔夫人、《百年孤独》作者加西亚·马尔克斯等都在晚年与阿尔茨海默病斗争，不论在中国还是欧美国家，认识程度低、就诊率低、接受治疗比例低的状况始终存在。

“阿尔茨海默病的诊治中有不少误区，使得不少老人延误了治疗。最常见的就是很多人觉得‘老糊涂’是正常现象，是衰老的自然过程。实际上阿尔茨海默病并不是衰老过程的必然阶段，80岁以

上的老年人约有20%左右患有阿尔茨海默病，也就是说还有80%的人并不会出现。”郑成应主任介绍，误区之二是很多人认为阿尔茨海默病没法治，尽管大部分阿尔茨海默病都不能根治，但如果轻度和中度的阿尔茨海默病及早治疗干预，能提升患者的生活质量，延缓病情发展。很多人觉得年老必然记忆差，无需在意，这也是阿尔茨海默病诊治的误区。专家介绍，不论年轻还是年老，任何年龄出现明显记忆力障碍都不正常，都应该进行检查。老年人随着年龄的增长，其记忆力和反应速度可有轻微下降，但绝不会达到影响其日常生活与活动的程度。

D 轻度认知功能障碍是老年痴呆前兆出现异常要尽早就医

轻度认知功能障碍是老年痴呆（阿尔茨海默病）的前兆，宁波市心理卫生协会2021年在全市开展早期筛查发现，在2万余例受访者中，存在认知功能障碍的比例为9.24%。认知功能的下降与文化程度及年龄密切相关，未受教育的老年群体认知功能障碍的比例为13.89%，小学文化的为9.45%，中学及以上文化为4.82%；从年龄段来看，随着年龄的增长，存在认知功能障碍的比例逐渐增加，65岁及以下为6.32%，66-70岁为6.93%，71-80岁为9.47%，80岁及以上为23.69%。

据了解，我市自2013年启动失智老人关爱项目，目前已经开展了第二个五年行动方案。该项目以“认识他、找到他、关怀他、照顾他”宗旨，在各社区广泛开展老年痴呆（阿尔茨海默病）科普宣教、早期筛查、照护培训、养老机构失智专区设置等工作，使得群众对阿尔茨海默病的认知度日益提高。

家住鄞州的王老伯就非常庆幸那天带老伴陈阿姨去听了社区的失阿尔茨海默病讲座，对照医

生讲课的内容，王老伯发现老伴的表现很符合阿尔茨海默病的早期症状。比如菜有时候炒得很咸，原本很会织毛衣的人现在也不会了，原本很喜欢打牌，现在也不去，除了做点简单的家务，整天就坐在沙发上看电视，有时候还无缘无故的哭泣。

课后通过医生做的评估，医生发现王老伯的老伴已有认知功能减退，在医生建议下来到市康宁医院老年心理科，被确诊为轻度阿尔茨海默病。通过药物治疗及非药物的干预，现在陈阿姨的状态很好，王老伯也会陪同她打打牌，每天一起出门转转，还鼓励陈阿姨拿起毛线针，织点简单的围巾等。

“阿尔茨海默病的病程很长，越早治疗越能控制病情，延缓进展。”宁波市心理卫生协会秘书长杨红英提醒，高龄的低文化程度老年人要特别关注其认知功能，筛查发现，他们中有29.62%存在认知功能障碍，需要到老年心理科或神经内科进一步确诊。

记者 孙美星 通讯员 李湘兰