



# “即使你忘记了我,我也依然爱你”

今天是世界阿尔茨海默病日,海都记者近日走访患者家庭、医生和相关部门,了解如何预防与应对阿尔茨海默病

海都记者  
陈逸之

近期上映的老年题材电影《妈妈》,通过细腻的镜像语言,讲述了一位85岁高龄母亲照顾65岁患阿尔茨海默病女儿的故事,不仅母女情深令人动容,两人面对病痛的坚韧态度也引发了观众共情。

昨天,国家卫健委在发布会上介绍,我国60岁及以上老年人中约有1500万痴呆患者,其中1000万是阿尔茨海默病患者。记忆力下降、读写困难、时常丢三落四……阿尔茨海默病被称为“脑海中的橡皮擦”,对于患者及其家属来说,他们的生活存在诸多不同于常人的困境,需要花费更多心力去对抗。

今天是第29个世界阿尔茨海默病日,海都记者近日走访患者家庭、医生和相关部门,了解如何预防与应对阿尔茨海默病,更好地陪伴患者走过人生“空白时刻”。



唐昊/漫画

## 患者1 不停念叨“好饿”,哄着忍到下顿饭

家住福州仓山区的邵依姆今年85岁,患阿尔茨海默病已有四年。受病情影响,她的语言与行动能力大幅下降。

近日,记者前往医院拜访邵依姆,正在复查的她,嘴里不停念叨着“好饿、好饿”,并要家人给她买早餐。

“她忘记自己早上已经吃很多东西了,再吃会

影响消化。”邵依姆的女儿林女士告诉记者,她母亲自从患病后,记忆力大不如前,刚刚发生的事情,下一秒就会忘记。“她记不得吃过饭,总说我们不给她吃饭,觉得自己被欺负了。”对于母亲的“控诉”,林女士和家人哭笑不得,只能哄她忍到下一个饭点。

无法独立活动的邵依姆,每次复诊时都要家人

陪同,出行十分不便。“我们都要上班,没办法时刻看着老人,怕她一个人有危险,只能请护工贴身照顾。”林女士告诉记者,邵依姆已基本丧失自理能力,“我们计划把妈妈送到养老院,但那里一个月收费4000元,加上其他费用,一年需要花费近7万元,这对我们家来说,是一笔不小的开支”。

## 患者2 每天半夜醒来,闹着要出门散步

家住福州晋安区的陈依姆同样患有阿尔茨海默病,她已忘记大部分亲友的姓名,并有时间、地点定向障碍。“有一次她自己跑到街上,亲戚朋友找了好久。”陈依姆的女儿刘女士告诉记者,家人担心老人走失,约好轮流陪伴她。“我们请过护工,却又不得不辞退,因

为老人怕生,不让陌生人进家里。”

刘女士说,为了照料母亲,她和家人都投入了巨大的精力与时间,原本的生活行程都得随之调整,每个人只能在照顾老人的间隙,见缝插针地做自己的事。“我母亲会在每天半夜不定时地无故醒来,闹着要出门散步。为

了保障她的安全,我不得不陪着她起床。”刘女士的作息也因此被打乱,加上白天要准时上班,她的身体健康也受到影响。“家人的精神压力很大,我也必须时刻绷紧神经关注母亲,只有在和家人换班时才敢放松。”刘女士说,轮流照顾不是长久之计,她还在寻找解决办法。

## 医生提醒 “忘性大”要重视,可能是病症前兆

福建省老年医院神经内科副主任医师杨凌杰告诉记者,阿尔茨海默病是一种神经系统退行性病变,病症早期有记忆减退、判断能力下降、情感淡漠等表现。初期患者最明显的表现就是经常性失忆,比如翻来覆去地问同一个问题、出门常常忘带钥匙等等。假如自己或家人出现类似情况,不要简单认为

是“忘性大”,这可能是病症前兆,一定要重视并到医院检查,做到早发现、早治疗。

杨凌杰表示,随着病情发展,阿尔茨海默病患者会有远近记忆严重受损、失语、情绪急躁等表现;当病情发展到重度时,患者将不能自理,活动需要完全依赖照护者,记忆严重丧失,并伴有感染等并发症。

针对这些情况,杨凌杰建议,病患要保持对自己的信心,及时就诊,遵从医嘱治疗;生活中,可以多参与棋牌、广场舞、老年大学等活动,多与亲朋好友交流,保持积极乐观的心态。照护者则要尊重、相信、鼓励病患,陪伴病患积极面对病情;有必要时可借助社区服务,缓解家庭的照护压力。

## 社会帮扶

### 陪伴患者走过人生“空白时刻”

在我国,患阿尔茨海默病老人的照护需求呈现快速增长趋势,然而受各方因素影响,目前照护服务还存在着家庭照护经济压力大、养老机构床位不足、社区服务覆盖面较小等诸多困境。

专业人士表示,阿尔茨海默病并非“洪水猛兽”,早发现、早干预、早治疗是降低老年痴呆风险的最好武器,社会各界应携手共进,给予阿尔茨海默病患者更多爱心与耐心,陪伴他们走过人生的“空白时刻”。

近日,记者采访了福州鼓东街道社区养老服务照料中心负责人陈主任。她说,照料中心目前对患轻度阿尔茨海默病的老人开放,但暂时不收治中重度病患。“大部分轻度病患主要表现为失忆,行为较温和,护工可以照护;但中重度病患外显行为各式各样,言行较激烈,护工较难应对。此外,中心的场地较小,也不利阿尔茨海默病患者活动。”针对中心床位紧缺、资金需求大、护

工水平有待提升等问题,陈主任表示,中心正逐步落实计划,尽快解决问题。

记者了解到,7月21日,国家卫健委发布了《关于进一步推进医养结合发展的指导意见》,支持有条件的医疗卫生机构为居家失能(含失智)、高龄等行动不便或有困难的老年人提供家庭病床、上门巡诊等居家医疗服务。

2021年4月29日,福建省医保局联合省卫健委发布了《关于规范我省家庭病床管理和服务的通知》,在福州试点推行家庭病床服务,为居家失能失智老人提供便捷的卫生服务。

为了保障失能老人“老有所依”,福州市近年出台与优化了一系列养老服务政策。福州市民政局养老服务处屈副处长介绍,福州市民政局规定,针对符合条件的失能半失能老人,可领取一定金额的政府补助;符合条件的家庭,可申请适老化家庭改造,每户可领取1000元补助金。

## 相关链接

阿尔茨海默病有什么征兆?

## 11道题 测试“老痴”风险

简易智力状态检查量表能全面、准确、迅速地反映被试者智力状态及认知功能缺损程度,是痴呆筛查的首选量表。测试时需家人协助完成:

1.现在是(星期几)(几号)(几月)(什么季节)(哪一年)?(每问1分)

2.我们现在在哪里:(省市)(区或县)(街道或乡)(什么地方)(第几层楼)?(每问1分)

3.请重复我说的三样东西:“皮球”“国旗”“树木”。(回答以第一次答案记分,每一样计1分)

4.100-7=?依次减5。(93、86、79、72、65,各计1分,若错了,但下一个答案是对的,只记一次错误)

5.请说出刚才让您记住的三样东西?(3分)

6.出示手表,问这个东西叫什么?出示铅笔,问这个东西叫什么?(2分)

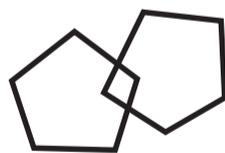
7.请清楚地重复一遍我说的话:“四十四只石狮子。”(1分)

8.我给您一张纸,请按我说的去做,现在开始:“用右手拿着这张纸,用两只手将它对折起来,放在您的大腿上。”(3分)

9.请念一念这句话,并且按照上面的意思去做:“闭上您的眼睛。”(1分)

10.写一个完整的句子,有主语、动词、有意义。(1分)

11.请在同一张纸上照这张图把它画下来。(1分)



评分参考:

分数在27~30分:正常;分数<27分:认知功能障碍;21~26分,轻度;10~20分,中度;0~9分,重度。对于有认知功能障碍的患者,应尽早去医院就诊。(人民融媒体)

## 石狮中小学心理课 每两周不少于1课时

海都讯(记者 黄晓燕)

日前,石狮市教育局下发《关于进一步加强2022年秋季全市中小学心理健康教育工作的意见》,要求落实中小学班级每两周不少于1节心理课的课时要求,其中每学期至少开展1次心理健康教育专题班团队会。

落实课程开设管理:

继续把心理健康教育纳入教学计划,充分利用课堂教学和班团队会主渠道作用,落实中小学班级每两周不少于1节心理课的课时要求,其中每学期至少开展1次心理健康教育专题班团队会,课时在地方课程

和校本课程中统筹安排。

中等职业学校将《心理健康与职业生涯》作为必修课,在一年级第二学期安排36学时;其他年级根据学生发展实际,开展适宜的心理健

康活动课。

加强师资队伍建设:

组织开展专兼职教师连

续性系统化专业培训与督导,大力提升专兼职心理健康教师的基本理论、专业知识和操作技能,将增强心理健康教育能力作为提升教师综合素质的重要内容。将心理健康教育通识培训纳入校长、德育干部、班主任(辅导员)、学科教师等业务培训或

在职教师继续教育的内容,学习时间不少于4学时。其中,班主任(辅导员)培训不少于8学时。

强化家校共育工作:

明确不同学段的家庭教育重点,因地制宜、因材施教,为学生家长提供常态化、规范化的家庭教育指导

服务。完善家访制度,保护家庭隐私,每学期与每个学生家庭直接沟通联系1次以上,并将学生家庭情况、成长环境与经历等作为心理健康状况筛查建档的重要内容,将家庭教育、家校沟通作为学生心理预警体系的重要组成部分。