



减缓老年痴呆 防患于“未忘”

68岁老人总是忘关煤气、记不清日期,或存在认知障碍;医生提醒,老年痴呆可通过适当运动等延缓和预防

■海都见习记者 蔡怡晴 记者 林宝珍/文 受访者供图

“小船、房子……第三个词是啥来着,想不起来了。”近日,68岁的郑阿姨在福州市仓山区金山街道第二社区卫生服务中心(下称卫生服务中心)开展的“老年人认知功能筛查工作”中,发现自己竟然连三个刚听到的词,都不能完整复述出来,这让她十分焦虑。

记者了解到,随着人口老龄化进程的加快,以阿尔茨海默病为主的老年痴呆疾病发病人数持续增加,严重威胁老年人健康和生命质量,给家庭和社会带来沉重负担。老年人认知功能筛查工作是预防和减缓老年痴呆发生的重要环节。活动当天,现场有百余位老年人参与筛查,有的几秒就能完整复述听到的词语,但像郑阿姨这样的也并非个例。

记不清日期、忘关煤气 68岁郑阿姨慌了神

“多亏社区帮我筛查,我平时还总是忘关煤气,老以为自己是记性不好,没想到可能是老年痴呆。”郑阿姨说。前段时间,郑阿姨就发现自己记性大不如前,有时候别人刚说过的话,自己转头就忘记了。

卫生服务中心工作人

员告诉记者,在为郑阿姨做AD8痴呆早期筛查问卷、简明社区痴呆筛查量表(CSI-D)时,他们发现郑阿姨无法记住所给的3个词,反复再问几次,还是只能记住2个。

“结合她记错今天是星期几,以及在日常生活中总忘记关煤气,我们考虑她可

能存在认知障碍。”卫生服务中心工作人员表示,因此他们建议郑阿姨到医联体单位的记忆门诊进行全面认知评估,由专业人员进行诊治。

“偶尔忘记某件事或电话,但事后能重新回忆起来,这是正常的表现。但是

痴呆患者可能经常忘事,而且事后不能再回忆起来。”金山街道第二社区卫生服务中心院长、副主任医师钟鸿燕告诉记者,在自己熟悉的地方迷路、不知道现在是什么季节、情绪波动迅速、性格改变显著等,都是早期痴呆的征兆。

迷路走失、生活无法自理 不少患者行动困难

钟鸿燕院长介绍,老年痴呆可能给患者带来多种安全隐患,包括因记忆力减退容易迷路,甚至忘记家庭住址的走失风险;忘记关火导致火灾或中毒;自我照顾能力下降,误服药物、饮食不当(如过量或绝食)导致健康恶化;失去平衡或判断力导致跌倒、烫伤、溺水等。

此外,病情严重的患者大部分会出现更多的行为问题,会更容易发脾气,甚至有动手打人的情况。到了病情终末期,患者几乎完全依靠他人照顾,有的行动困难,需要坐轮椅或者长期卧床,依赖家人全天护理,给家庭带来沉重负担。

为预防和减缓老年痴

呆发生,切实增强老年人的健康获得感,促进健康老龄化,2023年11月,福建省卫健委决定启动全省老年痴呆防治促进行动,目标人群为试点街道、乡镇内常住65岁及以上居民。

记者从福建省卫健委获悉,2024年省卫健委在全省28个县(市、区)开展老年痴呆防治促进行动,预

防和减缓老年痴呆发生,全省初筛总人数达7.5万人。2025年,在2024年基础上全省新增50%以上的县(市、区)作为老年痴呆筛查县,在52个县(市、区)开展认知功能初筛,同时推进12家医院建设记忆门诊,为疑似老年痴呆患者的诊断、治疗和长期管理提供干预措施。



工作人员在指导老人填写痴呆筛查问卷

医生提醒

坚持运动与学习 有助于预防老年痴呆

那么,老年痴呆如何治疗?可以根治吗?该如何预防老年痴呆呢?

“目前还没有药物可以根治痴呆,但药物可以使一部分轻度痴呆症状得到改善,对中重度痴呆患者能有效延缓疾病的进展。”钟鸿燕院长介绍,痴呆的非药物干预与药物治疗同样具有重要的角色,例如日常生活技巧训练、记忆训练以及改善家居环境等,同时建议通过专业人员进行诊治。

钟鸿燕院长提醒,预

防老年痴呆,可以坚持规律、适度的体育运动,夏季天气炎热,建议选择清晨或傍晚进行运动,选择一些强度较低的运动,如慢跑、快走、游泳、太极拳、八段锦等。

广泛社交有助于脑健康,鼓励老年人参与健康且有意义的社交活动,如跳广场舞,上老年大学,到社区当志愿者等。

此外,长期学习、戒烟戒酒、保护头部、控制体重、睡眠充足、控制血压血糖等,都有助于预防老年痴呆。

福州海关截获63只“异宠”

申报数码相机的进境邮件中没有相机,却藏着活体动物,包括携刺异距蝎、侧缘余氏蠊、大麦虫等

海都讯(记者 林涓 通讯员 李景 游佳 高晨涵 文/图) 近日,福州海关所属榕城海关驻邮局办事处关员在对进境邮件进行机检查验时,发现一件申报品名为“Digital Cameras”(数码相机)的邮件机检图像异常,图像显示邮件内有数个大小不一的

圆盘和长管状物品。现场关员随即开箱查验,发现邮件中没有数码相机,含有4个塑料盒和2个塑料管,且内装数量不等的活体动物,共计63只。

经福州海关技术中心鉴定,查获的该批次“异宠”涉及争吵大齿猛蚁、携刺异距蝎、乌柏大蚕蛾、侧缘余氏

蠊、黄粉虫、大麦虫等6种类。其中,携刺异距蝎、侧缘余氏蠊、大麦虫物种在我国无分布,为外来物种。相关邮件已移交后续部门处置。

海关提醒,根据《中华人民共和国农业农村部、海关总署公告第470号》的规定,上述活动物均属于《中

华人民共和国禁止携带、寄递进境的动植物及其产品和其他检疫物名录》中规定的禁止进境物。根据《中华人民共和国进出境动植物检疫法》及其实施条例的规定,禁止携带、邮寄上述名录所列动植物、动植物产品和其他检疫物进境。



工作人员展示截获的“异宠”

19岁男生在教室晕倒后身亡

事发福州软件职业技术学院,家属认为校方应急处置不当;校方回应,已把所有材料提交相关部门调查

海都讯(记者 梁展豪 实习生 宋明雪) 近日,杨女士向智慧海都平台报料称,其弟弟就读于福州软件职业技术学院,20日在校期间突发身体不适晕倒,后不幸身亡。

杨女士告诉记者,她的

弟弟小勇(化名)今年19岁,是福州软件职业技术学院2024级的学生。6月20日上午8时30分左右,小勇抵达教室后突然出现身体不适,随后晕倒。事发后,同班同学立即将他送到校医务室。在医务室内,小勇

一度恢复意识,医生进行了简单的检查,但不久后小勇再次晕倒。

上午8时50分,校方用私家车将小勇运送至医院救治。十余分钟后抵达医院时,小勇已无生命体征。

杨女士表示,小勇高中

时曾是体育生,身体健康状况良好,还报名了2025年上半年的入伍计划,2月份的时候通过了体检,未发现任何基础性疾病。她质疑,校方在事件发生后没有第一时间拨打120急救电话,而是在20多分钟

后才送医,错过了最佳抢救时间。

对此,福州软件职业技术学院相关工作人员表示,自己不便接受采访,目前校方已把所有材料提交给公安、教育、司法部门,相关部门已经介入调查。家属若对

结果有异议,建议可以通过司法途径解决。关于事件的更多具体细节,上述工作人员建议记者联系学校办公室。随后,记者致电学校办公室,工作人员称后续会有专人进行回应。截至发稿,记者尚未收到进一步答复。