



每个人是自己健康的第一守门人,打造认知友好环境第一步,需要自己来把握,及时关注自己认知变化,突破心理障碍,积极做好认知功能早期筛查。

你是否有认知障碍倾向 做做这张表 测测“障碍”度

认知障碍最初表现是轻度认知障碍。这一阶段患者一般生活都能自理,只是健忘或在社交、理财上出现些轻微障碍。往往不爱说话,不理人,怕烦,容易发脾气。轻度认知障碍中有10%的人会向痴呆发展,这一阶段问诊就医,能够有效防止或延缓病程发展。但由于轻度认知障碍患者病症特征并不明显,人们往往容易忽视。多数前往专科门诊就医的患者都已经错过最佳治疗期,发展为中度或重度认知障碍阶段。

浙江大学医学院附属精神卫生中心老年精神科大科主任陈斌华建议,60岁以上的人如果出现明显记忆力减退,需要进行认知症早期筛查,填写认知障碍自评表(AD8量表)是一种简单、便捷的自筛方式。

本报记者林乐雨认知障碍自评表中的相关问题建议由受试者的知情者代为回答,如果没有合适人选,患者也可以自行评测。回答过程中没有限时要求,允许自发更正。评测结果若2项或2项以上答案是肯定的,则高度提示痴呆,建议到相关专科门诊就医,脑部CT、脑部核磁共振、基因检测等方式能够准确地反应病程。

陈斌华说,虽然这项筛查本身不足以诊断痴呆,但认知障碍自评表测评结果能在一定程度上反应出常见痴呆疾病早期认知改变,包括阿尔茨海默病、血管性痴呆、路易体痴呆和额颞叶痴呆。正常范围分数提示不太可能存在痴呆症,但不能排除是疾病极早期;异常范围的分数提示需要进一步检查评估;如果存在认知障碍其它客观证据,则需要做进一步其它检测。

认知障碍自评表
1. 判断力出现问题,如不会算账,经常做出错误的决定,辨不清方向,容易迷路。是 ☐ 否 ☐
2. 缺乏兴趣爱好,社交活动减少,平时厌恶外出,身体无精打采。是 ☐ 否 ☐
3. 不断重复做同一件事,例如总是提出相同的问题,一句话重复多次等。是 ☐ 否 ☐
4. 学习使用某些日常工具或者家用电器等有困难,如遥控器、微波炉等。是 ☐ 否 ☐
5. 记不清当前月份或年份。是 ☐ 否 ☐
6. 处理个人财务困难,如忘记如何使用存折或总是遗忘支付水、电、煤气账单。是 ☐ 否 ☐
7. 记不住和别人的约定,如忘记和家人已经约好的聚会和拜访亲朋好友的计划。是 ☐ 否 ☐
8. 日常记忆力和思考能力出现问题,如自己放置的东西经常找不着;常常忘记服药;想不起熟人的名字;与别人谈话时,无法准确表达自己的意思。是 ☐ 否 ☐

杭州招商观颐之家养护院——认知障碍照护专区 定制细心呵护 提供高品质养老服务

如果一家养老机构拥有针对认知障碍老人的个性化照护、身体残存机能康复训练、心理干预、社会交往等专业性的全方位服务,入住其中的长者就能收获安心和幸福。

在杭州,欧洲级专业养护服务已被搬到招商观颐之家养护院,欢迎来体验。

享受国际化照护 实现优质养老

在养护员二楼认知障碍照护专区,每个长者房门上都贴着一个“身份标识”,温馨而又治愈。国庆节快到了,几位长者正在拼装小国旗,准备装扮公共空间,每个人脸上都喜气洋洋的。

不仅如此,一站式管家服务、科学营养膳食服务、乐龄娱乐生活服务、专业认知障碍服务等等,无不展现这家养护院的专业水准和人文关怀。

短短几个月,已有20多位认知障碍的长者慕名而来,享受法国式高端养护服务,以及针对阿尔兹海

默症的专业护理。

认知障碍照护专区通过配备进口适老化设施产品、24小时全天候细致关怀,以及温馨舒适的宜居环境和户外空中花园,为长者提供芳香、怀旧、艺术、音乐等多种非药物方案,以及专业认知照护、个性化康乐活动,为长者提供优质的晚年生活。

此外,院内的各项服务及陈列充分展示老年蒙台梭利认知照护理念,帮助长者在生活中找到生活信心,建立属于自己的社交圈。

蒙台梭利认知法 全方位呵护长者

三个月前,远在美国的赵女士还在为父母找不到满意的养老机构而焦虑,患有阿尔茨海默病的父亲感到特别无助。赵女士的母亲了解到这家拥有专业照护团队及蒙台梭利认知照护能力的养护院后,当即决定入住。

医护团队了解到,赵女士父亲曾经是一名英语教师,便邀请她为中心员工及在院长者讲课,让老人在这样轻松的环境中重拾自信。慢

慢地,老人开朗了,人也长胖了。“医护团队真的很用心,非常感谢他们!”赵女士说。

据了解,院内不仅拥有自己的专业团队,还会定期远程连线法国团队,寻求建议指导,提升院内服务质量,全方位全时段为长者定制个性化健康生活。

引入法式个性健康方案 全面守护健康

杭州招商观颐之家养护院由招商高利泽运营管理,招商高利泽是一家高端养老机构运营公司,由百年央企招商局旗下招商蛇口与欧洲领先专业医养机构法国高利泽联合成立。项目引进国际尖端护理设备,秉持周到细致的法式养老理念,致力于为长者提供定制照护方案。

专业团队结合特色精神康复运动,制定个性化陪护方案,并根据国际健康管理评估体系为长者综合评估。康复服务大厅内设多种康复器材,能够满足长者多样化康复需求。

配备特殊治疗空间,开展激活认知和精神运动,有助于保持长者的社交活跃性,鼓励独立自主,维持



长者的认知能力、记忆力、沟通能力和运动机能。

活动信息

9月27日,招商观颐之家养护院将携手浙江省立同德医院为市内长者开展全方位认知障碍筛查,欢迎来电预定活动名额。地址:杭州市拱墅区半山街道同协路1709号,报名电话:0571-81183690。