

精神卫生专家陈斌华： 老年痴呆早治晚治差别大



扫码看视频

不等于阿尔茨海默病 病因往往复杂多变

老年痴呆等同于阿尔茨海默病吗？这其实是人们对老年痴呆的常见误解之一。

阿尔茨海默病是老年痴呆中最常见的一种类型，患者占比超过50%。

实际上，老年痴呆有许多种，最常见的是脑变性疾病导致的痴呆和脑血管病导致的血管性痴呆。

大家熟知的阿尔茨海默病和帕金森病性痴呆，是脑变性疾病中的一种，其特点是发病缓慢，属于逐渐进展的进行性痴呆。脑变性疾病还包括匹克病、路易体痴呆、进行性核上性麻痹等。

血管性痴呆中最常见是多发性脑梗死性痴呆，它是由一系列多次的轻微脑缺血发作，多次积累造成脑实质性梗死。

血管性痴呆还包括皮质下血管性痴呆、急性发作性脑血管性痴呆，患者在一系列脑出血、脑栓塞引起的脑卒中之后迅速发展成痴呆，少数也可由一次大面积脑梗死引起。

陈斌华表示，到目前为止，老年痴呆的病因复杂且不明确，除了脑变性疾病和脑血管病外，一些内分泌疾患、营养及代谢障碍、肿瘤、药物及其他物质中毒、遗传因素等，都可能导致老年痴呆。



良性健忘还是痴呆 区分具体看三点

记忆力衰退是老年痴呆最明显的表征，也是人们走向衰老的自然现象。

有人错把老年痴呆当作良性健忘，错失治疗最佳时机，也有人把良性健忘误当老年痴呆，日常生活草木皆兵。

有数据显示，中国轻度痴呆症患者就诊率仅为14%，这与很多患者和家属分不清良性健忘

和老年痴呆有很大关系。两者究竟该如何区分？

“良性健忘是记忆的启动障碍，而老年痴呆则是丢失记忆。”陈斌华解释，良性健忘在经过他人提醒后，通常可以恍然大悟，人们可以通过一些线索对细节展开回忆。而外在提醒，对老年痴呆患者恢复记忆并无明显效果。

其次，良性健忘是单纯的记忆力下降，不会伴随有其它表现。而老年痴呆往往伴有其他方面的表现，比如个性、脾气改变，睡眠、情绪有异常。

此外，老年痴呆患者在没有外力介入治疗的情况下，记忆力下降发展通常会比较快，半年内家属一般可以清晰地察觉到患者前后状态的变化，而良性健忘的症状在半年至一年内，通常不会发生明显改变。

早筛早诊很重要 患者用药要及时

老年痴呆不可逆，早发现、早治疗没有意义，许多家属抱有这样的悲观心理，这是观念上的一大误区。老年痴呆早筛早诊治非常重要，直接关系到患者病程进展和寿命。

陈斌华以曾经接诊的两位患者为例。王大伯72岁时被诊断为阿尔茨海默病，属于病情极早期。在规范治疗和家属用心呵护下，5年后，记忆力虽有下降，但能保持基本的生活自理能力。

同样年已7旬的张大伯，就诊时已是阿尔茨海默病中期。经过4年治疗，患者病情没有得到明显控制，记忆力严重衰退、脾气变得古怪，逐渐失去自理能力。

陈斌华表示，是否在早期就介入治疗老年痴呆，疗效相差很大。

老年痴呆离不开药物治疗，许多家属对药品可能产生的副作用心存疑虑。对此，陈斌华表示，不必担心。

治疗老年痴呆，目的在于延缓认知障碍进程，控制包括抑郁、焦虑、猜疑、睡眠障碍等在内的精神症状。

不同治疗阶段使用的药物并不相同，延缓认知障碍的药物用药越早，治疗效果越好。这类药物和老年人常服用的老慢病药物一样，不会产生多大的副作用。而精神类药物的使用则需要医生进行严格评估，只有在患者出现明显精神类症状的前提下才能使用。

保持乐观多用脑 危险因素要控好

预防老年痴呆，控制危险因素很关键。目前已知的容易引发老年痴呆的危险因素包括肥胖、缺乏体育锻炼、缺乏脑力活动、抽烟、高血压、高血糖、高血脂、脑外伤、抑郁情绪等。

陈斌华表示，这些危险因素控制得越好，发生老年痴呆的风险越低。由此，他给出几点建议。

首先要保持乐观开朗，多与家人互动，多对他人付出关心，维持良好的人际关系。

其次，适度运动，积极用脑，常做一些复杂精巧的手工，如做菜、画画等。

对事物常保持好奇心，培养专注力，多参加社会活动。

饮食均衡，避免摄取过多盐分及动物性脂肪。一天食盐的摄入量控制在5克以下，不吸烟不酗酒。

名医讲堂



陈斌华

浙江大学医学院附属精神卫生中心老年精神科病区大主任、主任中医师，中国心理卫生协会老年心理卫生专业委员会委员，浙江省医学会老年精神障碍专业委员会副主任委员，浙江省医师协会老年医学科医师分会委员。

本报记者 林乐雨

随着年龄增长，老年人一旦出现记忆力衰退，对患上老年痴呆的担忧和恐惧便与日俱增。

据国家卫健委相关数据，我国65岁以上老年人，老年痴呆患病率达到5.56%，且患病率随着年龄升高呈现显著增长趋势。多数老年痴呆不可逆转，没有药物可以完全治愈，但早发现早治疗仍然十分必要。本期名医讲堂，我们邀请陈斌华带大家深入了解老年痴呆。

放心可信，食用方便，吸收好，每天一片，关爱男士生活！

人参鹿鞭片 69加1元 吃一年

好消息！高含量人参鹿鞭片，打进热线可参加69加1元吃一年特大活动，每天仅限前50名！

感恩回馈，限时限购，超值钜惠

随着年龄增大，中老年朋友平时补充营养尤为重要。日常膳食中很难补充一些营养成分。高品质人参鹿茸片自上市以来深受广大男士朋友的青睐，是当下老年朋友的优选。

高含量人参鹿鞭片，选用人参（人工种植）、山药、鹿鞭、桑葚、茯苓、黄精等六味天然食材，经过高科技萃取，保证每天

精力充沛。鹏仁人参鹿鞭片压片果糖，祝您精力旺，身体壮，生活品质高，幸福有力量。超值钜惠，69加1元吃一年活动（一年量6瓶，一瓶60粒），再送一副智能变焦老花镜，活动仅限7天，希望读者抓紧申购，领完为止。SC10636098210721 广告



申购电话：400-1186-888