

[今天是第 29 个世界阿尔茨海默病日]

晨报记者 何雅君

最近,57岁的科幻作家韩松被诊断为“认知异常”导致日常生活异常的消息在网上刷屏。韩松本人在微博上回应,自己目前没有确诊为阿尔茨海默病,并为网友科普,如果将认知障碍看作一个大圆,阿尔茨海默病引起的认知障碍就是被大圆包裹住的一个小圆,但这个小圆并不小,约占圆的面积60%左右。

昨日,国家卫健委在新闻发布会上称,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。今日是第29个世界阿尔茨海默病日,记者调查发现,为了维护患者的生存质量,不少家庭已经选择将患病老人托付给养老照护机构和专业医疗机构,通过治疗、照护延缓病情进展,让患者的最后阶段更有尊严。

► 程家桥街道社区卫生服务中心医务人员照护患者 /晨报记者 陈征



“给患者喂饭可不是一件简单的事,每一勺应该舀多少,把勺子伸到口腔里的哪个位置才便于吞咽,卧床老人用餐时床头要抬高多少,饭后如何清洁口腔,都有学问。”老年病区护士长胡丽娜表示,如果老人将食物残渣咳进去,会导致隐性的肺炎,“我们给老人喂饭前后都做了准备。病情发展到这个阶段,规范的护理尤为重要,为的是杜绝并发症。擦身、翻身、皮肤护理、大小便的辅助,都是日常护理中不可轻视的环节。”

病情带来的身心改变

这些渐渐失去记忆的老人,曾经是什么样子的?随着照护时间的推移,照护者可从老人日常性情、喜好和家属讲述中还原出他们的大致形象。

74岁的陈阿婆是一位爱好社交的知识分子。即便入住照护中心,她还是交到了章阿婆这样的朋友。80岁的章阿婆退休前是单位的领导,性格有些强势,但和热情的陈阿婆正好互补。“为了方便老人融入环境,我们在安排室友时,也要考虑到彼此性格的融合度。”张峻彦说。

90岁的王奶奶经历过战火纷飞的年代,爱听爱唱那个时代流行的歌曲。每当熟悉的旋律响起,护理人员会观察王奶奶的神情,发现她似乎陷入了往昔的回忆。而这红歌,就是护理人员专门为老人播放的。

病情带来的身心改变,不仅冲击老人自身,也冲击着朝夕相处的家属情绪。曾经为自己挡风遮雨的父母,变成了叫不出自己名字,随时可能狂躁哭闹的失智老人,这让子女们感到无措。更让他们慌乱的是,一些不可

控的场景频繁出现,比如,陈阿婆常把女儿的衣服认作自己的衣服,并为此责怪女儿。章阿婆曾经把一个电水壶放到灶台上烧,差点酿成大祸。

“由子女为父母养老送终,是中国人的传统观念。因此,不到万不得已,子女们不会把老人送出家门,送到专业照护机构居住。”张峻彦总结。

让老人和家属都得到宽慰

“家属如果疲于生活上的照护,就可能顾不上与老人的精神交流。我们在日常护理中发现,即使老人已经叫不出家属的名字,潜意识里还是希望和家属交流的。将家属从照护的桎梏中解脱出来后,我们注意到,每次探视,家属和老人的精神交流反而变多了。家属有了喘息的空间,精神状态也变好了。”胡丽娜告诉记者。

与传统养老机构主要聘请大龄护理人员不同,国药康养泗泾照护中心聘请了不少00后。张峻彦介绍其中用意:“年轻人学习新事物的能力更强,更容易适应认知症的专业照护要求。老人们见到他们也很亲切,就像见到自家孙辈一样,会主动问他们多大、有没有找对象,和他们聊天。”

当病情发展到一定阶段,失去自理能力的老人会被家属转入医疗机构,得到更为细致专业的生活照护。在程家桥街道社区卫生服务中心见证了一些患病老人的最后时刻后,茅燕芬总结:“因为病情原因,老人在我们这里住的时间可能比较长。他们完全恢复的几率并不高,我们能做的就是延缓病情发展。在给予治疗、护理的同时,也让老人生命的最后阶段更有尊严,让老人和家属都得到宽慰。”

我国60岁及以上老年人中阿尔茨海默病患者达1000万

给阿尔茨海默病老人最专业的照护

为中重度患者提供专业照护

“我不要到这里来,我要回家!”松江区泗泾路上一扇大门前传来哭闹声。这不是年幼的孩子拒绝上幼儿园,而是74岁的陈阿婆紧抓着家人的手,不肯走进照护中心的大门。

90后的张峻彦是这家“国药康养泗泾照护中心”阿尔茨海默病专区负责人。入职一年多来,这样的场景,她已见过无数次。随着认知功能和自理能力的退化,患阿尔茨海默病的老人会越来越像孩子般无助。将老人送到专门机构接受专业照护,是家属在照护压力达到极限时的求助方式。

“阿婆,我先带你到楼上去看看好吗?”张峻彦深知,对待认知障碍老人要像对待幼儿般亲切、耐心。牵着老人的手,她带着陈阿婆一步一步上楼,最终将老人留了下来。

在这家照护中心,名为“乐水”的1号楼专门接待认知障碍患者,主要面向患有阿尔茨海默病的老人,目前有50多位老人住在这里。

陈阿婆确诊阿尔茨海默病已有五年,目前处于中期阶段。她不理解家属为什么要把自己送到照护中心,每天都会认真地收拾好行李,找到张峻彦或其他护理人员,告诉他们:“我要回家了。我还有很多事要办。”尽管她并不能说出,自己要办的事是什么。

“今天的车已经走了。”“外面天快黑了,明天我再叫你,好吗?”一句句善意的抚慰性谎言,渐渐稳住了陈阿婆。尽管病情使她无法叫出张峻彦的名姓,甚至无法将面容和身份完全对上号,但记忆的惯性使她意识到,这张年轻的面孔,是自己可以信任的。

在公共活动区,老人们每天都会坐在一起玩些训练注意力、观察力的小游戏,或者互相介绍,说说曾经的自己。“这是一种怀旧疗法。阿尔茨海默病初期的记忆障碍主要以近期记忆损害为主,人们对过去的事往往印象很深。尽管交流的内容他们很快会忘记,但交流的过程对他们的脑部是种有效的刺激和强化。”张峻彦表示。

包括阿尔茨海默病患者在内,轻度至中度的认知障碍患者可在承担认知障碍照护职责的养老机构、照护中心得到良好的护理。随着病情从中度向重度进展,老人的生活能力日渐退化,照护老人的理想场所变成了医疗照护机构。

长宁区程家桥街道社区卫生服务中心是一所拥有社区卫生与红十字老年护理医院双重身份的医疗卫生机构。1993年,这里成为上海首家专门收治失能失智患者的专科医院。中心副主任茅燕芬告诉记者:“我们这里的特长是老年护理,从事老年护理需要专业的医疗保障和充足的人员力量。如今,医院老年科每年大约收治五六百位认知障碍患者。”

该中心老年病区主任徐孙江告诉记者,阿尔茨海默病引起的认知障碍,在整个认知障碍群体中占有很大的比例。还有一些病人的认知障碍由其他原因导致,比如脑梗、脑出血或者帕金森病患者,随着病程的发展,都可能会导致智能减退。

9月16日,记者在该中心病房看到,一名护理人员正小心翼翼地喂90岁的王奶奶吃饭。王奶奶得的是阿尔茨海默病晚期。随着脑细胞功能的全面萎缩,自理能力深受影响,就连最简单的吞咽也出现了困难。

[专家观点]

社会亟需加强专业性护理机构建设

复旦大学附属华东医院神经内科主任、中国老年医学会认知障碍分会副主委魏文石教授告诉记者,在80岁以上群体中,阿尔茨海默病在各种慢性疾病负担谱中高居第二位。

由于该疾病的家属和照护者承受了巨大的心理压力和体力负担,患

有高血压、睡眠障碍、焦虑和抑郁的比例显著升高,因此在该领域有一句话:几乎每一位阿尔茨海默病照护者最终都成了病人。

因此,在我国社会老龄化迅速进展、认知障碍群越来越庞大的严峻形势下,社会亟需加强针对阿尔茨海默

病的专业性护理机构建设,提高患者的生活质量,减轻照护者负担。在不同的疾病阶段针对不同的表现,给予优化的个性化照料,并有效结合专业性医疗机构治疗意见,实现真正的融合,才会给患者和家属及照护者提供最大化的获益。

电视 节目预告

九月二十一日 星期三
东方卫视

07:00 看东方
09:03 潮童天下
10:00 直播:人民之城融媒联播——宝山篇
11:12 连续剧:勇者无惧
12:00 午间30分
12:29 连续剧:流金岁月
15:25 连续剧:勇者无惧
17:26 名医话养生
18:00 东方新闻
19:00 新闻联播
19:34 电视连续剧:勇者无惧
21:20 今晚
新闻综合
07:00 上海早晨

09:02 连续剧:父母爱情
10:00 直播:人民之城融媒联播——宝山篇
11:05 民生一网通
12:00 媒体大搜索
13:05 连续剧:海之谣
16:35 媒体大搜索
17:29 新闻坊
18:30 新闻报道 新闻透视
19:15 东方110
19:45 连续剧:咱爸咱妈六十年
21:30 新闻夜线
体育频道
08:35 亲爱的,起床了
08:50 2021-22赛季 NBA 西部决赛:独行侠-勇士
10:00 弈棋要大牌-上海三打一
14:00 直播:上海杯象棋赛
16:06 2021-22赛季 CBA 联赛半决赛:

广厦-上海
18:00 弈棋要大牌
19:00 体育新闻
19:30 2022中超联赛第19轮:上海申花-广州城
20:05 2022ATP1000 蒙特利尔大师赛半决赛:布斯塔-埃文斯
21:15 五星足球-全民制作人
21:30 体育夜线
财经频道
07:00 直播:财经早班车
09:00 直播:市场零距离
12:00 直播:财经中间站
16:05 《创时代》
16:35 《中国经营者》
17:30 《首席评论》
18:00 直播:今日股市
19:00 直播:谈股论金
20:00 直播:公司与行业

21:00 直播:财经夜行线
22:00 《首席评论》
都市频道
08:20 嘎讪胡
09:33 开心全接触
10:04 X 诊所
12:31 人气美食
12:51 老好的生活
13:55 嘎讪胡
15:20 新老娘舅·我要问律师
16:21 人气美食
17:09 开心全接触
18:00 新老娘舅·我要问律师
19:00 嘎讪胡
20:02 人气美食
21:00 X 诊所
22:03 今日印象
(节目如有变化,以电视台播出为准)

刊登信息广告
投入小 收益大

新闻报社广告部
地址:威海路755号1310室
电话:22895230 63220547
邮箱:xwbsgg@163.com