

“变糊涂”的老年人需要更多关注

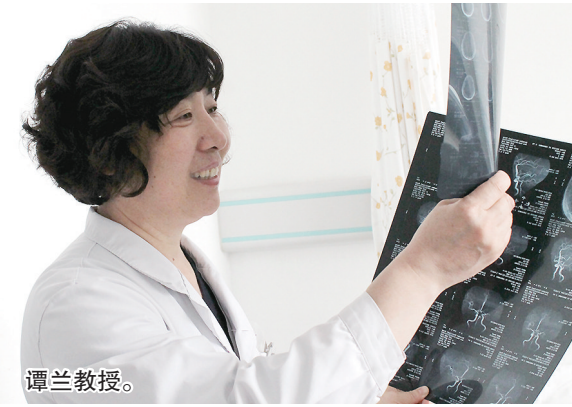
市立医院脑科中心主任谭兰教授团队与阿尔茨海默症患者家庭携手向未来

今天是世界阿尔茨海默病宣传日,主题是“知彼知己 早防早智——携手向未来”。每年的9月,阿尔茨海默症都会借助宣传日走进更多人的视野,其实在日常生活中阿尔茨海默症患者需要更多地被关注和关爱。多年来,市立医院脑科中心主任谭兰教授的团队致力于研究阿尔茨海默症,并制定出全球首个阿尔茨海默病(AD)循证预防国际指南,为众多患者带去了希望。在谭兰教授团队的帮助下,记者采访到了阿尔茨海默症患者家属,听他们讲述被时间困住的父亲、母亲。

父亲确诊一年,总忘记吃了什么

“我父亲62岁,确诊阿尔茨海默症一年了,目前生活一切正常,但是他的身边离不开人了。”王强(化名)是一名创业者,自从父亲确诊后,他需要抽出更多时间陪伴。王强告诉记者,就医前,他就发现父亲刚吃完饭很快就忘记了吃了什么,有时候出门买菜找钱会出错。到医院就诊,经谭兰教授诊断确诊为阿尔茨海默症。确诊后的日子,父子俩努力保持着积极乐观的心态,父亲脑海中的“橡皮擦”擦去记忆的速度并不快,这给了王强极大的安慰。“阿尔茨海默症还没有吞噬父亲的生活能力,我们的日子继续,亲戚朋友也不知道他生病了,只是感觉他整个人变得懒了许多,吃什么不记得了,找零钱也算不明白了。”王强努力为父亲提供高质量的陪伴,就像儿时父亲陪伴自己长大一样,还时不时拿出相册,和父亲一起回忆过去。“其实,我是阿尔茨海默症的高危人群,我的奶奶是阿尔茨海默症,现在父亲也确诊了,我们有家族遗传史,我患病的几率很大。”王强告诉记者,他查阅了大量的资料,对疾病已经有了自己的一套认知体系。

阿尔茨海默症的到来,最让患者家人难过的是,世界上最远的距离变成了我那么爱你而你却不认识我。说起老母亲的患病经历,周先生叹了口气。“去年这个时候,我母亲说话的思路都很清晰,过去的二十年身体很好,今年是她人生中第一次住院。”“起初,母亲的症状并不明显,结果确诊发现是中晚期。”周先生带着母亲去医院检查时,母亲还能喊出他的名字,确诊半年后,母亲



谭兰教授。

已不认识最爱的孩子们了。周先生告诉记者,母亲现在已卧床不起,现在请了专人照顾母亲,他每天下班后第一件事就是去看望母亲,希望能陪着她说话。

别把“老糊涂”不当回事

阿尔茨海默症(AD)就是人们常说的老年痴呆。全球约有5000万阿尔茨海默病患者,而我国就有1000万,数量居全球之首,预计到2050年,我国这一数字将突破4000万。阿尔茨海默症的发病人群主要集中在65岁及以上老年人。随着老龄化程度的加重,阿尔茨海默病成为我国乃至全世界老年人最重要的健康威胁之一。从谭兰教授门诊接诊的情况看,近年来出现认知障碍的老年人增多,平均每天接诊50余人,有7-8个为认知症患者,“老糊涂”开始引起了越来越多老人和子女的关注。

根据国家工作要求和青岛市卫生健康委员会工作部署,去年青岛市疾控中心在全市10区市建立11个筛查点,为60岁及以上老年人提供失能失智早期风险筛查和健康干预服务。青岛市疾控中心组织各筛查点使用国际通用的“简易精神状态量表”(MMSE)进行阿尔茨海默症早期筛查,对每位老年人实施一对一风险筛查服务。初步筛查结果显示,全市60岁以上老年人认知功能



谭兰教授团队为患者看诊。(资料图)

受损有痴呆风险的检出率为8%,其中80岁及以上达到18.3%,女性检出率高于男性,农村地区高于城市。

阿尔茨海默症咋预防

谭兰教授团队长期致力于阿尔茨海默症等疾病的一线临床工作和科学研究,已建立了一支优秀的临床研究团队和标准化的临床样本库,取得了系列创新性学术成果。复旦大学附属华山医院神经内科金泰教授临床研究团队联合包括青岛大学青岛市立医院谭兰教授在内的国内外多个研究团队,对现有研究证据进行系统回顾和荟萃分析,制定了全球首个AD循证预防国际指南,相关研究成果于2020年发表于国际顶尖杂志《英国医学杂志》子刊《神经学、神经外科学与精神病学杂志》。

AD预防指南形成的21条推荐意见中,包括:65岁以上人群应保持体重指数在一定范围内,不宜太瘦;多从事认知活动,如阅读、下棋等刺激性脑力活动;保持健康的生活方式,避免罹患糖尿病;保护头部,避免外伤;65岁以下人群应保持健康的生活方式,避免罹患高血压;避免直立性低血压发生;保持良好的心理健康状态;放松心情,平时避免过度紧张;早年应尽可能多地接受教育等。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波

城阳街道探索新型家庭抚育模式,持续优化医疗资源 全国首家启动“生命之初 1000天”家庭抚育行动

本报9月20日讯 近年来,城阳区城阳街道做实做细公共卫生与计划生育服务,以优生优育、提升生育意愿和居民健康为中心,以满足群众基本医疗服务需求和育龄家庭的难点问题为出发点,在全力做好当下疫情防控的基础上,致力于为居民提供便捷、贴心、专业、优质的管理服务。

城阳街道社区卫生服务中心设置了全科、国医馆、口腔科、计划免疫科、妇保科、儿保科等10余个业务科室,全力搭建便民服务平台。扎根基层,搭建了暖冬行动、老年人免费体检、失能半失能群体入户服务、学校健康保障、弱势群体帮扶、送医下乡等一个个服务平台,受益30000余人。服务中心还创新开展“互联网+护理服务”。

居民的需求在哪里,服务就延伸到哪里。服务中心不断从抓管理、优效能入手,全力开创健康惠民新局面。举办了以“优质服务、用心沟通”为主题的服务场景比赛,

将服务融入规范,引导医护人员文明用语、微笑服务,把握沟通技巧,增强沟通效果,改善服务态度,营造了“重沟通、学沟通、善沟通”的医疗服务环境。

为健全婴幼儿照护体系,街道在全国首家启动“生命之初1000天”家庭抚育行动,实施“家庭式”精准服务。在12个城市社区和8个农村社区率先开展“生命之初1000天”家庭抚育,免费为育龄家庭“孕、产、育”特殊周期妇女提供孕期指导、月子指导、母乳指导、家庭抚育、重点为0-3岁育龄家庭量身定制科学育儿培训指导,采取线上24小时育儿答疑解惑、线下“面对面”培训、入户个性化服务4次。此外,城阳街道积极响应国家省市区关于促进3岁以下婴幼儿照护服务发展的方针政策,破题趟路、大胆先行先试,推进“家门口”社区托育点,目前在城子社区等20个社区相继开展社区托育点。

(观海新闻/青岛晚报 记者 栾丕炜 通讯员 李晓君)

货车凌晨侧翻,消防员拆车救人

本报9月20日讯 20日凌晨4



消防救援人员在破拆车头施救。

时许,青岛高新区火炬路岙东路路口,一辆厢式货车侧翻后困住司机。汇智桥路消防站消防救援人员到场后发现,厢式货车侧翻后,车头严重变形,导致驾驶员腿部被卡住。消防救援人员利用液压剪扩两用钳破拆车门,随后不断扩开方向盘下方空间,同时与被困司机不断说话,让他保持清醒配合救援。

大约15分钟后,司机被夹住的腿部可以慢慢动弹,消防救援人员在急救人员的指导下,将司机从车内抬至担架,移交医护人员。目前,事故原因正在进一步调查中。(观海新闻/青岛晚报 记者 刘卓毅 通讯员 赵梓彤)

小猫被卡住,消防员“凿壁救猫”

本报9月20日讯 18日晚,青岛西海岸新区灵山卫街道漫山兰亭小区南区一栋别墅旁,一只猫咪被卡在了墙缝里。黄岛区星光岛消防救援站立即出动,实施救援。



消防救援人员拆开墙壁救出小猫。

猫被卡在别墅的外墙装饰板与墙之间的缝隙内。猫主人与住别墅的邻居协商确定了赔偿方案后,消防救援人员对别墅一楼的装饰板进行破拆,利用多功能撬棍将外墙装饰板撬出一定的间隙,确定猫的具体位置,然后破拆墙体,将猫救出。

据猫主人介绍,小猫刚到新家,不适应新的环境,趁主人不备溜出家门,躲进了邻居家墙壁的缝隙中,结果被困。(观海新闻/青岛晚报 记者 刘卓毅 通讯员 李清浩 高偲喆)

下班路上遇火情 小伙拎着灭火器冲上前

本报9月20日讯 近日,青岛地铁运营二

中心车辆维保部安全管理岗林蕾在驾车行至环湾路时,突然看见远处浓烟滚滚,他加速“追赶”火源,发现是一辆载有家具的货车发生火灾。他快速超车至前方,大声呼喊司机停车。货车停稳后,林蕾立刻下车,使用随身携带的灭火器灭火。经过几分钟扑救,火情得以控制,车上大部分家具得以保全且无人受伤。将火扑灭后,林蕾立即设置警示标识,并帮助司机分析起火原因,查找起火源,排查车上家具是否还存在易燃物品,避免再次起火。

林蕾没有向同事提及此事。直到公司收到司机送来的一封感谢信,他的救火行为才被曝光。“如果不是遇到了这位热心小伙,一旦火势扩大,后果想都不敢想。”信中,司机对林蕾见义勇为的行为表示感谢。

作为一名安全管理岗工作人员,在日常工作中,安全理念和风险控制意识已经深入林蕾的内心,也正是因为经常参加公司组织的消防培训和消防演练,才有了遇到火情不慌乱的“硬核”灭火操作。(观海新闻/青岛晚报 记者 徐美中)

天气预报

今天	明天
晴	多云
19℃~22℃	16℃~23℃
明天 多云	14℃~24℃
19℃~22℃	15℃~24℃
明天 多云	13℃~22℃
19℃~22℃	14℃~25℃
	17℃~23℃

彩票开奖

双色球第2022109期
04 11 13 19 22 33+11
福彩3D第2022253期
3 2 7