

守护“老小孩” 让遗忘“更慢一些”

专家揭秘阿尔茨海默病20年干预窗口期 新型单抗药物为早期患者带来希望

你知道吗？全世界每3秒就会增加一名阿尔茨海默病患者。他们是可爱的“老小孩”，被困在时间的迷宫里；他们是“时光旅人”，徘徊在过去和现在的十字路口。阿尔茨海默病俗称老年痴呆，是一种神经系统退行性疾病，患者会出现记忆力减退、语言障碍、反应迟钝、迷路、精神行为异常等现象。据了解，随着我国人口老龄化的加剧，老年期痴呆患病率总体呈上升趋势。在60岁以上的老年人群中，年龄每增加5岁，患病危险度会增加1.85倍。9月21日是世界阿尔茨海默病日。记忆力下降就是阿尔茨海默病吗？阿尔茨海默病如何防治？家庭和社会如何更好地给予关心帮助？记者进行了相关采访。

一名会计的数字世界崩塌

在市立医院东院神经内科病房，85岁的陶奶奶正专注地看着窗外。当她转过头来时，那双明亮的眼睛让人难以相信这是一位阿尔茨海默病患者。“打完第一针后，她自己跟我说脑子可清醒了。”女儿王女士欣慰地告诉记者。

陶奶奶曾是一名优秀的会计，与算盘和账本打了一辈子交道。然而，就在一年前，她开始发现自己的数字世界出现了奇怪的变化。“妈妈突然不会计算简单的收支了。”女儿王女士回忆道，直到一次偶然的机会，王女士听说市立医院脑科中心主任谭兰团队在认知障碍诊疗方面很有建树，才带着母亲前来就诊。

“我们最初只是想来打点营养针，营养一下脑子。”王女士坦言，当时对阿尔茨海默病几乎一无所知，“就像很多人一样，我们认为老年痴呆就是自然衰老的一部分。”谭兰团队为陶奶奶安排了系统检查，包括血液检测、CT扫描和详细的神经心理学评估。结果显示，陶奶奶脑内的Aβ蛋白异常沉积，海马体明显萎缩，符合阿尔茨海默病的诊断标准。“但幸运的是，患者还处于早期阶段，这意味着她能够从最新的靶向治疗中获益。”谭兰表示。

治疗团队建议使用多奈单抗——一种能够清除脑内Aβ蛋白斑块的新型单抗药物。第一针后的变化令人惊喜。“打完第一针后的第七天，妈妈突然对我说：“‘我的脑子好像雾散了’。”王女士激动地回忆道，“她居然自己意识到认知状况改善了！”然而，第一针的效果在一周期后有所波动。“好像又有点模糊了。”陶奶奶当时这样描述自己的状态。但这种波动是正常的，谭兰表示，“斑块清除需要一个过程，不是一蹴而就的。”

随着第二针、第三针的治疗，陶奶奶的改善越来越稳定。“最明显的是情绪变化，以前她因为找不到东西会大哭大闹，现在能平静地接受帮助了。”王女士表示。

谭兰介绍，阿尔茨海默病实际上是一种与年龄相关的神经退行性疾病，而非简单的“老糊涂”。“这个疾病在临发病前已有长达18—20年的病理改变过程，这意味着我们有很长的干预窗口期。”谭兰表示。

关于治疗选择，谭兰介绍了目前的两种途径，“一是对症治疗，如多奈哌齐、美金刚等药物可以改善症状；二是对因治疗，如单抗类药物可以直接清除脑内的病理蛋白。”

谭兰表示，“最近的研究进展给患者带来了新希望。两种单抗药物——仑卡奈单抗和多奈单抗，能够靶向清除Aβ蛋白。影像学检查可以清晰显示用药后患者脑内斑块的减少情况。”对于预防，谭兰建议关注危险因素，“高血压、糖尿



谭兰(右二)带领团队进行科研攻关。院方供图



谭兰(左一)在门诊了解患者病情。院方供图

病、高血脂、吸烟饮酒等都是危险因素，而多学习、多锻炼、地中海饮食等则是保护因素。”

让中国数据走上世界舞台

在医院认知障碍病房里，还有许多类似的故事。一位退休教师正在重新学习认字，一位老工程师尝试着搭建简单的模型。他们都在与时间赛跑，试图找回被疾病带走的技能和记忆。“每个患者背后都是一个家庭的故事，我们看到的不仅是疾病的治疗，更是无数个家庭的希望与坚持。”谭兰表示。

我国研究团队建立了临床数据库和队列研究（包括CABLE队列、睡眠队列和AD队列），通过长期跟踪寻找生物标记物，早期发现疾病变化。团队还参与国家脑计划，建设社区队列，建立中国人自己的数据库。“我们不能老是跟着外国人跑，要有自己的东西。基于大队列寻找危险因素和干预靶点，然后将研究成果推到社会层面，让老百姓知道如何预防和延缓痴呆的发生。这些工作已经取得国际认可，我们把一个科学的高大上研究推到老百姓这个层面，实际是非常有益的。”谭兰表示。

在治疗过程中，家庭支持至关重要。谭兰分享了一个感人案例，“一位住在市北区台东的小伙子，他的母亲原来

是工人，非常活跃且对家庭有爱心。父亲去世后，母亲出现了情绪问题和记忆力减退。小伙子非常用心，陪伴母亲及时来就诊，我们也是非常用心地管理患者，病情进展就相对慢，而且生活质量也相对高。”

随着我国人口老龄化加速，阿尔茨海默病的防治工作面临巨大挑战。但与此同时，科学的进步也带来新的希望。“从诊断技术的精准化，到治疗方法的多样化，我们正在进入阿尔茨海默病防治的新纪元。重要的是提高公众认知，实现早诊早治。”谭兰表示。

对于正在面对阿尔茨海默病的家庭，谭兰建议，“家属不要隐瞒病情，不要独自承担，尽早寻求专业帮助，同时也要照顾好自己。只有照顾者保持良好状态，才能更好地帮助患者。”从陶奶奶的故事中，我们看到了阿尔茨海默病防治的新希望——早期诊断、精准治疗、家庭支持和社会关注共同构成了对抗这个疾病的有力武器。

未来，研究团队将聚焦于治疗靶点的寻找。谭兰表示，“团队发现了许多新的研究方向：通过队列研究，我们参与国家脑计划，就社区队列的建设，第一个建立中国人的数据库。最终目标是：以我们中国的数据、中国的声音，最大程度地让我们中国的老百姓知道应该怎么办，未来我们应该做什么不做什么。”

阿尔茨海默病防治的新纪元

随着科研进步和政策支持，阿尔茨海默病不再是无药可医的“不治之症”，而是成为了一个可防可控的慢性疾病。从陶奶奶的重获清醒，到靶向药物的不断创新，再到医保政策的预期调整，无数患者和家庭迎来了新的希望。专家强调，“老百姓确实应该提高警惕，在家庭里一定要早期发现患者。如果你的家族当中有这样的患者，你就要提高警惕，早一点发现这些早期症状的端倪，早一点到专业的队伍去就诊，我们可以最大程度延缓和干预。”

在这个老龄化加速的时代，阿尔茨海默病的防治不仅关乎个体家庭，更是全社会需要共同面对的健康挑战。随着认知提高、技术进步和政策支持，我们正在步入阿尔茨海默病防治的新纪元。

未来的挑战与希望

随着我国人口老龄化加速，阿尔茨海默病的防治工作面临巨大挑战。但与此同时，科学的进步也带来新的希望。“从诊断技术的精准化，到治疗方法的多样化，我们正在进入阿尔茨海默病防治的新纪元。重要的是提高公众认知，实现早诊早治。”谭兰表示。

对于正在面对阿尔茨海默病的家庭，专家建议，“不要隐瞒病情，不要独自承担，尽早寻求专业帮助，同时也要照顾好自己。只有照顾者保持良好状态，才能更好地帮助患者。”从陶奶奶的故事中，我们看到了阿尔茨海默病防治的新希望——早期诊断、精准治疗、家庭支持和社会关注共同构成了对抗这个疾病的有力武器。

在这个老龄化时代，阿尔茨海默病不再是一个家庭的“难言之隐”，而是需要全社会共同面对和解决的公共健康问题。从一个个像陶奶奶这样的患者故事中，我们看到了人性的光辉，也看到了医学的力量，更看到了爱与陪伴的治愈能力。

青岛早报/观海新闻记者 徐小钦



扫码看视频