

阿尔茨海默病不可逆 但可早发现、早干预

宁波大学附属康宁医院构建全病程服务体系

9月21日是世界阿尔茨海默病日。

阿尔茨海默病不可逆,但并非无计可施。宁波大学附属康宁医院老年心理科自1999年成立以来,持续深耕老年期痴呆及认知障碍的预防、诊疗、康复、护理与研究。

近日,记者采访了该院老年心理科大科主任郑成应、老年心理科大科护士长王伊娜,听他们讲述阿尔茨海默病诊疗和照护背后的故事。

关于诊断

去看、去听、去聊 病情都在细节中

阿尔茨海默病早期症状隐匿,容易被忽视。在宁波大学附属康宁医院,医生很少用固化的标准或完全依赖影像技术去判断。“去看、去听、去聊,病情都在细节中。”郑成应说。

郑成应曾接诊过一位80多岁的老人。她有一双儿女,女儿与她同住,儿子定居外地,每半年来看望她一次。有一次,儿子回家看望母亲时,觉得母亲有些变化,但与母亲朝夕相处的女儿并不这么认为。

她觉得,老人每天的生活与往常一样。锻炼、买菜、烧饭、与邻居闲聊,并无明显异常。一番讨论后,儿子暂时放弃了带母亲就医的想法。

又过了半年,儿子回家时依然觉得母亲不对劲,虽然还是说不出个所以然,但还是决定带她到康宁医院看看。

问诊中,女儿突然想起一件事:“上次妈妈去买菜,忘记拿回

要找的零钱就回家了。”

“妈妈以前是做财务的,怎么会漏拿找回的钱?”儿子更加疑惑。

测评后发现,老人的计算能力与自身应有的能力相比有所下降。郑成应从认知角度判断,老人可能患上了阿尔茨海默病。

郑成应介绍,他们在做评估时是纵横结合的:纵向,和老人以往能力比;横向,和同龄人应有的能力比。只要发现其中一种能力有下滑趋势,就要提高警惕。

“这个老人是会计出身,以前很会算账,现在这个能力突然下滑了,这就是一种病态。临床要做的就是延缓认知下降的趋势。”郑成应说。他们和老年患者打了近30年交道,经验都是从一个患者身上积累出来的。“我们不是单纯地询问症状,再拿症状去和疾病对号入座。我们要做的是比较,不光和患者聊,还会和家属聊。然后结合影像学等检查,基本就能作出诊断。”

关于治疗

抽丝剥茧找病因 “从人出发”对症下药

在郑成应眼里,没有特别棘手的病人,只有还没有找到病因的病人。他接诊过一位80多岁的老先生,总是打他的妻子,不明原因。

一开始,患者因精神行为症状接受治疗,但症状没有改善。郑成应一看,感觉不是单纯暴力:“他打人专打‘老太婆’,其他人也不打。”他决定从老两口的关系着手。

郑成应单独和他妻子聊,问夫妻关系。他妻子说,夫妻关系挺好,没什么矛盾。就是有一点奇怪:以前分床睡,这样有助于彼此睡眠;现在老爷子总喜欢黏着她睡,要求过夫妻生活。

郑成应一下子发现了老先生“打人”的原因:“阿尔茨海默病可能引起本能活动亢进。”他建议家属不要给老人吃太多补品,再配以对症药物,症状就会自然缓解。

“我们不是单单根据表面症状来治疗的,而是从各方面抽丝剥茧找到病因,再对症下药。”郑成应说,如果只因为暴力行为就给他吃精神类药物,不仅治不好,还会耽误病情。

在宁大附属康宁医院,认知训练也是如此。比如很多人都知道,打牌、打麻将有助于认知,让大脑得到训练。对于喜欢打牌的人,打牌会促进脑啡肽生成,产生兴奋感,从而起到保护大脑的作用。但如果不喜欢,这些行为就是机械行为,对认知没有什么帮助。

“任何诊断,任何治疗,我们都是从人出发,而不是简单根据书上的标准去做。这就是我们作为精神专科医院近30年来深耕积累的底气。”郑成应说。

多年来,该院老年心理科在老年认知障碍领域持续深耕:2003年成立宁波市老年康复护理中心,2013年开展失智症老人关爱项目;2017年成为浙江省老年期痴呆诊治联盟单位;2021年挂牌宁波市失智症医学诊治中心;2023年通过国家高级认知中心建设单位评审和国家脑健康与认知障碍规范化诊疗示范中心授牌;2025年挂牌全国老年期痴呆全病程服务协作网市级指导单位。综合实力达国内先进水平。



▲郑成应进行科普讲座。 通讯员供图

►王伊娜(右二)与老人交流。 通讯员供图



关于护理

非药物护理很重要 同理心是“良药”

阿尔茨海默病患者的照护,离不开护士的精心护理。宁大附属康宁医院老年科病房收治着各种症状的患者,有的整天想找出口回家,有的不肯吃药吃饭,有的有冲动、自伤风险,护理尤其需要耐心和同理心。

王伊娜说,失智老人护理不好,病情进展会很快:不吃饭会导致营养不良,营养不良会引发衰弱肌无力,进而增加跌倒等意外风险,因此在照护方面,每一个护士都不敢含糊。

她记得一位80多岁的男性患者,在养老院跌倒后进行了手术治疗,而后卧床,吵闹、整夜不眠,认知功能迅速下降。后来,被送到宁大康宁医院治疗。住院时他整夜不睡,说子女不孝顺,不肯吃饭,有被害妄想,还不听劝到处走动,影响伤口愈合。

这样的老人,单靠打针吃药不够,非药物治疗和同理心很关键。比

如老人说东西丢了,护士会顺着说:“你东西丢了啊?是不是现在很着急啊?我们去查查监控,我肯定给你找到。”他不肯吃饭,护士就问他想吃什么,尽量给喜欢的食物,不责怪。

医院有专业的护工团队,照护会更有技巧。“老人已经生病了,没必要跟他争对错,顺着他比逆着他更有利于恢复。”王伊娜说。

此外,医院也关注老人的精神康复。这类老人常有自卑感,稍好一点又担心回养老院、被子女抛弃。因此,病房里安排了不少人文活动:生日时和家属一起庆生,促进家人关系;还有认知团体、怀旧团体、手工、艺术活动,帮老人找到自我价值。

王伊娜说,非药物治疗能帮老人缓解情绪、提高社会适应能力。科室强调医护融合,为老年患者提供全程全方位的温暖护理。

关于全病程管理

出院不是终点 居家护理一刻不松懈

从失智早期筛查、预约入院到个性化护理,老人在院内能得到全方位照料;出院后,医院也不会放手不管。

王伊娜说,出院后7天内,医院会电话回访,必要时提供上门服务。家属在“互联网+护理服务”下单后,专业护理师可提供特色居家护理服务,如失智老人家庭环境安全评估及改造、老年人认知能力及自理能力评估、失智老人认知功能训练等,让居家老人也能得到好的护理效果。

医院也清楚,阿尔茨海默病患者非常需要家属陪伴和关心,而老人的需求有时会羞于向子女表达,这时,护士便成了最好的桥梁。比如,有位阿姨来自农村,从没画过

画,子女觉得她不懂艺术,但在医院时,她每次参加绘画、手工活动都很感兴趣。所以出院访谈时,护士会建议子女多给这位阿姨安排这类活动,或在家里设置绘画、涂鸦区域。

“阿尔茨海默病不可逆,但情绪可以缓解,记忆可以训练,生活也可以尽量保持自理。”王伊娜说。

目前,宁波大学附属康宁医院构建了“预防—筛查—诊断—治疗—康复—照护”全病程服务体系,形成“家庭—社区—养老机构—医院”四位一体医养结合模式,显著提升了区域老年认知障碍防治能力。“我们会继续用专业与温度,为失智老人和家庭撑起一张贯穿全病程的支持网。”王伊娜说。

记者 林桦 通讯员 张瀛