



仅一家医院一年筛查出的老年痴呆患者就有上万人 不妨带老人做个记忆体检

最新的人口普查数据显示,我国65岁以上老年人达到1.91亿人,占比13.5%。数字很宏观,而北京中医药大学东直门医院记忆门诊主任时晶则有更直观的感受——老年痴呆患者越来越多了。10年前,医生要走出门去找患者,现在,仅东直门医院一年筛查的老年痴呆患者就有上万人。

老年痴呆是仅次于心脑血管病的健康杀手,时晶建议子女要多加留意,一旦父母出现记忆力减退的情况,应及时带他们来记忆门诊,做一次“记忆体检”。

判断是否患病 不能随意下结论

东直门医院病房楼二层,有间不起眼的“神经心理学测评室”,两台电脑、几张桌子、几把椅子便是全部“家当”。

来自平谷区的孙女士正在电脑上做着一道连线测试。看着妈妈眉头紧皱地答题,女儿小许的心里很不是滋味。她发现最近妈妈总犯糊涂,房门经常忘了关,关了门又把钥匙落在家里,电视开得很大声,生活乱了套。一个小时后测评结束,成绩21分,孙女士被初步判定为轻度阿尔茨海默

病。

认知筛查是“记忆体检”最核心的环节。东直门医院在门诊和病房各设了一间心理测评室,每个人的测评时间至少1个小时,“认知筛查是非常专业的医疗行为,是正常衰老下的记忆力下降?还是老年痴呆的一个发展阶段?需要通过专业的认知量表来区分,绝不仅是聊聊天就能下结论的。”时晶解释。

进行认知筛查前,测试者还需要做几个辅助检查,比如头颅

核磁以判断海马体是否萎缩,通过血液检查来排除有没有严重的贫血、微量元素是否缺乏等。此外,还要了解代谢情况。“结合身体检查和认知筛查,医生才能回答两个问题:是不是痴呆?如果是,属于什么类型?”时晶说,老年痴呆的类型很多,包括阿尔茨海默病、血管性痴呆、额颞叶痴呆、路易体痴呆等,一次认知筛查就像一场考试,高一分低一分都可能影响诊断结果,这是个复杂的过程。

诊断患病轻重 捕捉“蛛丝马迹”

在东直门医院记忆门诊,患者刘女士正在“画手表”。副主任医师魏明清要求的时间是10点40分。画完一个圆后,刘女士慢慢标上各个时间点,可在最后画时针分针的时候“卡壳”了。

“画手表是一个非常简单便捷的判定方法,轻度患者可能分不清长短针,中重度的可能连12个数字都不知道要标在哪里。”

如何判断老年痴呆的轻重程度?时晶介绍,老年痴呆的发展有个基本的路线,先损伤的是记忆,然后是语言、视空间,最后才

是执行能力。

门诊里,魏明清经常让患者算一些简单的数学题,比如大于3小于5的数字是多少,这类简单的问题往往会难倒一群老人,“因为他们已无法理解这种语言的意思。”另一个表现是,有的老人跟家人聊天的时候想喝水,可指着一个杯子却说不出话来,因为想不起来“杯子”这个词。

“不少家属跟我抱怨,说老人经常不敲门就跑到自己房间来了,特别尴尬。其实这是视空间定位出现问题。”魏明清说,出现

这种情况时往往疾病已经进展到中度,有些老人甚至在家里都找不着卫生间。

记不住事、说不清字、找不到地儿,最后带来的是执行力大幅下降,有的患者甚至做不出几十年来常做的饭菜。对于痴呆病情的轻重程度,从医30多年,时晶积累了不少让患者露出“蛛丝马迹”的好办法,比如会让患者复述刚刚说完的一段故事,或者突然问讲过的内容,或是让患者试着伸一下舌头。“事实上,不少痴呆患者很难完成伸舌头的动作。”

对付老年痴呆 家庭配合更重要

每天接诊的患者不计其数,但最让时晶心疼的是那些坐在面前不愿说话、暗自神伤的老人。“目前治疗老年痴呆的药物种类很有限,明确诊断后往往需要家庭的配合。如果家属放弃,患者的认知下降非常快。”

门诊里,田女士正笑着跟时晶打招呼。“现在闺女可听话了,每天下班后都跟我打打牌,女婿

回来,我们还有机会打打麻将。”听到这话,时晶不住地点头赞同。培养患者兴趣爱好,对于缓解老年痴呆很有好处。时晶说,痴呆老人会有情绪的反复,有时可能还会莫名其妙发脾气,这时最怕的就是淡漠。“有的家属干脆把老人往电视前一‘放’就不管了,其实老人根本就没有在看电视,电视演了什么,多半老人都答不

上来。”此外还需要让患者处在相对平稳和安全的环境中。时晶说,不建议此时搬家或者进行长途旅游。

在记忆门诊,时晶看到过太多因为没有及时诊断而慢慢丧失生活能力的老人。为了避免遗憾,她建议65岁以上的老人,每年都要进行记忆体检。

(北晚)

全球面临人口达峰与老龄化挑战

受低出生率、人口预期寿命增长等因素影响,世界人口增速近年来持续放缓,多国人口达峰及老龄化问题日益突出。

人口问题有多严重

2018年,全球65岁及以上人口超过了5岁以下的儿童人口,这是有史以来的第一次。

联合国经济和社会事务部2019年发布的人口展望报告预计,到2050年人口达峰并开始持续下降的国家或地区数量将增至55个;同期,世界人口老龄化加剧,65岁及以上人口占比将从目前的约9%增长到16%,成为增长最快的年龄组,届时欧洲和北美地区65岁及以上人口将占总人口的四分之一。

报告显示,到2050年,一半的世界新增人口将集中在印度、尼日利亚、巴基斯坦、刚果(金)、埃塞俄比亚、坦桑尼亚、印度尼西亚、埃及、美国等国家,而越来越多的国家人口或将减少,或增长缓慢。

考虑到老年人口在医疗、养老、护理、保险等方面的需求,在发达国家,深度老龄化抬升养老金支出占GDP的比重,日本为9.4%,意大利为16.2%,法国为13.9%。随着全球人口老龄化程度日渐加深,延迟退休成为有效应对人口老龄化的重要选项。

适老产业空间巨大

老龄人口规模稳步扩大是经济社会不断向前发展的自然结果。越来越多的经济体在应对老龄化挑战时力争将其转变为机遇。英国智库牛津经济研究院进行的一项关于欧盟“银发经济”的研究报告认为,如果应对得当,人口老龄化可能带来经济增长和就业机会。

基于对50岁以上人口从住房到娱乐的各种商品和服务开支的调查,有报告预测,到2025年,欧洲“银发经济”对GDP的贡献将达到6.4万亿欧元,创造8800万个就业机会。这相当于欧盟GDP的32%和欧盟就业的38%。

中国60岁及以上人口超过2.64亿,同样蕴藏巨大消费潜力。有机构预测,2021年中国“银发经济”产业规模可达5.7万亿元。

然而,目前市场上针对老年人的产品和服务仍然有限,牛津经济研究院的报告指出,人口结构正在变化,消费者需求也在变化,对于这些变化对市场带来的深度影响,相关产业和服务提供商反应迟缓。

在世界人口增长放缓、多国人口先后达峰的背景下,应对人力资源不足,产业变革势在必行。

人工智能技术的应用可以在相当大的程度上缓解劳动力规模下降带来的潜在问题,实现制造业等领域的自动化是一大趋势。美国经济学会此前发布的一份研究报告认为,机器人和人工智能有望抵消劳动力老龄化带来的负面影响。

(老年生活报)