

关于阿尔兹海默症，你了解多少？

▲ 广西壮族自治区玉林市第二人民医院 邓鹏飞

老年群体中一个发病率较高的疾病就是阿尔兹海默症，诱发该疾病的因素较多，且具有复杂性特点。当患上阿尔兹海默症以后，基本无治愈的可能。所以，应全面了解和掌握与该疾病有关的知识内容，最大限度降低疾病给患者日常生活带来的影响。

什么是阿尔兹海默症

所谓的阿尔兹海默症就是俗称的老年痴呆症，其属于临床中一种渐进性大脑功能衰退性疾病。大脑皮层的神经元老化、脑血管疾病、遗传因素等都属于诱发该疾病的主要因素。对于阿尔兹海默症患者来说，其脑组织内一般会有β-淀粉样蛋白(Aβ)斑块和神经纤维缠结等异常的蛋白质沉积存在。并且，这些沉积的异常蛋白质会导致患者自身的神经元发生退行性变化，进一步损害患者的神经元。现阶段，临床中尚未研发出特效针对性的治疗方案，仅能通过治疗延缓病情发展的速度。所以，对于阿尔兹海默症患者来说，最佳的方式就是早发现、早治疗。

阿尔兹海默症的临床表现

痴呆前阶段表现 通常临床中阿尔兹海默症属于一类发展性的疾病，该疾病尚未发

展至“阿尔兹海默症”前，临床医学中将其此时的状态称之为痴呆前阶段。此时，患者所表现的症状具有一定的隐匿性特点，如记忆、语言、逻辑思维等方面的能力水平出现一定程度的降低，但不会使正常的生活受到影响。

早期临床症状 处于该时期内的患者记忆力会出现明显的衰退表现，易遗忘为典型的症状表现。在此过程中，患者经常会出现遗忘刚发生事情的情况。同时，患者视空间也会存在障碍问题，主要体现在突然无法找到回家路的情况。另外，患者的逻辑也会出现障碍表现，一些患者会在面临较为复杂或陌生的环境、事情及事物时出现消极的情绪。甚至会有脾气暴躁、多疑、自私等方面的表现，并伴有不爱整洁、疏于打理的情况。

中期临床症状 与早期患者相比，处于该时期的患者症状会进一步加剧，记忆会出现严重衰退的情况。此时，患者会将自身已经具备的知识技能所遗忘，如穿衣、洗脸等，部分患者甚至会有失认的情况。同时，视空间障碍也会进一步加重，患者此时已基本无法找到自己所居住的房间。另外，语言重复、计算能力降低、失语等都是患者逻辑思维障碍加重的表现。而在情绪方面，患者常出现

两种极端，即沉默寡言或语言增多。日常生活中，患者的人格也会发生变化，如丧失羞耻感，进而做出随地大小便等行为。此外，一些患者还存在幻听、幻视等症状。

晚期临床症状 处于该时期的患者自主生活能力已经彻底丧失，记忆力、语言功能也完全失去、当面对人和物时，会表现出极度的冷漠。同时，患者会发生吞咽困难、大小便失禁、瘫痪等情况。久而久之，极易会诱发肺部感染、尿路感染、器官衰竭等全身性疾病，进而因并发症而死亡。

阿尔兹海默症的诱因

现阶段，临床中尚未彻底明确诱发该疾病的主要因素，但根据研究可以知道，年龄、遗传、性别以及基因等都属于该疾病发生的常见危险因素。其中，普遍认为年龄是引发阿尔兹海默症的最大风险因素。随着年龄的增长，患者患上阿尔兹海默症的风险逐步升高。但并非所有年龄大的人群都会患上该疾病；若是父母、子女、亲兄弟姐妹等一级家属内存在阿尔兹海默症的患病情况，则其自身患病风险大幅度升高；根据流行病学的调查研究可知，同男性群体相比，女性群体患上该疾病的概率明显较高；现阶段，

发现同阿尔兹海默症有关的几种特定异常基因主要包括：早衰蛋白1、早衰蛋白2、淀粉样前体蛋白、载脂蛋白基因等。

阿尔兹海默症的防治

现阶段，临床中对患者进行治疗时主要对卡巴拉汀、多奈哌齐、加兰他敏、他克林等胆碱酯酶抑制剂进行使用，其能够使患者神经递质水平全面提升，进而使突触传递加速。通常此类药物常用于对轻度和中度患者的治疗中，能够使病程发展得到延缓。而在对中度和重度患者进行治疗时，主要对美金刚等N-甲基-D-天冬氨酸受体拮抗剂进行使用，其可以使患者认知功能障碍得到改善。

日常预防疾病时，需要对血压、血脂、血糖等水平加以严格地控制。饮食中减少胆固醇、脂肪的摄入量，并避免对铝制品进行使用。另外，每天需要开展适量的体育锻炼，经常开展读书、绘画、书法等活动，以此活跃大脑。同时，积极参与社交活动，养成不吸烟、不酗酒、不熬夜的良好习惯。

综上所述，即便当前无法将阿尔兹海默症彻底治愈，但能够借助药物延缓疾病发展，同时，通过调整日常生活实现对疾病的预防。

急性中毒的急救与救援

▲ 广东省湛江农垦第二医院 俞龙

在我们的日常生活中，有时会遇到各种意外情况，其中急性中毒是一种常见的紧急情况。无论是食品、药品还是其他物质的中毒，如果得不到及时有效的急救与救援，可能会对生命健康造成严重威胁。本文将介绍急性中毒的急救与救援方法，帮助大家遇到类似情况时能够正确应对。

中毒原因与症状

急性中毒的原因多种多样，常见的包括误食有毒物质、药物过量、吸入有毒气体等。中毒症状也因中毒物质的不同而有所差异，轻则表现为恶心、呕吐、头晕等不适，重则可能导致意识模糊、呼吸急促，甚至死亡。因此，对于任何异常的感官或身体反应，我们都应保持警惕，及时寻求帮助。

急救措施

脱离中毒环境 一旦发现有人中毒，应立即将患者移至空气新鲜的地方。对于呼吸受阻的情况，应打开门窗，或使用通风设备如风扇、空调等设备增加空气流通。

催吐 如果中毒时间短，尚未吸收，可以通过刺激咽喉部进行催吐。但需要注意的是，对于已经吸收并进入血液循环的毒物，催吐效果有限。

紧急送医 尽快将患者送往医院接受专业救治。在途中，注意保持患者呼吸道通畅，避免呕吐物阻塞呼吸道。

解毒药物 根据中毒的种类，使用相应的解毒药物。但需要注意的是，并非所有毒物都有特效解毒药物，因此最重要的是及时就医。

救援与应对策略

社区救援队 社区救援队通常配备有基本的急救设备和药品，能够提供初步的急救处理。他们还能提供中毒事件的初步报告和

后续处理建议。

医院 大型医院通常设有专门的急诊科和中毒救治中心，能够提供专业的急救和救治服务。医院还配备有专门的解毒药物和设备，能够处理各种中毒情况。

公众教育 提高公众对急性中毒的认知水平非常重要。通过开展相关教育活动，使公众了解常见的中毒原因和症状，学会基本的急救措施，能够在遇到类似情况时正确应对。

法律法规 建立健全的法律法规，对于有毒物质的管理和标识有着重要的意义。通过法规的制定和实施，可以有效减少因误食或误用有毒物质而导致的中毒事件。

警戒标识与宣传 在可能存在中毒风险的地方设置警戒标识，并对公众进行宣传教育，提醒大家注意防范。例如，对有毒的植物、药品等物质进行明确的标识和隔离，提高公众的警觉性。

急性中毒是一种常见的紧急情况，需要及时的急救与救援。了解中毒的原因和症状，掌握基本的急救措施，对于保护公众健康具有重要意义。社区救援队、医院以及公众教育等手段，共同构成了应对急性中毒的完整体系。通过加强法律法规的制定和实施，提高公众的认知水平，我们能够有效地减少急性中毒事件的发生，保障公众的健康安全。



重症脑外伤康复治疗最佳方案

▲ 深圳市第二人民医院 李雅薇

脑外伤是一种严重的创伤，不仅会影响患者的身体健康，还会影响其生活质量。康复治疗是脑外伤康复过程中的重要组成部分，可以帮助患者恢复身体功能，提高生活质量。康复治疗包括物理治疗、作业治疗、言语治疗、心理治疗等多种形式，需要根据患者的具体情况进行选择。

康复治疗的最佳方案

物理治疗 物理治疗是康复治疗的基础，包括关节被动运动、肌肉按摩、助力运动等。在脑外伤康复初期，需要进行适当的关节被动运动，以避免关节僵硬和肌肉萎缩。随着患者的恢复，可以进行适当的肌肉按摩和助力运动，以促进肌肉力量的恢复。

作业治疗 作业治疗包括日常生活活动训练、手功能训练、认知行为疗法等多种形式。在脑外伤康复的中期，患者需要逐渐进行日常生活活动训练，以适应家庭和社会的环境。手功能训练和认知行为疗法可以帮助患者恢复手部功能和情绪状态，提高生活质量。

言语治疗 言语治疗是针对脑外伤引起的言语和语言障碍的康复治疗。通过语言训练、阅读训练、交流技巧培训等手段，帮助患者恢复言语和语言能力，提高交流能力。

心理治疗 脑外伤会给患者带来巨大的心理压力和心理障碍，需要进行适当的心理治疗。心理治疗包括认知行为疗法、心理支持等多种形式，可以帮助患者调整心态，减轻焦虑、抑郁等情绪，提高康复信心。

康复治疗的注意事项

康复治疗需要耐心和持久地努力，不能急于求成。患者需要逐渐恢复身体功能，不能过度运动或训练，以免造成损伤或加重损伤。

康复治疗需要结合患者的具体情况进行

选择和调整。不同的患者有不同的身体状况和恢复情况，需要根据具体情况选择合适的康复治疗方法，并进行个性化的调整。

康复治疗需要家庭和社会的支持。脑外伤患者需要长时间的治疗和康复，家庭和社会的支持可以帮助患者更好地适应家庭和社会的生活，提高生活质量。

患者在康复过程中需要保持积极的心态和信心，积极参与康复治疗，配合医生的治疗建议。同时，需要避免过度劳累和精神紧张，以免影响康复效果。

总之，重症脑外伤康复治疗是一个复杂而漫长的过程，需要结合患者的具体情况进行选择和调整，制定个性化的康复治疗方案。通过物理治疗、作业治疗、言语治疗、心理治疗等多种形式的康复治疗，可以帮助患者逐渐恢复身体功能，提高生活质量。同时，家庭和社会的支持也是患者康复的重要因素。患者在康复过程中需要保持积极的心态和信心，积极参与康复治疗，才能取得更好的康复效果。

