

失智老人精神行为异常的应对措施

▲ 雅安市第四人民医院 张培书

随着我国人口老龄化的加剧，老年人口在不断增多，随之而出现的问题也越来越多。比如大量失智老人的出现，不仅给老人的晚年生活带来诸多不便，也影响了家人的生活。

失智症又称痴呆症，常常发生在老年人这一群体身上。它是一种由于脑部受到伤害，或者疾病因素的影响，而造成认知功能逐渐出现退化的疾病，这种退化的速度要比正常的老化速度快一些。失智症患者的记忆、注意力、语言、分析能力都会受到很大影响，如果病情严重，还会发生人和物体无法辨别的情况。失智症根据疾病成因的不同，大致分为可逆与不可逆两种。大多数失智症患者都是不可逆的，只有约一成左右的患者病情是可逆的。

1、失智症的症状

老人失智症是最为常见的一种类型，

它的学名叫阿兹海默氏症。这种病最初的典型表现就是记忆障碍，患者常常会不记得刚发生的事情，但是对于很久之前的记忆，在发病初期却是不会遗忘的。

失智症影响患者的语言能力、理解能力、反应时间、短期记忆、简单物体的辨别能力、执行能力等等很多方面。失智症的症状也表现在患者行为、人格等方面的变化。不少确诊失智症的患者，在初期一般会出现明显的混淆症状，分不清人物与事物。大多数患者都会出现精神错乱的情况。通过精心的护理，如陪伴患者、改善生活环境以及饮食调整都可以缓解此类病症。精神类药物也能够帮助患者稳定情绪、减少妄想行为的发生。但是药物并不能使脑部的退化得到控制。此外，失智症的患者也会患有一定程度的抑郁症，这就需要专业的心理医师进行疏导治疗。

3、失智症的应对措施

1、抑郁发作。抑郁发作是失智症老人普遍出现的一种异常精神行为。抑郁发作的特点是患者的心境会比较紊乱，精神运动功能失去控制，自主神经功能也会出现紊乱。在心理情感内容上，常常表现出抑郁或是情绪高涨，而且抑郁是会反复发作的。此种行为有很多具体表现，比如患者丧失兴趣、精力不足、内疚自责、思考能力不足、自残或自杀、失眠、食欲不振等。

对于患者抑郁发作行为的应对措施可以从两方面考虑：心理治疗和药物治疗。进行必要的心理疏通是非常必要的，可以寻求专业的心理医生帮助。药物上可以选择一些抗抑郁药物，来缓解患者的焦躁不安等症状。

2、焦虑障碍。焦虑障碍有很多种，如社交恐惧、强迫症、惊恐障碍等，患者的具体临床表现也有很多，比如恐惧感很强、紧张忧虑、容易被激怒、胸闷气短心慌等。另

外在此影响下患者的睡眠也会受到影响，也会出现睡眠困难、失眠多梦甚至是彻夜难眠。

对于焦虑障碍的应对，也可以从药物治疗和心理治疗两方面进行处理。药物治疗上可以通过注射劳拉西泮来治疗。心理治疗可以由家人或身边的朋友多与其沟通，进行心理上的疏通，这样有助于减轻患者的焦虑。

3、应激相关性障碍。这种精神异常行为一般是急性的，通常是患者在遭受严重的精神打击后，患者心理受到创伤直接影响形成的。有时候也会延迟出现，但会长期持续存在于患者身上，属于一种心理性疾病。

对于这种行为的应对，也是从心理和药物两方面进行。家人在发现老人有应激相关性障碍后，要及时与老人沟通，必要时可以请专业的心理人员进行疏导。药物上，可以选择10毫克的地西洋或者20~50毫克的氯丙嗪让老人口服或者进行肌肉注射。

科学认识药物的副作用

▲ 成都大学附属医院 陈加容



每个人的一生都会接触到药物，药物除了有治疗作用也会产生副作用，常见的药物说明书上就会列出可能的副作用，在服药的时候一定要引起重视，否则可能会对身体造成不良的影响。药物副作用是指药物引起的与治疗目的无关或者不需要的作用。大多数患者使用药物时不会出现药物副作用，但某些患者或者某些时刻会出现副作用。一些较常见的药物副作用包括恶心呕吐、头晕头痛、胃部不适、腹泻、便秘、饥饿增强或减弱、睡眠问题、口干、干咳、皮疹、感觉疲劳、感觉悲伤、抑郁、焦虑、紧张等，药物副作用有时候很危险。它们通常发生在患者新启用某药后不久或增加剂量时。某些副作用可发生在服药后最初数小时内，如过敏反应或胃部不适。其他副作用可能会在1周甚至数月后才出现，如皮疹或干咳等。

药物副作用发生时的处理

当药物副作用发生时，要及时处理，常见的处理方式有以下几种：

1、需要立即联系医生——服药后出现荨麻疹、皮疹（皮肤上隆起的瘙痒性团块儿）、感觉意识开始模糊、严重胃痛、呕吐或腹泻、不想进食、疼痛、发热、无力或没有精力、深色小便、黑色大便、皮肤或双眼发黄等状况时，一定要及时联系医生，听从医生的处置。

2、应该立即呼叫救护车——当出现喘鸣、呼吸困难、胸痛或胸闷、昏倒或者感觉自己可能会昏倒，面部、唇、舌或咽喉肿胀，癫痫发作等危及情况时，应尽快联系救护车，到医院进行专业化的诊疗。虽然很多药物有一定的副作用，但也不要简单地停用担心引起问题的药物。该药物可能对患者的健康非

常重要，停用该药可能引起其他问题。医生会帮助患者鉴别，患者发生的症状实际上是药物副作用还是由其他因素导致的。如果患者的症状确实是药物副作用，医生可能会调整用药剂量或将其换为其他药物。即使患者使用的药物副作用无法避免，仍须告诉医生或药师，他们会根据病情权衡利弊后再决定是否使用。

药物副作用的预防

为了预防或应对副作用，患者应该了解处方签上注明的药品剂量，因为医生开具该剂量时考虑到了患者的年龄，体重，具体健康问题和患者使用的其他药物。患者应该严格遵循药物使用时的注意事项，例如一些药物会要求“与食物同服”、“避免饮酒”或“避免与某种药物同时使用”等。

此外，请遵循医生提出的指导意见，他们可能会告知患者使用药物时以小剂量开始，随后缓缓增加剂量，从而避免副作用。有些时候某些药物停止使用时，剂量也要求逐渐减少，不能突然停止使用。患者可以做一些简单的事情来减轻副作用的困扰，例如一些药物会使患者感觉困倦，但如果患者在睡前不久服药，则不会造成影响。另一些药物可能会导致患者便秘，但是如果患者进食更多水果和蔬菜，则可减轻便秘。如果降压药物或抗抑郁药引起性功能的问题，患者可使用另一种药物来改善性功能。听从医生或药师的建议，有助于患者减少或者避免副作用的发生。

患者还可以通过一些不同的途径来识别药物副作用，例如开具药物时可询问医生或护士预计会出现什么副作用。取药时可询问药师关于副作用的情况，询问患者应该做些什么来避免出现副作用，以及出现副作用时该怎么办。总之，药物的副作用很难完全避免，但是我们可以最大限度的减轻药物对身体的伤害，达到最佳的治疗目的。

冠心病应该如何治疗

▲ 南充市仪陇县人民医院 陈祥云

随着社会经济的不断发展，现代人的生活面临着各种压力，工作熬夜、暴饮暴食、吸烟酗酒等现象频繁发生，从而使得冠心病的患病率越来越高。加上现代人饮食条件变好，导致肥胖人群越来越多，肥胖会使得血管流通不畅，成为冠心病的重要诱因。冠心病对人体危害极大，甚至会危及生命。因此，要预防冠心病应通过以下几种方式：

一是药物治疗。

吃药是治疗冠心病最简单的方法。我国针对冠心病患者的药物治疗手段相对成熟，借助药物治疗，可以在一定程度上使患者减轻痛苦，稳定病情不再恶化。目前，适合冠心病的药物种类很多，但服药一定要在医生的指导下，根据患者自身情况做出判断，具体问题具体分析。

二是冠状动脉搭桥术。

将患者自身的一段血管移植到主动脉根部和缺血心肌，在狭窄或闭塞部位周围建立通路，达到血液循环重建的目的。虽然采用冠状动脉搭桥手术进行治疗，其适应症范围较广，同时在一定程度上可以缓解病症。但是冠状动脉搭桥手术会在治疗过程中，造成较大的创伤口，因此，患者需要承受极大的痛苦。

三是冠脉支架治疗。

搭建良好的血管运输通道是冠心病最重要的治疗手段之一，让体内的血可以正常运转，带动身体机能的正常运转。冠脉支架治疗主要是在狭窄的区域放置不锈钢或其他合金材料，让体内血管壁得以支撑，帮助血流通畅。毕竟支架置入术只能被视为一种紧急治疗手段，而不是一种“安全的”措施。对于获救的心肌梗死患者来说，需要预防冠心病再次复发。因此，在治疗过后，需要健康的生活方式，放松心态，坚持用药。

四是介入治疗。

介入治疗的方式已经在冠心病的治疗中

广泛应用，对患者的创伤较小。主要是利用影像系统，采用导管介入技术将身体中的堵塞问题消除，重新建造心脏血管运输通道。自从临床上使用介入治疗缓解冠心病后，使用材料不断改进，手术技术日趋成熟，抗血小板、抗血栓治疗水平不断提高，介入治疗适应症不断拓宽。使得冠心病治疗手术的风险及并发症得以降低，成为目前创伤小，准确可靠重要手段。对于单支病变和稳定型心绞痛患者，介入治疗是治疗冠心病的最佳选择。

除此之外，作为冠心病患者，还需要改变以往不良的饮食习惯和生活习惯。合理的饮食可以改善体内的物质，而清淡类食物符合冠心病患者的需求，不宜食用过于油腻或过辣的事物，会让身体出现不良反应。为避免体内血管再次堵塞，冠心病患者需要减少对肉类、动物内脏的食用。控制每日摄入，低盐饮食。但是患者体内所需的营养物质也要得到及时的补充，比如身体所需的维生素、蛋白质等等。其次，要合理安排工作和生活。不可长期熬夜，让身体脱虚，过度劳累会加重冠心病的复发。因此，我们在日常生活中，需要保持愉悦的心情。第三，杜绝不良生活习惯，比如酗酒、抽烟等行为，适当进行运动，增强体质。同时，每天需饮用足够的水，不可暴饮暴食或过度劳累。最后是经常使用防治三高疾病的药物，使用时不停药。

目前，临床上不断研发出新的冠心病治疗方式，随着医疗水平不断提高，治疗方式越来越多，患者的选择也会更多。医生会对患者进行全面评估，根据患者的不同情况，选择最适合患者的治疗方法，让患者更好地恢复健康。

