



警惕！这三大症状提示可能患有痴呆



什么是痴呆？哪些症状提示可能患有痴呆？6月11日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了安徽中医药大学第二附属医院脑病五科副主任医师陈贇，与读者交流。

■ 记者 马冰璐/文 张倩莹/图

痴呆是脑部疾病的一种症状

读者：什么是痴呆？

陈贇：痴呆症可导致思考能力和记忆力长期而逐渐地退化，并使个人日常生活功能受到影响。其他表现包含情绪问题、语言问题，还有行动能力降低，但个人意识却不会受到影响。痴呆是脑部疾病的一种症状，与多种疾病有关，比如“阿尔茨海默病”“血管性痴呆”等。它通常被误称为“年老”或“老年性痴呆症”，这说明过去人们普遍错误地认为，严重的心智下降是衰老过程中的正常现象。

三大症状提示可能患有痴呆

读者：哪些症状提示可能患有痴呆？

陈贇：①记忆力逐步减退，如记不清钱包放在何处、忘记去缴费、不能规划和准备三餐，在熟悉的环境中迷路或不认识家门，不能认识亲人和熟人的面孔；②计算力障碍，如常弄错物品的价格、算错账或付错钱，最后连最简单的计算也不能完成；③还可出现精神障碍，如情感淡漠、焦虑不安、不修边幅、性格变化、自私多疑，乃至最后卧床不起，生活不能自理。

三类人容易得痴呆

读者：哪些人容易得痴呆？

陈贇：下面三种情况容易得痴呆：①有家族遗传史、头部外伤、有中风病史的；②文化程度低、收入水平低，独居、睡眠差的人群；③性格孤僻、社会活动少、不工作、吸烟、酗酒等。

预防痴呆的方法

读者：怎样才能远离痴呆？

陈贇：首先，积极干预危险因素。有些因素是可以通过药物治疗干预的，比如血管性的危险因素：高血压、糖尿病、冠心病等。其次，改变生活方式，通过自我控制消除痴呆的危险因素，如坚持地中海饮食、保持人际交流、避免抑郁和锻炼。



名医简介

陈贇 脑病科副主任医师，医学硕士。从医十余年。擅长运用中药、针灸特色疗法治疗中风后遗症、眩晕、痴呆、头痛、睡眠障碍、面瘫、帕金森病等神经系统疾病，应用中药、针灸防治心脑血管病前期高危因素，如肥胖、高血压病、高脂血症、高尿酸血症等疾病，尤其善用外治法辅助治疗失眠，中风后肢体疼痛、肿胀，高血压。

中医防治痴呆的方法

读者：中医如何防治痴呆？

陈贇：痴呆的治疗一直是人类面临的医学难题，到目前为止尚未有特效药物出现，现有的治疗药物所能达到的效果仅仅是延缓病情的进展，因此痴呆的预防就成为了重中之重。现代中医将痴呆的病因分为先天不足、后天失养、年老肾虚、久郁不解和中风外伤几大类。防治痴呆方面我们常采用补肾填精、补益心脾、疏肝解郁等中药汤剂或中成药口服，或者针灸治疗以益智开窍，通常都有不错的预防治疗效果。

许多痴呆症是进行性的，这意味着症状一开始进展缓慢，后来逐渐加剧。如果您或亲人出现记忆力问题或思考能力方面的其他变化，请勿忽视。赶快去看医生，借此找出病因。及早开始干预，有助于延缓病程，最大限度改善患者生存质量。

随着人类寿命的延长，痴呆患者越来越成为社会、家庭难以承担的重负。在人口老龄化进程加快的同时，伴随着空巢老人、独居老人这类普遍存在的现象的出现，使得预防痴呆的形势更加严峻了。预防痴呆，人人有责。就让我们每个人都行动起来，远离孤独、远离痴呆。



读者：卒中有哪些征兆？

专家：卒中的直接病因在血管，高血压、高血脂、高血糖、冠心病等患者是卒中的高危人群，气温高是诱因，解除高热有利于降低卒中发生风险，但从根本上看，还必须针对血管病变进行防治。

卒中的征兆易被忽视，有时患者会忽然感到头晕目眩，几秒钟后恢复常态，这可能正是短暂性脑缺血发作(TIA)，俗称“小卒中”，出现这种情况应尽早去医院就医，防止卒中发生。另外，手指发麻、单眼忽然发黑、流口水、说话吐字不清等也可能是卒中的前兆。

■ 记者 马冰璐

健康新闻

助力优质医疗资源下沉 “星火计划”落户安徽

星报讯(刘理杨 戴睿 记者 马冰璐) 6月11日，“星火计划”战略合作签约暨医管领导力研讨会在合肥举行。

据了解，“星火计划”是在国家卫健委的指导下，精心打造的公益品牌项目，旨在构建国家级和省级核心三甲医院与市县级医院的紧密合作，为全国医务工作者提供高质量的教育培训服务、专业优质的医学内容和整合服务，推动市县级医院高质量发展。

签约仪式上，安医大二附院获得“星火计划·安徽省合作基地”授牌，同时宁国市人民医院、利辛县人民医院、颍上县人民医院、黄山首康医院等21家医联体单位获得“星火计划·安徽省合作医院”授牌。协议签署后，将通过线上线下培训平台，以安医大二附院为中心，通过签约的众多医联体单位，在安徽省内广泛、综合开展多种形式的基层规范化诊疗培训项目，切实提升基层医生的诊疗规范化水平和基层医院的医疗服务能力。

据悉，“星火计划”项目一期于2019年底收官，收获了业界的一致好评。“星火计划”二期将聚焦市县级医院高质量发展的目标，在学科建设、人才培养和医院管理三大领域进行全面的探索，开拓线上课程和训练营、线下项目等更加多元化的合作形式。充分借助医联体网络探索建立省级学科培训基地，以“线上线下互动、团队带团队”的形式辐射市县级医院的重点科室，着力构建核心三甲医院与市县级医院共建的“壹联”网络，促进区域协同、机构协同、学科协同和人员协同。

合肥南二环施工，就医注意绕行

星报讯(李建军 记者 马冰璐) 6月1日起至7月5日24时，合肥市合作化路(金寨路—南二环段)因施工由南向北不能通行，南二环东向南、西向北左转弯道不能通行。夜间23:00~凌晨6:00，合作化路高架北向南至金寨路匝道、金寨路高架南向北至合作化路匝道临时不能通行。夜间23:00~凌晨6:00，南二环南侧(茗香路—合作化路段)、合作化路(金寨路—南二环段)、南二环(金寨路—合作化路段)临时不能通行。

施工期间，到中国科大附一院(南区)就诊应该怎么走？一起来看看路线指引。南二环施工路段以北来院路线：(1)由金寨路—花亭湖路—茗香路(5号门，门诊入口)—天鹅湖路(4号门，急诊入口)。(2)由休宁路—东至路—天鹅湖路(4号门，急诊入口)—茗香路(5号门，门诊入口)。南二环施工路段以南来院路线：经金寨路来院患者，请于安徽建筑大学北区校门处掉头—花亭湖路—茗香路(5号门，门诊入口)—天鹅湖路(4号门，急诊入口)。

健康提醒

这三大防晒“死角”最易被忽视

星报讯(记者 马冰璐) 一提防晒，很多人往往重视脸部和暴露在外的皮肤，却忽视了一些“死角”，其实，这些“死角”的防晒同样重要。

死角一：头发

头发也要防晒？没错！头发被晒后，毛发表面的毛鳞片会受损，导致毛皮质裸露，头发角蛋白中的水分丢失，从而使得发丝毛糙、干枯分叉、失色，造成秀发的枯黄、脆弱、易断等。

防晒利器：帽子、遮阳伞，这些都可以很好地防止头发被晒伤。

死角二：眼睛

眼睛的防护也常常被忽视，研究发现，紫外

线可导致许多急、慢性眼科疾病。外出时需佩戴太阳镜，保护眼睛不被紫外线伤害。阴天的情况下，紫外线对眼睛也有一定的伤害。外出前可查看当天的紫外线级别，决定是否佩戴太阳镜。

防晒利器：防UV功能的镜片，一般正规眼镜店都会有检测太阳镜抵抗紫外线能力的仪器。

死角三：脚背

现在越来越多的小伙伴，春天气温稍高些就忍不住“秀脚蹩”甚至穿上夏天的凉鞋，对于双脚的防晒极少有人重视。如果未能有效防晒，时间一长，脚背容易留下难看的黑印。

防晒利器：防晒霜、丝袜，尽量避免脚背不设防地露在烈日下。