

# 阿尔茨海默病如何防治?

## 早诊早治非常重要

他们是可爱的“老小孩”，被困在时间的迷宫里；他们是“时光旅人”，徘徊在过去和现在的十字路口。

9月21日是世界阿尔茨海默病日。记忆力下降就是阿尔茨海默病吗？阿尔茨海默病如何防治？记者进行了相关采访。

### 什么是阿尔茨海默病？

一个问题要反复问很多遍，刚刚放下的东西转头就忘，出门有时还会忘记回家的路……家在河北的李阿姨确诊阿尔茨海默病已十余年。所幸在女儿的悉心照料下，李阿姨虽然经常忘事，但是大部分时间里都是乐呵呵的。

《中国阿尔茨海默病报告2024》显示，我国现存阿尔茨海默病及其他痴呆患病人数超1600万。随着人口老龄化进程的加快，以阿尔茨海默病为主的老年痴呆疾病发病人数持续增加，严重威胁老年人健康和生命质量，给家庭和社会带来沉重负担。

“阿尔茨海默病是一种导致认知功能逐渐退化的疾病，是最常见的一种老年期痴呆类型。”中国疾控中心慢病中心老年健康室主任尹香君介绍，其主要表现为记忆力减退、语言表达困难、判断力下降、情绪波动等症状，严重时会导致患者丧失日常生活自理能力。

“很多人认为阿尔茨海默病

就是‘记忆力下降’，但其实时间定向障碍、空间定向障碍、语言障碍、性情变化等，都可能是阿尔茨海默病的表现。”北京协和医院神经内科主任医师高晶介绍，比如一些患者会出现“错语”，即叫错东西名字或者说话说半句，或者分不清当下的月份、季节等。

高晶介绍，判断是否患有阿尔茨海默病，需要结合系统的认知功能评价，以及腰椎穿刺取脑脊液或正电子发射断层扫描(PET)进行确诊。她强调，并非所有的痴呆症状都是阿尔茨海默病导致的，脑部肿瘤、甲状腺功能低下、梅毒等都有可能引起痴呆症状，因此必须到医院就诊，查明病因后进行相应治疗。

### 守护记忆 早诊早治是关键

“医生，近几年我记性越来越差，孩子让我来检查检查……”在北京协和医院神经内科痴呆门诊以及老年记忆门诊，前来就诊的患者络绎不绝。

据介绍，阿尔茨海默病的致病原因尚不明确，且发病症状较为隐匿，因此早诊早治非常重要。

“从大脑出现病理改变到失智之前，要经历约20年至30年，出现失智症状之前的一个阶段就是轻度认知障碍，如果患者在这一阶段被识别出来，通过早期干预，可以推迟痴呆的发病时间，并且有很好的生活预期。”北京协和医院老年医学科主任医

师康琳说。

国家卫健委等部门联合印发的《关于全面加强老年健康服务工作的通知》明确，积极开展阿尔茨海默病、帕金森病等神经退行性疾病的早期筛查和健康指导，提高公众对老年痴呆防治知识的知晓率。

“阿尔茨海默病目前还无法逆转，但是早诊早治可以延缓疾病进展。”高晶说，目前已有相关靶向药物，对于符合用药条件的患者来说，早期使用能发挥更好的作用。

高晶提醒，阿尔茨海默病需要根据病情，定期随诊。患者要调整好心态，正确认识疾病，学习与病共存。

“阿尔茨海默病等老年痴呆症是复杂的健康问题，但通过积极的预防措施和早期干预，我们可以有效地降低其发生的风险。”尹香君建议，要注意控制高血压、糖尿病等慢性疾病，均衡饮食，保持适量的体育活动和积极的社交生活，保持大脑活跃，避免吸烟和过量饮酒。

“照料阿尔茨海默病患者对一个家庭来说往往是沉重的负担。”高晶呼吁，加强社会对阿尔茨海默病患者的支持，培训更多有认知障碍照料能力的护工，通过社区、日托、专业养老院等新华社会支持系统，减轻患者家庭的负担。

据新华社电

## 健康如何优先？

### 从一组数据看我国卫生事业高质量发展

群众能否更好地就近看病就医、看好中医？防范传染病如何做到“早发现”？党的二十届三中全会提出“实施健康优先发展战略”，卫生健康系统怎样来“落地”？

国新办日前举行的“推动高质量发展”系列主题新闻发布会上，国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局有关负责人回应社会关切，用一个个数据讲述我国卫生事业高质量发展的进程。

### 以基层为重点

#### 2100多个县建立紧密型县域医共体

把县、乡、村的医疗资源整合、打通，才能更好实现“一般的病在市县解决，日常的头疼脑热在乡村解决”。国家卫生健康委主任雷海潮在发布会上表示，至8月底，已有2100多个县建立了紧密型县域医共体。

“以基层为重点，为居民提供就近就便的医疗卫生服务。”雷海潮介绍，今年以来，国家卫生健康委指导各地加快推进影像、检验、心电诊断等资源共享中心建设，推进基层检查、上级诊断、结果共享互认，群众在基层就能享有同质化检查诊断服务。

同时，以人员下沉为核心，加快推动医共体内人员、技术、服务、管理等资源下沉，开展巡回医疗和巡诊派驻，把优质资源和服务送到百姓家门口。

“到明年底，紧密型县域医共体要覆盖90%以上的县，紧密协同程度进一步提升。”雷海潮说。

### 疾控体系重塑初见成效

#### 队伍人数达到30.5万

截至2023年底，全国疾控、监督专业队伍人数达到30.5万，较2019年增长了14%；疾控专业队伍本科及以上学历人员占比达到61.7%；中国疾控中心高级专业技术岗位比例增至55%……发布会上公布的数据显示，我国疾控专业队伍力量持续加强。

“疾控体系重塑初见成效。”国家卫生健康委副主任、国家疾控局局长王贺胜说，目前各级疾控局已挂牌成立，布局建设15个国家区域公共卫生中心，基本建成上下联动、功能完备的疾控工作体系。

加强监测预警、做到“早发现”，是有效防范和化解传染病疫情风险的第一道关口。王贺胜介绍，在监测预警和应急处置方面，目前我国所有省级和90%的市级疾控中心具备核酸检测和病毒分离能力，国家突发急性传染病防控队今年年底将达到25支，基层传染病应急小分队实现市、县全覆盖。

同时，我国正加快推进传染病监测预警与应急指挥信息平台建设，在多地试点基础上，将传染病智能监测预警前置软件部署到全国二级及以上医疗机构，推动医疗机构和疾控机构间的传染病信息有效对接。

### 中医药跑出“加速度”

#### 全国约有9.3万个中医类医疗卫生机构

中医药在疾病预防、治疗、康复中具有独特优势。国家卫生健康委党组成员、国家中医药局局长余艳红说，“十四五”以来，我国中医药高质量发展跑出“加速度”。

建设27个国家区域医疗中心中医项目，布局35个国家中医疫病防治基地，遴选1158个国家中医优势专科，支持130个地市级中医医院建设中医特色重点医院……发布会数据显示，我国中医药服务能力显著提升。

“基本建成了优质高效的中医药服务体系。”余艳红说，2023年，全国中医类医疗卫生机构约9.3万个、总诊疗人次达到15.4亿，分别较2020年增加29.2%、67.4%。我国已基本实现社区卫生服务中心、乡镇卫生院中医馆设置全覆盖。同时，一体推进中医药教育科技人才事业发展也取得新成效。

“评估显示，‘十四五’规划中的15项主要发展指标，3项已经提前完成、其余指标全部符合预期。”余艳红表示，下一步，国家中医药局将聚焦“完善中医药传承创新发展机制”，进一步全面深化中医药改革，更好服务健康中国建设和经济社会发展。

新华社电

## 不用垫付资金的刷单可信吗？

### 警方提醒：还是会骗走你的钱

本报讯(记者刘雅玲 通讯员张军)很多人都知道，凡是需要垫付资金的刷单兼职都是诈骗。可是，当有人告诉你不需要自己垫付资金就能刷单兼职，你会不会心动？珠海警方提醒广大市民群众：“不用垫付资金的刷单”还是会骗走你的钱！

### 一男子刷单被骗2万余元

前不久，小张在网上看到招聘兼职刷单的广告，该广告声称“无需垫付资金”，小张想着“反正不用自己付钱”，要不试试吧，于是按照广告上的联系方式，添加了对方的QQ好友。对方介绍，兼职的具体内容是给卖家刷好评，每单给一定的佣金，并强调“此工作无需自己垫付资金，无需押金、保证金”。

随后，对方要求小张发送支付宝花呗额度和芝麻分截图进行信用审核，随后发来一个操作流程示意图，让小张用支付宝购买指定商品，付款时先输入错误密码，然后进入刷脸验证环节，认证本人身份后，在跳转的页面中点击确认支付。接下来，在手机页

面中选择“企业代付”，输入相关信息即可完成刷单。

小张按对方说的进行操作，在刷脸验证后，手机页面却显示支付成功，并没有出现对方所说的企业代付。“广告上不是说不需要自己垫付资金吗？”小张联系对方要求退款，对方让小张添加“退款客服”的QQ。

“退款客服”称要教小张退款，让他下载一个视频会议软件并开启屏幕共享，查看其银行卡账户和支付宝账户。此时“退款客服”称按照退款流程，要把信用额度透支完才能退钱，随后要求小张扫码支付一些游戏卡费用。最终，小张共被骗21500元。

### 网络刷单诈骗有何套路？

诈骗分子在网络平台大量发送“刷单兼职，无需垫付资金”的虚假广告，吸引受害人上钩。

当受害人主动联系诈骗分子后，诈骗分子会声称“企业代付，无需受害人垫付资金，零风险”，并发送虚假的企业代付操作流程或视频，让受害人信以为真。实际上支付宝并没有企业代付业务。

当受害人按照诈骗分子所说的进行操作时，会直接扣除受害人账户中的资金。当受害人要求退款时，诈骗分子利用受害人损失钱财急于追回的心理，以帮助受害人申请退款为由，让受害人下载视频会议软件，并开启屏幕共享功能，窃取受害人的银行卡号、银行卡密码、短信验证码等信息，或诱骗受害人进一步转账汇款，从而骗取更多资金。

### 警方提醒：任何形式的刷单都是诈骗

网络刷单本身就是违法行为，任何形式的刷单都是诈骗。不要轻信网络上“无需垫付资金”“企业代付”“无风险”的刷单兼职广告，支付宝没有企业代付业务。

不要随意添加陌生人好友，不轻易与陌生人开启屏幕共享功能。屏幕共享功能会泄露个人信息，你在手机上的任何操作(包括输入的银行卡密码、收到的短信验证码等)，对方都能看见。

如不幸上当受骗，应保留证据、及时止损，并第一时间到派出所报警。