

脑中有块“橡皮擦” 该怎么照护

上海完善老年认知障碍专业照护服务,向社区、家庭延伸

□法治报记者 夏天

“我脑中的橡皮擦”，这不是韩剧，而是用于形容老年认知障碍的形象描述。这病症就如橡皮一样，渐渐“擦除”着患者的理智情感和记忆，让老人做出一些不合常理的举动，固执己见，难以扭转，为亲友和养老机构的日常照护带来严重困扰。

目前上海已有养老机构统计，在住养老人中，40%比例患有不同程度的老年认知障碍。因此，对于这类老人开展有效照护，成为上海特大型城市社会治理的一大努力方向。

记者从市民政局获悉，目前上海正持续扩大认知症照护床位的服务供给。至2018年底，全市共改建1194张失智老人照护床位，超额完成任务。今年，上海将“改建1000张认知症照护床位”继续列入市政府实事项目。

近日，记者走进上海的养老机构，实地探访认知症老人的治疗情况，以及为他们而建的认知症照护单元。

为认知症老人准备一间“头等舱”

在旧社会，陈奶奶曾家住原法租界的别墅区；新中国成立后，她的家人流落海外，她却自强不息，努力进步成长为一名宣传系统干部；改革开放后，她又独自出国与家人团聚；暮年时，因直系亲属凋零殆尽，她回到故乡，住进了养老机构。

记者面前的陈奶奶已年过八旬。上文中那段属于她的曲折人生，却全部归于一张呆滞的面容，全然没有文学作品中描述的那些“历经沧桑后的淡泊、慈祥”云云。她与众多老人围坐在一起，参加“唐诗俱乐部”活动。但朗朗读书声虽将她环绕，但又显得离她很遥远，因为她仿佛沉浸在自己的世界中。

护理员一边给陈奶奶喂食，一边告诉记者：“她的症状并不算轻，非常认生，只有我能和她沟通一二。”

可能是看到记者和拍摄器材，同桌的另一位认知症老人突然“哇”得一声哭了。这种哭声显然有诱导效应，不一会儿，方才还目不斜视、只能机械张口吞咽的陈奶奶，也突然跟着哭了几声，护理员哄了好一会儿，才稳住了陈奶奶的情绪。

情绪。

据护理员透露，如今的陈奶奶表现为非常怕生，除自己外，生人勿近。她又特别注重隐私，不愿居住在普通的多人间，不愿他人碰自己的物品。

护理员带领记者，参观了银康老年公寓专为认知症老人准备的私密卧室。虽然这个大房间仍是多人合住，但每张床位在各个方向都有遮挡，形成一个个相对独立的空间，倒也如同飞机上的“头等舱”一般，给人“曲径通幽”之感。机构还为她们提供了独立储物柜，方便老人存放一些自认为私密的物品。

照顾认知症老人，和照顾婴儿有什么区别？面对这个问题，护理员表示：“婴儿就像一张白纸，虽然也有种种哭闹、耍脾气等行为，但只要往正确方向引导，总会有效。而认知症老人却不同，他们已是一幅幅书写完成的‘作品’，有了自己认为对的‘信念’。因此，即便他们做出明明不合常理的事，旁人也难以扭转，让普通亲友难以照护，备感困扰。必须采取专业、针对性的疗法，才能缓解认知症老人的症状。”

一声“你来了”，让家人倍感欣慰

90岁的岑奶奶，入住银康老年公寓已两年有余。至今，她的女婿孙先生都无法忘记岳母当年发病时的情景。

“患这种病的老人，脾气会变得怪异孤僻，喜怒无常。”孙先生回忆说。“好好地，她会突然把眼镜摘下来，用保温杯把镜片砸得粉粉碎。镜框砸不烂，就拿在手里死命拗，拗得自己手指抽筋了都不停下来。夸张的时候，她会脱光了衣服在地上打滚。”

老人对自己的行为没有了认知，可是家人看在眼中，急在心里。“我们医生也看过，专门请了保姆守着她，但是折腾了老半天，病情非但不见好，反倒日渐加重。”考虑到太太的身体状况，3年前，无计可施的孙先生听从了邻居的推荐，找到了银康老年公寓。

老人刚送来的时候，岑奶奶几乎连家人都不认识。但是在老年公寓规律地生活，享受专人照护后，孙先生发现情况正逐渐好转。

前几天，孙先生带着美食来看望岑奶奶。坐在轮椅上的岑奶奶先说一句“你来了”，然后接过吃的，慢慢咀嚼起来。如今老人情绪稳定，行为正常了，这让孙先生倍感欣慰。“最重要的是，她居然认得我了！”

岑奶奶的护理师，“记忆小镇”护理组长王为好从2015年就开始守护这里的认知症障碍老人。“很多老人刚进来的时候，他们潜意识里是抵触的，不想离开自己熟悉的家，可是他们又不会用语言表达。因此会用一些小孩子的手法来抵抗。像不吃饭啊，哭闹耍脾气等等。”王为好说，每一位认知障碍的老人都有他自己的世界，因为他们的感官，听觉，包括他们的所思所想都有他自己的一个世界。“他们认为他们的世界就是真实的，因此我们需要走进认知症老人的世界，站在他们的角度上考虑问题，不否认、不纠正、不责备，多观察，多鼓励，多引导。老人就会像孩子，你让他们高兴了，他们自然会听你话。他们不吃饭，你得先想方设法哄他们高兴，然后再帮助他们吃饭。如果老人沉默，那就得开导并引导他们开口。”

照顾认知障碍老人的方法，与健康老人的方法是截然不同的，因此护理人员除了经过专业的培训与辅导之外，每隔一段时间还得进修研讨。王为好举例说，很多老人进来的时候情绪不稳定，有时过于激动，护理人员越劝解，他们哭闹得越厉害。但是经过几次试验，他们发现，音乐可以让老人安静，甚至会跟着音乐拍手唱，因此就形成了一种“音乐疗法”。



▲ 认知症老人在护理员协助下开展手指康复训练
▶ 认知症老人住区书架上摆放的老刊物
▼ 认知症老人在护理员协助下开展康复训练

记者 夏天 摄



将完善认知症照护单元入住测评标准

据介绍，2015年时银康在住老人达319位，当时通过筛查，发现近40%的老人均有不同程度的认知障碍。去年，“改建1000张失智老人照护床位”列入市政府实事项目后，银康申请到“4个认知症照护单元，76个照护床位”的任务，随即进行床位硬装、软装优化。公寓内很多家具和物品摆设都比较“怀旧”，增添老人对环境的熟悉感。

市民政局表示，“改建1000张认知症照护床位”，是针对认知症（失智）老人身心特点和照护需求，在养老服务机构内改建认知症照护单元，通过居家式、人性化的空间布局重构，提供专业照护服务，让认知症老人得到更加个性化、有尊严的专业服

务。至2018年底，上海全市共改建1194张失智老人照护床位，超额完成任务。2019年，上海将“改建1000张认知症照护床位”继续列入市政府实事项目，进一步扩大认知症照护床位的服务供给。

除了积极推进床位改建，并将其列入上海市政府实事项目外，记者从上海民政部门获悉，上海正在进一步推进认知症照护专业人员的培训、完善认知症照护单元入住测评标准、形成认知症照护服务项目标准、开展社区认知症筛查、培育社区认知症非正式照护力量、为社区内有需要的家庭提供照护支持等。

目前，上海已在医疗领域加强了对认知症的专业诊断和治疗，如：上海市精神卫生中心、华东医院等医疗机构开设了记忆门诊，对

认知症的精神行为进行医学诊断和药物治疗。

同时，上海扶持催生了一批提供专业服务的认知症照护机构，如：上海市第三社会福利院设置了全市首个失智老人照料中心，银康、佰仁堂等养老机构和福苑、爱照护等长者照护之家设立了认知症照护专区，收住认知症老年人，提供专业机构照护。

一批从事认知症专业服务的社会组织，如：尽美长者服务中心，浦东塘桥、长宁虹桥等街道建立的“记忆家社区认知症家庭支持中心”，也在为认知症家庭提供支持与服务；剪爱公益在普陀、宝山、徐汇等区的部分街道开设了“记忆学堂”，开展认知症社区宣教、早期筛查和干预个案服务。

