

上海有数十万认知症患者 有人2年不洗澡

认知症患者将获社区康复支持



□法治报记者 夏天

上海有多少认知症患者？20万、30万还是更多？在开展全市认知障碍筛查工作前，这个数字只能根据国际经验估算。业内预计，上海认知症老人的规模已在数十万。

有业内人士指出，目前由于观念上存在误区，许多家庭在老人患上认知症的早期、中期，存在逃避、隐瞒心态。一些老人被关在家中，接受低质量、无尊严的照护，甚至有老人因为怕水，家人就2年没让他洗澡。直到老人症状发展为重度，才想起去养老机构寻求专业照护。

据悉，上海已连续两年将“建设1000张认知症照护床位”纳入市政府实事项目。此外，上海还将加大在认知症中轻度阶段的筛查、治疗力度，并建立社区、家庭的康复支持体系，以惠及更多患者，释放机构床位资源紧张的压力。



社区认知症宣传培训



资料图片

“鸵鸟心态”错失初期治疗良机

“爷爷，这道数学题怎么做啊？”几年前，王老伯上小学的孙子，问了爷爷一道简单的“九九乘法表”题目。但这位年过八旬的老知识分子，却突然“大脑卡壳”答错了。

一旁的儿子王先生心中不免意外：老爸怎么连这么简单的问题都不会呢？是在逗孩子玩吧？

过了一会儿，王老伯也笑着告诉孙子：“爷爷是在逗你呢，这么简单的问题我怎么会不会？”随后他说出了正确答案。

这件微不足道的小事，当时在爷孙三人心中并没留下什么波澜。但随后，王老伯逐渐出现了明显的认知障碍，在摔跤受伤后，他从此卧床不起，最终不幸离世。

料理完父亲的后事，王先生回忆过往，想起老父曾犯下的“低级失误”，让他猛然醒悟：“这不就是认知症早期的症状吗？爸爸当时并非逗小孩玩，而是真的答不出简单的算术题了！他只是装作没事，不想让我们以为他得了认知症！”

王先生的友人杨嵘，是养老品牌“佰仁堂”的经营者。王先生把自己的经历告诉杨嵘后，引发了后者的共鸣：“这就是典型的认知症‘鸵鸟家庭’现象。许多老人，特别是老知识分子，在患上认知症早期，其实是能够意识到自己患病的。但他们更容易为此感到羞愧，从而产生一种逃避心理，就像‘鸵鸟’一样欺骗自己和亲友。”

王老伯因摔跤而失去行动能力，并就此状态每况愈下。在杨嵘看来，这类危机却不是“小心照料”就可避免的。“认知症老人之所以容易摔跤，不是因为他们老、身体机能衰退，而是受认知症影响，视觉出现混乱，把平地看成台阶，把台阶看成平地，自然容易摔跤。”

杨嵘披露，即便在长三角地区，社会大众对认知症也存在类似误区。“就我接触的许多病患家庭来说，他们普遍认为认知症是所谓的‘精神病’，应该‘家丑不可外扬’。如此一来，导致认知症的普遍就诊率偏低。”杨嵘说。

全市患者超20万，呼唤社区家庭“防线前移”

说到对认知症老人的社会化专业服务，杨嵘称赞了上海近年来的一系列作为。“上海率先将‘建设1000张认知症照护床位’纳入市政府实事项目，并在评估认定的标准化方面不断有所建树，都说明我们是在认真做这件事，并且赋予它被复制推广的价值。据我所知，目前长三角范围内已有三个城市计划学习上海经验，将认知症照护纳入长护险范围，并出台相关评估办法。”

杨嵘认为，上海下一步的努力方向，除继续建设认知症床位外，还应加大对认知症中轻度阶段的缓解治疗力度，将防线前移至社区和家庭，以释放机构的床位资源紧张压力。

关于上海的认知症老人筛查情况，据市民政局披露，上海根据国际经验估算，全市认知症老年患者约有20万人。目前市民政局正准备开展全市认知障碍筛查工作，通过大数据了解有认知障碍老人的数量有多少。其中，长宁区江苏路街道作为先行试点单位，已于去年下半年对13个居民区的1.7万名60岁以上户籍老人进行全人群筛查，并形成了认知症社区数据地图。其中认知症风险比率位居前三的居民区，分别为39%、29%、29%。

杨嵘则介绍了一组西方发达国家的数据库：“超过60岁，认知症风险比率为5%；而超过80岁，认知症风险比率则升至20%，并且随着年龄越大，风险比率也逐年增加。”

2018年，上海户籍人口期望寿命已达83.63岁；截至2017年末，上海老年人口总数达到483.6万，占户籍总人口的

33.2%。

杨嵘表示：“有这些数据作为支撑，我们已能面对全市认知症患者的体量建立概念——数十万患者的规模，要求我们在社区、家庭，就对中轻度认知症作出足够的应对。”

杨嵘所在的养老服务机构，今后将主要开展动员家庭、服务社区的参与式宣传教育，将人们对认知症的理解转化为行动，共同打造认知症友好型社区。“我们为此专门做了一本科普口袋书，详细介绍了认知功能减退七个阶段的症状及对应的照护方式。我们还在各类中老年活动场所，发起‘画钟早筛’的互动活动，通过手机自媒体以及现场活动的方式，考察老人是否能在纸上画出指定时间，作为筛查认知症的方式，呼吁大家在早期关注认知症。”

关在家中的“照护”，让老人2年没洗澡

杨嵘还讲述了一则认知症老人在家人“照护”下2年没洗澡的故事：张老伯患认知症后，一个明显症状就是特别怕水。与有些小孩也害怕洗澡不同，张老伯对水的“恐惧”，到了“十头牛都拉不回”的地步，如果有家人请他去洗澡，无论好说歹说，他都坚决抵抗，被逼急了，张老伯甚至会和家人拳脚相加。

就这样，家人拗不过张老伯，又出于认识上的误区，没有把张老伯送医或采取专业照护，就这样把他关在家中2年，张老伯就真的再没洗过澡。“难以想象，老人这2年里的卫生状况如何，而且生活在同一个屋檐下，家人也得跟着遭殃。”杨嵘说。

在一些非专业照护中，杨嵘还见

过许多“被安排得安安静静”的老人。“他们被喂下了大量药物，虽然不再吵闹，但精神萎靡，形容枯槁。一些因认知症而‘日夜颠倒’的老人，服药后进入嗜睡状态，只能让照护人员轻松一下。药效一过，他夜里还是要折腾。”

杨嵘认为，首先要广泛开展认知症科学照护的宣传倡导行动。只有病患和亲友的意识转变了，才能进一步开展更专业、细分的照护。“在老人患认知症早期、中期，就及时介入治疗，效果肯定比等到重度认知症以后好。不再错误地采用‘关起来’‘配保姆看管’等照护方式，而是接受专业的社会化服务，也是延缓认知症、给予老人更有尊严、质量的生活保证。”杨嵘说。

今年将扩大“认知障碍友好社区”试点

去年上半年，浦东新区塘桥街道牵头塘桥社区居家健康服务社、上海尽美长者服务中心等社会组织，在全市率先发起成立了“记忆家——塘桥社区认知症家庭支持中心”。在这里，认知症患者可以进行认知症综合需求评估，并将评估结果和社区内的公共服务资源进行有效对接，为认知症患者提供筛查和转诊、诊断后的支持服务或服务转介，帮助认知症患者与其家庭更好地在社区生活。“记忆家”还能免费为认知症患者家庭推荐专业服务方，包括专业陪护、居家照护、生活环境适应性改造等。“记忆家”组织认知症家属俱乐部，通过主题沙龙、照护培训、记忆咖啡等活动，为认知症患者家属提供支持。

一批社区企业也已成为“认知症患者友好单位”，为认知症患者及其家属提供便利。例如街道辖区内的一家超市，开设了友好收银台、绿色通道等服务，认知症患者及其家属购物时，能够快速结算，从细微小事中体现社会的关爱。

据悉，2019年上海将扩大“认知障碍友好社区”试点，采取政府委托社会组织、通过专业服务等方式，帮助家庭干预、发现有可能患认知症的老人，帮助老人做记忆恢复。对于确实存在认知障碍，又无法住到机构中的

老人，社区会引导居民对认知障碍老人理解、关怀，形成友好的睦邻关系。

目前，上海还有多个区均在探索对于认知障碍症老人的早发现、早干预，并尝试与社会组织、医疗部门、家庭等开展多方面合作，推动认知症预防和服务水平的提升。

另据市卫生健康委员会介绍，除从医疗上给予治疗、服用药物外，更需要的是在社会开展健康教育。卫健委一方面与社会组织开展合作，一方面可以让医生给予专业的技术指导，走进社区开展认知障碍的预防与宣教，家庭医生也可以对这类人群进行早筛查、早发现，从而将这类疾病的（防治）关口前移。