

## 新海南新年策划 蹲点记

海南89家医疗机构开展认知障碍数字疗法试点

已为30666名老人提供康复训练

对抗遗忘的  
数字疗法老人被「偷走」的记忆  
在游戏中唤回

海南省人民医院医疗保健中心、老年医学中心常务副主任刘涛向记者介绍认知康复小屋

## “老忘事”别忽视

七旬阿婆记忆力下降  
转头忘事儿爱发脾气

“100减7等于多少？”“93”“那再减7等于多少？”“等于……”

这道数学题对于很多人来并说并不难,但对于76岁的符阿婆来说,有些焦急不安。医生告知“没事,可以了”,她才放松下来。

符阿婆来自临高县临城镇,2023年12月21日因记忆力明显下降,到海南省人民医院老年医学中心就医,并办理住院治疗。

“有没有什么事转头就忘记了?”当天上午查房时,海南省人民医院医疗保健中心、老年医学中心常务副主任刘涛询问,符阿婆回答:“没有,但是久一点就忘了。”

然而,符阿婆的女儿王女士却不这么认为。她说,母亲两年前开始出现记忆力下降,今年症状越来越重了。母亲经常半夜不睡觉,起来摸一下冰箱,摸一下鸡笼,又摸衣服和凳子,行为有点怪异。有一次,母亲忘记把钱放哪儿了,去跟邻居借钱花,之后又把这事儿忘了,因此没有及时还钱。

“除了行为异常外,母亲的性格也变了,有点爱发脾气。”王女士说,母亲睡眠质量不好,爱发脾气,动不动就大声地吵闹,家人怀疑母亲照顾父亲太辛苦,患上老年抑郁症,于是就带母亲到海口就医。

经过对符阿婆做了脑健康筛查及相关检查,刘涛表示,经初步诊断,符阿婆为变性病导致认知功能下降,属于轻度认知障碍,生活还能自理,没有到痴呆阶段,但认知康复训练很有必要。

王女士听从医生的安排,为符阿婆开展认知康复数字疗法训练,“这个政府项目很好,出院回家后还可以在手机上做训练,希望能给母亲的症状带来一些改善。”

## 一种新疗法

认知障碍筛查+认知康复  
数字疗法缓解认知衰退

“老人走失,紧急寻人……”这样的消息,总是牵动人心。

2023年12月初,临高县调楼镇一位老人走失,家属找了一下午未果。当天警方接到电话,一位热心群众遇到一名走失老人。民警赶到现场时,老人身体并无大碍,但神情紧张、吐字不清、交流有些困难,经多方调查才联系上家属。

刘涛表示,有些老年人走失,可能是对时间、地点的定向力出了问题,这是老年人记忆下降的表现。

老年性痴呆即阿尔茨海默病(AD),是一种以进行性认知障碍和记忆能力损害为主的中枢神经系统退行性疾病,严重影响老年人身体健康和生活质量。其发病机理复杂,目前没有治疗中晚期痴呆的有效手段。专家的广泛共识是将痴呆症的治疗和干预期前移至轻度认知障碍阶段,以实现早预警、早诊断、早干预。

2022年,海南省委、省政府将老年人认知障碍筛查试点列为为民办实事事项,为全省常住人口中60岁以上老年人提供筛查服务。2022年完成老年认知障碍筛查22万余人,其中有认知损伤的受筛者占30%。

2023年,海南继续开展老年人认知障碍筛查服务,并针对筛查中发现的风险人群开展认知康复数字疗法试点,进一步提高海南省老年人脑健康水平。

“对有认知损伤或认知下降的老年人,进行认知康复的数字疗法,这是一个非常好的训练工具。”刘涛表示,目前认知障碍的药物治疗效果有限,认知康复数字疗法解决了应用场景,让老人家就可以进行认知功能训练,每天在手机上进行操作,对老

人的脑功能、认知功能起到一定的保留、重塑和恢复的作用,解决认知障碍患者治疗的痛点。

## 认知康复小屋

数字疗法系统+VR设备  
模拟训练帮找回记忆

在海南省人民医院老年医学中心病房,有一间精心改造过的认知康复训练室,又被患者们称为认知康复小屋。

走进小屋,就能看到一面感官触摸墙。挂在墙上的一个个相框里,装的不是相片,而是用木块、木棍、绒球等制成的触摸板,在为老人进行认知障碍评测时,老人可通过触摸感知和辨别物品,从而激发他们的记忆。

海南省人民医院医疗保健中心、老年医学中心护士长熊璐说,老人先闭着眼睛触摸,然后说出是什么物品,如果闭眼摸完感知不出来,再睁开眼睛,通过物品的形状、色彩等刺激感官,帮助老人识别和记忆。

在认知康复小屋,帮助进行认知康复“找回记忆”的设备不少。其中有数字疗法系统(脑健康与认知障碍医生工作站)、VR虚拟现实认知康复仪、眼动追踪训练与评估仪,以及记忆训练模具柜。

“请选出哪一边的圆更大?”在脑健康与认知障碍医生工作站的电脑上,一名大约70岁的阿公正在进行“大同小异”试题测试,需在2分钟内根据圆形的大小、颜色等进行识别判断,试题难度9级,相对简单,阿公很快就做完了,进入了下一个测试。

“如果认知功能出现问题,看似简单的试题,也不容易判断。”刘涛表示,认知康复数字疗法为老年人认知功能训练提供了非常好的手段,但认知康复训练是一个漫长的过程,很难一下子就恢复得非常好。此外,阿尔茨海默病的治疗不仅仅需要认知康复训练,还需要药物治疗以及日常生

活的照顾、健康生活方式等。

2023年12月25日,记者在认知康复小屋进行了一次体验。戴上VR眼镜,记者进入了VR虚拟现实世界,一张乒乓球桌就在眼前,挥动手中的手柄(拍子),就能和电脑打起来,既能锻炼反应能力,也能锻炼身体。随后,又模拟了超市购物,在虚拟现实世界里,超市的物品就在身旁,机器发出指令:“请购买一瓶酱油”“购买2个土豆”……听到指令需要上下左右移动,寻找目标物品,并将其取出放入推车里,对认知能力和动手能力也是一种很好的训练。

“在记忆训练模具柜里,有老照片、记忆棋、玩偶等多种训练和巩固记忆的模具,提供给不适合数字疗法的老人适用。”熊璐说,比如明星照片,先给老人听邓丽君的歌曲,然后让其回忆是哪位歌星唱的,如果想不起来,再展示明星的照片,帮助回忆。

## 构建社区防控网络

全省89家医疗机构  
开展认知康复数字疗法试点

“判断成语”训练中,要判断成语的关系,如近义词、反义词、不相关。在“步步为赢”训练中,老人需在3分钟完成有色方块的移动,试题有些难度,需要训练对空间信息的推导,有效提升空间问题解决能力和逻辑推理能力。

“这些认知康复训练可以住院时,在医院的数字疗法电脑上训练,也可以在自己的手机上下载海易办App进行训练。”刘涛表示,目前海南省认知筛查与数字疗法服务平台已接入海易办App,使用者直接用手机进入系统,建档进行脑健康自测,提高了认知康复训练的及可性。

“15分钟系统会推送三个模块的训练,每个训练5分钟左右。”刘涛表示,老年人每次认知康复训练至少15分钟,每周训练至少3次,一个治疗周期需训练28次,完成28次训练后复测认知功能,根据评估结果再调整下一步干预方案。

老年人的记忆,需合力守护。2023年6月,在海南省卫健委的支持和指导下,海南省人民医院老年医学中心牵头成立海南省脑健康与认知障碍数字诊疗专科联盟。海南省人民医院与各级试点医疗机构上下联动,携手打造具有海南自由贸易港特色的数字健康服务体系,切实把为民办实事项目做好做实。

同时,海南省人民医院老年医学中心作为项目的主要实施单位,组织参与试点的二级及以上综合性医院、专科医院相关医护人员,乡镇卫生院、社区卫生服务中心及认知障碍友好社区建设试点单位的相关人员,针对老年痴呆相关知识普及、数字疗法诊疗工具使用方法、认知障碍患者的社区照护等内容进行专业性培训,邀请国内多位

专家进行了授课。

“我们有一台认知康复数字疗法设备,筛查后符合条件的老人,可以到卫生院进行训练,就像玩游戏一样。”海口市秀英区海秀镇卫生院院长表示,2023年该卫生院为230余人提供认知康复数字疗法训练。同时,医护人员也教老人在手机上操作,自己训练。此外,海秀镇卫生院通过家庭医生签约服务,为辖区居民提供认知功能障碍和神经康复指导等服务。

记者从海南省卫健委获悉,2023年以来,海南全省89家医疗机构开展老年人认知康复数字疗法试点,涵盖了三级医院、二级医院、乡镇卫生院、社区卫生服务中心等各级医疗机构,共部署了100套数字疗法设备,每个试点机构至少一套数字疗法设备,目前已建立海南省认知筛查与数字疗法服务平台,可对项目筛查和训练数据进行实时监测和质控。

据海南省认知筛查与数字疗法服务平台显示,截至2023年12月25日,海南省89家试点医疗机构实施老年人认知障碍筛查38775人(76062人次),提供康复数字疗法训练30666人,训练4799292人次,训练总时长达到16669606分钟。

## 积极预防

提前10至20年预防  
为老年痴呆按下“暂停键”

“认知障碍可以预防,实际上阿尔茨海默病在真正进入到痴呆期前,我们有10至20年的时间预防。”刘涛表示,认知障碍通常分为:主观认知功能下降、轻度认知障碍、痴呆三种类型,其中轻度认知障碍发展的时间有3至5年,在出现轻度认知障碍之前,还有主观认知下降,这个时间非常长,有10至20年时间,如果能够在早期的主观认知功能下降阶段或者轻度认知障碍阶段,早期识别出这种疾病或者获得早期诊断,通过规范化的慢病管理、生活方式调整、认知康复训练等,可以延缓进入老年痴呆期时间,甚至可完全按下“暂停键”。

刘涛表示,老年痴呆不是简单的“老糊涂”,并不是正常的自然衰老,而是老年人常见的记忆、思维、分析判断、情绪等方面出现问题的脑部疾病。这些老年患者需要家人、社会的关爱和尊重。目前,海南省人民医院已开通老年记忆门诊绿色通道,对于筛查提示有认知障碍风险的老人,由当地医疗机构直接推荐至老年记忆门诊进行规范化诊疗。刘涛表示,对于认知障碍的老年人就医,医生需要仔细询问病史,因为认知障碍是一个非常复杂的综合征,也有很多可治性、可逆性的痴呆,需要进一步检查,包括血液系统的化验、核磁共振检查以及颅周血的标志物检查等,明确诊断患者记忆下降或者认知障碍的病因,制定治疗方案。



扫码看视频

## 记者手记

让数字疗法  
“守护”老人的记忆

一部手机就可以训练,认知康复数字疗法已经飞入海南寻常百姓家。

数字医疗时代,海南走在了全国前列,正致力打造中国数字疗法创新和应用高地。连续两年,海南省委、省政府将“老年人认知障碍筛查试点”和“老年人认知康复数字疗法试点”纳入为民办实事事项,就是海南数字疗法的生动实践。

2022年,海南全省开展老年人认知障碍筛查试点工作,初步形成关注老年性痴呆、支持和参与防治工作的社会氛围。2023年,全省继续开展老年人认知障碍筛查服务并针对筛查服务中发现的风险人群开展认知康复数字疗法试点。

同时,海南广泛宣传老年痴呆的危害和防治知识,普及早筛查、早发现、早干预的重要意义,引导老年人树立脑健康主动管理理念。

在实施过程中,构建认知障碍社区防控管理网络。海南全省参与试点的各相关医疗卫生机构,分别部署认知障碍测评及数字疗法终端设备,对风险人群进行定期健康风险监测管理,初步形成省、市、县、乡(街道)三级认知障碍社区防控管理网络。

对于认知障碍患者来说,除了政府的重视和投入,家人的照顾,社会的支持也必不可少。对此,海南推进认知障碍友好社区建设,在10个以上社区开展认知障碍友好社区建设试点,提高公众对失智症的认识与接纳程度,消除对失智症的歧视。推行失智症早期社区预防及干预,降低失智症发病率。

以数字疗法为接口,关爱认知障碍老人,全社会共同努力“守护”老年人的记忆,让他们不要大快忘记“自己”,安享幸福、健康的晚年生活。