

“关注痴呆症老年群体”系列报道② 防治篇

手指操

玩拼图

记忆游戏

.....

我省派出专家团队进社区 引导老人线上线下“玩游戏” 预防和缓解认知障碍的恶化

随着认知损伤的加剧,老年人确诊痴呆症的概率就会增加。对于痴呆症老年群体,海南近年除了加强筛查和精准诊断、日常健康管理服务外,还积极以重点医院参与方式,派出专家团队进社区帮助老年群体开展认知锻炼和数字疗法,引导老年朋友线上线下“玩游戏”互动,预防和缓解认知障碍的恶化。

另一方面,社会专业养老服务机构为重度痴呆症老人提供入住照护,减轻家庭照护压力。

不过,行业专家认为,目前社会对老年痴呆症认知不够、一线专业人才欠缺、专业服务机构不足,这些因素导致老年痴呆症的防治效果有限。

南国都市报记者 王康景 李文韬 文/图



◀ 医护人员在东方洋社区使用手机给老年人做认知测试玩游戏互动。

▲ 省人民医院老年专科小组人员上门教老人做手指操。

▼ 海口东方洋社区老年人在玩拼图游戏锻炼认知能力。

本组图由记者 王康景 摄



专业化养老服务机构 为痴呆症老人提供较好的照顾

家住海口美兰区82岁的王爷爷是一位老年痴呆症患者,发病后,他无法辨认亲人、言语变得难以理解,大小便失控,还会出现攻击他人的行为。

“就是食物放在面前,他也不能自己进食。”王爷爷的家人告诉记者,由于家人都要上班,无法长时间陪伴和照顾,也不能让老人长时间独居,担心发生意外。于是,家里人商量后就把王爷爷送到了华邦美好家园(海口)孝慈苑,让老人得到专业化照顾。

住进来后,护理员每天陪护鼓励王爷爷吃饭,帮助他规律用餐,同时引导老人规律如厕养成习惯,如今他渐渐地不再依赖尿不湿。

在海口市石山镇敬老院内,记者走访中看到88岁的余长经老人正在和护理人员聊天,尽管患有比较严重的老年痴呆症,对护理员的问题常常答非所问,但经常的互动让老人显得比较开心。

“余大爷爱运动,我们就引导他积极参加园区的劳动,比如简单地和我们一起扫扫地,他得到了锻炼,也放松了身心。”敬老院助理员宋辉告诉记者,院内有老年娱乐活动场所,并且有丰富的文娱活动,有助于痴呆症老年人在活动中加强认知训练。

石山镇敬老院院长蓝海妃告诉记者,该院专门制定了每周活动表,包括手指操、关节操、保健早操、养生太极、戏曲欣赏、音乐及电影欣赏、欢乐棋牌、饭后散步、快乐下午茶等。在饮食方面,一周当中每天的食谱都有不同,充分照顾老年人的营养需求。

“我们医院与专业化的养老服务机构也积极展开了合作,包括为他们的人员提供专业化培训,但目前这些机构所能提供的入住床位有限,同时有的价位也不算低,让不少家中有痴呆症老人的家庭依然选择让老人居家。一些老人因为家人的忙碌得不到及时有效的照护,病情恶化加快,也由此带来不小的安全风险。”海南医科大学第二附属医院神经内科主任游咏说。

她介绍,该院专家团队在海口的13个社区调查了2000例60岁以上老年人,发现许多老人有不同程度认知障碍,但基本都是居家,所能得到的专业化照顾有限。

依托数字疗法 医护团队进社区开展诊疗服务

10月24日上午,在海口市秀英区东方洋社区,来自海南省人民医院的老年专科小组医护团队现场开展系列针对老年人的诊疗服务。

记者看到,医护人员带来了社区老年痴呆监测与管理调查问卷,通过海易办APP打开老年痴呆数字测试系统,里面有一些游戏、图案和文字以及音视频信息。医护人员引导老人参与答题测试,并由此得出初步的分数,以了解老人的认知情况,并建档记录,对于存在认知损伤的老年人给予关注和跟踪服务。

“我们的日常追踪服务包括定期上门给老人做认知检测,也就是使用我们的数字疗法来帮助老人强化认知训练,同时教老人做手工、手指操等。”海南省人民医院医疗保健中心/老年医学中心四区副护士长王玲说,团队专门建了一个社区管理群,对有认知障碍的居家老人开展一对一服务,并在活动中给老人派发包括拼图等游戏玩具让老人们边玩边锻炼认知能力。

当天,记者还跟随王玲的团队一起来到海悦东方小区一对80多岁高龄夫妇的家中,她们教老人做手指操,

现场普及预防老年痴呆症的知识。

“所谓数字疗法,就是我们通过手机APP让老人居家时就可线上参与游戏互动、自我检测、参与记忆游戏和语言文字互动。”海南省人民医院医疗保健中心常务副主任刘涛说,比如老人在系统互动中存在记忆力差、辨别图文能力差的问题,系统就可以针对性地向老人推送有助于增强记忆力锻炼和识别力的互动游戏内容。

据介绍,海南2023全年完成筛查3.51万人次,认知康复训练人数达到2.97万。根据数字疗法干预效果分析:干预前,认知正常老年人占比53.7%,认知下降老年人占比33.8%,认知损伤老年人占比12.5%;干预后,认知正常老年人占比提升至63.8%,认知下降和认知损伤老年人占比下降至25.6%和10.6%。

2024年,海南组织了全省范围内的老年痴呆防治促进行动,截至目前,已有48329人接受了筛查,其中31769人参与了数字疗法干预。2000人在社区或医疗机构进行了持续的痴呆监测与管理。同时,针对1000例具有高危风险的老年人进行了痴呆的精准化诊断和治疗。

公众认知欠缺+专业服务力量不足 老年痴呆症的防治面临重重困难

“在我们开展社区调研过程中,一个明显的感觉就是社会公众对老年痴呆症的认知很欠缺,加上病耻感的心理负担,不少老年人家庭不愿意接受这是一种可防可治的疾病,甚至认为老人出现痴呆就是年纪增长的‘正常现象’,不需要干预。”游咏说,社会的错位认知也让老年痴呆症的防治面临重重困难。

游咏说,海医二附院作为老年痴呆症防治专业人才的培训基地之一,发现接受该专业培训的人员不够多。专业服务力量的不足不仅体现在专业人才的欠缺,也体现在各市县主要医疗服务机构真正能开设老年痴呆防治科室的也不多。此外,社会专业化养老服务机构能够为痴呆症老人提供服务的能力也相对有限。

“老年痴呆病发与年龄增长有关,海南目前有160多万60岁以上老年人,随着老龄化的加剧,把握好防治关口期很重要。”刘涛说,目前还有大量待进入老龄区的人口,而老年人认知障碍又可以分为轻中重不同程度,通过分级分方式开展防治工作很有必要。比如针对轻度认知障碍老年人,可以持续、规律服用药物,加强认知监测和认知锻炼,调整生活方式和饮食,以有效控制认知障碍的恶化;对于进入痴呆期的患者,除辅以药物治疗和控制外,全方位的个体化管理和干预非常重要,避免情况持续快速恶化。不过刘涛也坦言,这些需要一定的家庭教育和社会基础,海南关于老年痴呆症的科普与防治工作还有很长的路要走。