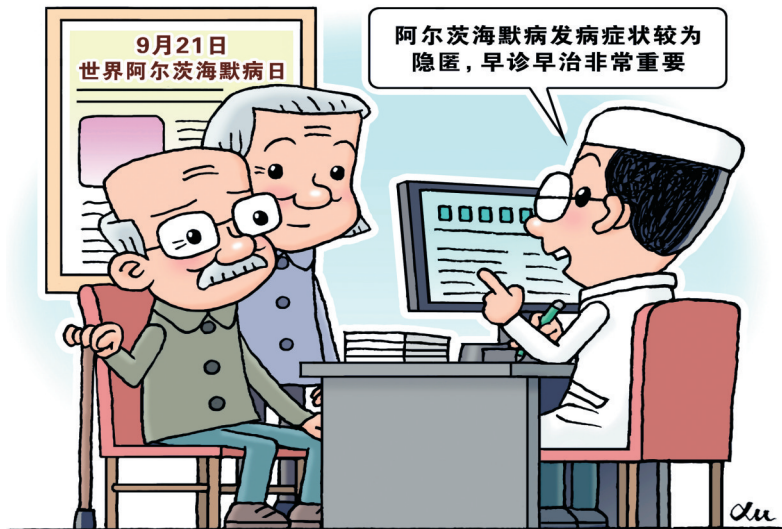


对抗“脑海中的橡皮擦” 让中医药智慧 贡献更多“良方”

“脑海中的橡皮擦”——对阿尔茨海默病的形象比喻，揭示出这一无情的疾病给患者及其家庭带来的痛苦。

与时间赛跑的不只是患者。目前，阿尔茨海默病仍是世界难题，但医学界的共识是通过积极预防和干预，能够有效延缓疾病发生和发展。这与中医“治未病”的理念不谋而合。在9月21日世界阿尔茨海默病日到来之际，记者采访了解到，随着现代医学对中医药的认识不断加深，中西医协同配合，有望为阿尔茨海默病“早防早治”提供新的路径。



阿尔茨海默病早诊早治很重要。新华社发 徐骏 作

中西医结合创新探索

“我妈妈虽然不会说话了，也不再认识她最疼爱的小儿子……我会害怕她说：‘你知不知道，在那一天之后我经历了那么多，没有丝毫与你有关。你那时不在这。’而我想告诉她：那时我在的，我一直都在。”北大教授胡泳在网络平台对患阿尔茨海默病母亲的深情告白，引发不少患者家庭的共鸣。

阿尔茨海默病是老年期痴呆最主要的类型。近年来，一批新研究成果和新药陆续问世，为患者带去希望。其中，中医药领域和中西医结合的探索，给这一疾病诊疗带来新的思路。

作为阿尔茨海默病领域的专家，中国工程院院士田金洲带领团队潜心研究，设计出根据该病不同中医证候分期治疗的序贯疗法，并研制出中国本土化的诊断技术参数，在望闻问切中寻找临床诊断和分期标准，助力这一疾病的早期诊断率跃升。

2024年，15个部门联合印发《应对老年痴呆国家行动计划（2024—2030年）》，提出“充分发挥中医药在老年痴呆治疗中的作用，推进中医医院脑病科、老年病科等相关中医优势专科建设”，并对开发中医药防治方案、推广中医药预防老年痴呆适宜技术等提出要求。

中国中医科学院广安门医院老年病科主任医师田琳认为，中医药防治阿尔茨海默病强调整体观念和个体辨证，延缓脑功能衰退，与现代医学相结合，可以进一步强化“治未病”的优势。

中医视角观疾病

从传统中医视角来看，阿尔茨海默病病因主要在于肾精亏虚和髓海不足，也与痰浊和瘀血有关。其病位在脑，却与肾、心、脾、肝等多脏腑功能失调密切相关。肾精亏虚、髓海失养的同时痰瘀互结、蒙蔽清窍，因而难愈。

中国中医科学院西苑医院脑病科主任医师孙林娟说，临床实践表明，中医药可从补肾、健脾、化痰、活血等多个途径发挥作用延缓阿尔茨海默病发展，并改善其伴随症状，如调节情绪、改善睡眠、

增强食欲、减少游走和行为异常，还可减少单纯使用西药的不良反应。而这些作用也得到越来越多现代医学研究的印证。

孙林娟介绍，中国古代文献中虽然没有“阿尔茨海默病”这一病名，但对其核心症状已有记载和论述。

例如，明代的《景岳全书·杂证谟》专立“癫狂痴呆”篇，精准地描述了痴呆的起病诱因和临床表现：“痴呆证，凡平素无痰，而或以郁结，或以不遂，或以思虑，或以疑贰，或以惊恐，而渐致痴呆。言辞颠倒，举动不经，或多汗，或善愁，其证则千奇万怪，无所不至。”

不仅如此，古籍中还记载了不少益精填髓、化痰开窍、活血通络的方药，如用于开心窍、交心肾、益智慧的“孔圣枕中丹”，用于温肾补脾、养血益精的“还少丹”，其中一些至今仍在临床应用。

“老年人、有家族史者、生活方式不良者等高风险人群需特别注意预防阿尔茨海默病。高风险人群可根据个体情况通过食疗调养，调和阴阳，健脑益智。”田琳举例说，肾虚者可常食黑芝麻、核桃以填精补脑；心脾不足者可多用红枣、山药、龙眼肉调养气血；痰瘀体质者需清淡饮食、适度运动以化痰瘀、通经络。

此外，高龄、有家族史者应进行中医体质辨识并定期评估认知功能；普通健康人群也应养成合理饮食、坚持运动、调畅情志的中医保健习惯，积极积累“认知储备”。

多方努力创造新希望

数据显示，我国60岁及以上阿尔茨海默病患者约有1000万人。年龄越大，患病风险越高。积极应对人口老龄化，防治阿尔茨海默病成为绕不开的重大课题。

让传承数千年的中医药智慧为防治阿尔茨海默病贡献更大力量，正在被更多人认可。2024年发布的《阿尔茨海默病中西医结合诊疗中国专家共识》推荐了中西医结合治疗方法，为临床实践提供规范化指导。

在早防早筛的过程中，中医药也正在从多个角度参与研究，发挥作用。

中国中医科学院西苑医院脑病科正在开展一项基于中医辨证的阿尔茨海默病危险因素干预研究，探索痰瘀体质调理对轻度认知障碍转化的阻断作用；还建立阿尔茨海默病中医证候数据库，为中医药疗效评价和机制研究提供支撑。

针对肾精亏虚、气血不足、痰浊阻窍等多种证型以中药辨证论治；通过针灸醒脑开窍、补益脾肾、活血化瘀；以穴位贴敷、芳香疗法、音乐疗法等方法综合调理……全国各地，中医医疗机构正在积极探索阿尔茨海默病的防治方案。开展认知症初筛、举行义诊、制作科普宣教视频，社会各界正在共同努力，不断为阿尔茨海默病患者创造新的希望。

（据新华社北京9月21日电 记者田晓航）

记忆差、失语、认知错乱？ 警惕阿尔茨海默病 重视早期识别

南国都市报9月21日讯（记者 王康景）9月21日是世界阿尔茨海默病日，随着人口老龄化加剧，阿尔茨海默病的患者数量有所增加，如何加强防治，减轻患者负担和受疾病影响程度，成为重要课题。近日，记者就此话题采访了海口市人民医院神经内科副主任医师张圣琼。

阿尔茨海默病可以由多种疾病引起，这些疾病会随着时间的推移破坏神经细胞并损害大脑，通常会导致认知功能（即处理思维的能力）退化，其程度超出通常预计的生物衰老后果。

张圣琼介绍，目前，全世界有超过5500万人患痴呆症，每年有近1000万新病例。痴呆症是由影响大脑的各种疾病和损伤引起的。阿尔茨海默病是痴呆症最常见的形式，约占病例数的60%—70%，也是造成全球老年人能力丧失和依赖他人的主要原因之一。

“这个疾病重点是预防和控制，尤其是要及早发现及早介入。”张圣琼说，早期介入治疗可有效延缓疾病的进展。该病早期表现比较轻，容易被忽视，比如记忆障碍，对近期发生的事情遗忘；会做的事情突然间忘记怎么做，或者忘记为什么要做；语言障碍，说话错误、含糊不清甚至失语；对时间和地点失去定向，不知季节不分白天黑夜等。此外，还会出现乱放东西、社交障碍、图像和空间障碍等。

张圣琼说，当中老年朋友特别是65岁以上人群出现上述症状，且比较频繁时，就应该引起足够重视，及时检查和治疗。

“痴呆症的发病有一个进程，第一阶段往往是轻度认知障碍，到了第二阶段进入中度痴呆期，会出现各种神经症状，可见失语、失用和失认等等，第三阶段是重度痴呆，患者生活完全不能自理。”张圣琼说，生活中人们常常会把这些症状视为“年纪大了记忆力衰退”，没有重视，从而忽略和错过了最佳介入和控制病情时机。

她表示，不同人群的患病率不同，首先是遗传因素，有家族史的人更应该注意，此外，代谢障碍、甲状腺激素分泌异常或者氨基酸代谢障碍的患者、酗酒的人以及有吸毒史的人群等，都是认知障碍的高危人群。

张圣琼说，以自己在海南的从医经历而言，海南地区的痴呆患者情况有多个特点，比如近年来筛查发现的老年认知损伤比例较高；患病率可能存在地区差异，且女性、高龄、低教育水平者风险相对较高；单身和听力障碍是危险因素，而脑力劳动和富含鱼的饮食可能是保护因素。

不过，目前海南已开始构建包括筛查、诊断、干预和照护支持在内的防治体系，但家庭照护负担和认知仍需加强。

张圣琼说，要摒除对该疾病的错误认知，除了及时发现早期症状和诊治外，还须日常加强预防，养成良好的生活、饮食、行为习惯很重要。

当确诊时，积极配合医师采取药物治疗、支持治疗、特殊护理等方式加强疾病控制，延缓病程。

广告

SW 飞利浦助听器

声望听力 动静皆宜 Ai有奇迹

活动时间：2025年9月5日—2025年9月30日

- ★家装厨卫“焕新”适老化补贴，助听器折后可再享受补贴至高10000元！
- ★预约定期测试听力、可视化耳道检查、真耳分析！
- ★每月开放服务日，到店立享配件焕新好福利！
- ★飞利浦指定助听器，“全国一口价”，预约体验中！
- ★选配指定助听器可享受“免费延保”服务！
- ★飞利浦助听器HL50新品AI3.0震撼上市，体验预约中！
- ★更多活动请联系当地验配中心或官网、官微查询！

海口龙华店：0898-66780389 地址：海口市龙华区龙华路58号华发大厦一楼04号商铺
海口省店：0898-68624796 地址：海口市秀英区美俗路10号佳禾苑飞利浦助听器
三亚中心医院：0898-88032057 地址：三亚市天涯区解放路1154号海南省第三人民医院临街B14号铺面
400-700-4331 网址：www.szhyssound.cn
验配支持地址：海口 三亚 深圳 珠海 河源 海丰 陆丰 揭阳 普宁 惠州