



## 神经内科健康小贴士

# 当你老了，头发可以白…… 阿尔茨海默病不可有

文 | 曹茂红（通大附院神经内科主任医师）

首先告诉大家一个好消息：据最近统计结果报道南通市人均期望寿命是 80.98 岁，高于全省平均水平！

随着人们生活水平的提高、寿命的延长，人口老龄化已成为现实。人类的疾病谱也发生了显著的变化，老年病、慢性病是威胁人类健康、影响生活质量的主要疾病，如心脑血管疾病、阿尔茨海默病、帕金森病等。当我们渐渐变老，健康、快乐、有质量、有尊严的老年生活尤为可贵！今天，我就简单谈谈关于阿尔茨海默病。

## 什么是阿尔茨海默病？

阿尔茨海默病（AD）是发生于老年和老年前期以进行性认知功能障碍和行为损害为特征的中枢神经系统退行性疾病，是老年期最常见的痴呆类型。我国目前 AD 患者有 800 万以上。临床上表现为记忆障碍、失语、失用、失认、视空间能力损害、抽象思维和计算力损害，出现人格和行为改变等。该病缓慢起病，进行性加重，对老年人的生活质量造成严重的影响，从而给家庭带来沉重的治疗负担和护理困难。

## 为什么要早期识别阿尔茨海默病？

人们常常认为年纪大了记性差了是正常老化，往往重视不够。其实阿尔茨海默病是一种疾病，不等同于正常老化，这种病的特点是脑部的神经元发生了病理性改变。阿尔茨海默病从正常人—临床前期—轻度认知功能障碍期—痴呆期，而脑部的病理改变在症状出现前 10~20 年就已经开始，当病理改变发展到一定程度才出现症状。所以，早期筛查、早期发现、早期预防是至关重要的。

## 如何进行早期筛查？

随着对疾病本质认识的不断深入，现代医学对早期筛查进行大量的研究，筛查方法有：详细的病史的了解、可能导致认知功能损害相关疾病的血液学检查（包括有一套指标）、头颅 MRI（脑结构改变）、脑脊液（CSF T-tau、P-tau181 和 A $\beta$ 1-42）、PET（<sup>11</sup>C-PIB、<sup>18</sup>F-T807）、尿 AD7c-NTP 以及量表的评估等。对有家族史，有高血压、糖尿病史，自己感觉或家人察觉有近记忆力减退现象建议尽早检查。60 岁以上的正常人群能像筛查心脑血管病一样进行简易筛查。