

[加] 瑞德·普瓦里耶

著

[加] 塞尔日·戈捷

高翔 奚小冰 黄纲 主译

La maladie d'Alzheimer: le guide

阿尔茨海默病

全指南

世界图书出版公司

[加] 瑞德·普瓦里耶 著
[加] 塞尔日·戈捷
高翔 奚小冰 黄纲 主译

La maladie d'Alzheimer: le guide

阿尔茨海默病

全指南

世界图书出版公司

上海·西安·北京·广州

Original title: La maladie d' Alzheimer: le guide by Judes Poirier & Serge Gauthier

Copyright © 2011, Editions du Trécarré

All rights reserved

Current Chinese translation rights arranged through Divas International, Paris

巴黎迪法国际版权代理

(www.divas-books.com)

本版权限在中国境内（不包括香港及澳门特别行政区和台湾）出版及标价销售。未经许可之出口，视为违反著作权法，将受法律之制裁。

图书在版编目 (CIP) 数据

阿尔茨海默病全指南 / (加) 普瓦里耶, (加) 戈捷
著; 高翔, 奚小冰, 黄纲译. -- 上海: 上海世界图书
出版公司, 2014.5

ISBN 978-7-5100-7648-0

I. ①阿… II. ①普… ②戈… ③高… ④奚… ⑤黄
… III. ①老年痴呆症 - 防治 IV. ①R592

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第044823号

阿尔茨海默病全指南

[加] 瑞德·普瓦里耶 [加] 塞尔日·戈捷 著
高翔 奚小冰 黄纲 主译

上海世界图书出版公司 出版发行

上海市广中路88号

邮政编码 200083

杭州恒力通印务有限公司印刷

如发现印刷质量问题, 请与印刷厂联系

质检科电话: 0571-88914359

各地新华书店经销

开本: 787 × 960 1/16 印张: 12 字数: 160 000

2014年5月第1版 2014年5月第1次印刷

印数: 1-3700

ISBN 978-7-5100-7648-0/R · 315

图字: 09-2013-616 号

定价: 58.00元

<http://www.wpcsh.com.cn>

<http://www.wpcsh.com>

译者名单

主 译 高 翔 奚小冰 黄 纲

副主译 林吉祥 徐正安

译 者 (按姓氏笔画排序)

马峥嵘	万世元	王文昊	王永灵	王剑飏
王蓓芸	刘 芳	孙怡婕	朱 音	李 琰
李 瑾	李晨光	沈 艺	沈 琳	汪海娅
吴秀菊	张 栩	张 雯	邹 妮	金维捷
林吉祥	林忠华	罗 蔓	郁 琼	周士萍
祝 炜	高 翔	莫文权	唐德志	陶 婷
奚小冰	徐正安	曹 玮	崔学军	黄 敏
梁倩倩	戚清权	程 云	程倩秋	董翠珍
韩 力	黄 纲	谢吟灵	谢贤斐	廖明娟
裴旭海	潘露茜	薛 彬		

本书作者编写的其他相关文献

Poirier, Judes, ed. 1997. *Apoptosis: Techniques and protocols. Neuromethods 29*. New York: Humana Press.

Gauthier, S., A. Burns, and W. Petit. 1997. *Alzheimer's disease in primary care*. London: Martin Dunitz.

Gauthier, S., A. Burns, and W. Petit. 1997. *La Maladie d'Alzheimer en médecine générale*. London: Martin Dunitz.

Gauthier, S., ed. 1998. *Pharmacotherapy of Alzheimer's disease*. London: Martin Dunitz.

Gauthier, S., ed. 2001. *Clinical diagnosis and management of Alzheimer's disease*. Rev. 2nd ed. London: Martin Dunitz.

Erkinjutti, T. and S. Gauthier, ed. 2002. *Vascular cognitive impairment*. London: Martin Dunitz.

Gauthier, S., P. Scheltens, and J. Cummings, ed. 2005. *Alzheimer's disease and related disorders*. London: Martin Dunitz/Taylor & Francis.

Gauthier S., ed. 2007. *Clinical diagnosis and management of Alzheimer's disease*. 3rd ed. London: Informa Healthcare.

Wahlund, L.O., T. Erkinjutti, and S. Gauthier, ed. 2009. *Vascular cognitive impairment in clinical practice*. Cambridge: Cambridge University Press.

Gauthier, S. and C. Ballard. 2009. *Management of dementia*. London: Informa Healthcare.

谨以本书献给弗朗辛 (Francine) 、路易丝 (Louise) 、泰雷兹 (Thérèse) 、埃里克 (Éric) 、朱迪思 (Judith) 、卡特琳 (Catherine) 和亚历山大 (Alexandre) ，感谢他们帮助我们历尽磨难，终成本书。

前 言

有一件事一直压在我心头，好几年了，就是阿尔茨海默病（老年痴呆症），我的妻子露西（Lucie）正遭受着它带来的痛苦。像许多家庭一样，我们一边积极应对，一边对本该只有死亡才能失去的许多美好时光的消逝而感到悲痛。对话、亲近、互诉梦想，都已不再可能。然而患此病的不仅露西一人，目前全世界有4000万的患者，在一代人的时间内，此数目预计将达到8000万人。

在我们的人口老龄化情况下，阿尔茨海默病开始呈现流行病的趋势，将严重影响魁北克人和加拿大人。著名的寓言作家让·德·拉封丹（Jean de La Fontaine）肯定地说，尽管不是每个人将亲身罹患此病，但我们都将受到它的影响。毫无疑问，人人都将会看到自己的家人被诊断为此病，并需要照顾。

每天，照护者需要鼓励、支持和建议来帮助他们履行自己的角色并作出正确的决定。对于即将到来的一代，他们需要知道研究是否有进展，是否可以减少他们对父母和祖父母的担忧。这本书既清晰地回答了问题，又通俗易懂地介绍了有关术语。它为看护者提供建议，并提供准确的数据和医学解释，以帮助年轻的读者理解并消除迷信。

瑞德·普瓦里耶（Judes Poirier）和塞尔日·戈捷（Serge Gauthier）两位博士因他们在该领域的学识而众所周知，他们对过去和现在的研究进行了有效的总

结，甚至对未来进行了简短的介绍。对于我们所关注的方面，他们的方法是直接而严格的。本书包括了阿尔茨海默病的遗传性，危险因素，诊断，疾病发展、治疗和预防。幸运的是，许多研究人员和临床医生正为推进这个领域的研究而投入大量的精力，此外作者提供的信息也令人感到欣慰。

如果我能有一个愿望，我愿《阿尔茨海默病全指南》能在患者出现症状之前，及时进入家庭。理由很简单，当家中没人患此病时有没有这本书都没关系。如某人直到怀疑配偶有阿尔茨海默病症状才去看这本书，如果配偶知道他在阅读这本书，那么他等待的可能是配偶的愤怒反应。我们必须用理解、尊重和爱的方式处理问题，以避免与阿尔茨海默病患者产生不必要的冲突。必须认识到，绝大多数人在疾病的初始阶段往往否认他们有症状，甚至拒绝讨论此类话题。

没有人能说，预防措施对任何患者都有效，但肯定有益无害。健康的饮食、体育锻炼和教育，将始终保证一个更好的生活质量，这些需要鼓励。虽然露西和安德烈·查冈基金会不能阻止阿尔茨海默病，但是基金会还是把预防列为中心任务。我认为，在每一个领域，预防必须优先，这是因为更多的阿尔茨海默病研究病例，将使全社会的人力和财力成本在未来几年内大幅增加。

自从100多年前该病被识别以后，治疗上有了很大进展，医生给予患者更加先进的治疗方式。自从2004年以来，戈捷（Gauthier）博士一直照看我的妻子，当我见到他后，我有机会看到了这一切。通过人性化的治疗手段，多年来他已经成功地与露西和我们的家庭建立亲密的关系，对此我深表感谢。

安德烈·查冈（André Chagnon）

主席及行政总裁

露西和安德烈·查冈基金会

目 录

引言 “婴儿潮”时代的阿尔茨海默病	1
第一章 阿洛伊斯·阿尔茨海默教授：一位用心的科学家	5
奥古斯特·德特尔（Auguste Deter）病例	9
第二章 疾病的流行病学分布	17
第三章 阿尔茨海默病的诊断	27
阿尔茨海默病的首发症状	27
对疑似阿尔茨海默病患者应如何检查？	29
如何告知已被确诊的患者	32
是否要专家给予咨询指导？	36
第四章 阿尔茨海默病的自然进程	45
阿尔茨海默病的发展阶段	45
阿尔茨海默病进展中的直接影响	49

履行法律文件	50
第五章 阿尔茨海默病目前的治疗	55
第一阶段（无症状或未测得认知功能障碍）	55
第二阶段（轻微症状但未测得认知功能障碍）	59
第三阶段（轻微症状、可测得认知功能障碍但无功能下降，或轻微认知功能障碍）	59
第四阶段（轻度痴呆）	60
第五阶段和第六阶段（中度至重度痴呆）	65
第七阶段（极重度至痴呆末期）	67
第六章 关于探寻阿尔茨海默病可能病因的百年研究	71
环境因素	72
遗传因素	77
遗传因素与常见阿尔茨海默病类型	79
伦理问题和遗传学	90
第七章 日常危险因素与保健方法	95
教育水平与阿尔茨海默病	98
红酒的作用？	103
生活方式和个人策略	105
体育锻炼	105
智力训练	105
健康营养的饮食	107

综合性干预措施	107
如何参与医学研究?	108
第八章 未来的雏形, 或将来的医学研究	113
淀粉样蛋白: 被动免疫实验	116
Dimebon: 对症药物抑或是疾病的稳定者?	117
新型且更有效的对症药物?	118
延长神经细胞的寿命: 生长因子和干细胞	119
抗氧化剂: 值得进一步研究?	123
关于绝经后的女性使用激素	125
如果糖尿病是危险因素, 那为什么不用胰岛素呢?	125
为什么不刺激懒惰的APOE基因?	126
何以实施最佳预防方案?	129
第九章 改变阿尔茨海默病进程需要作出的重要决定	141
初次就诊	141
一旦确诊, 是否需要告知患者?	144
丧失工作能力情况下的卫生保健代理人和授权委托书	145
阿尔茨海默病的患者必须服药吗?	146
患者仍然可以开车吗?	147
患者独自生活是否安全?	148
患者能单独外出吗?	149
患者生气的时候你该怎么做?	151

什么时候应该把患者送入护理院?	152
患者能停用药物吗?	152
需要治疗肺炎吗?	152
什么时候采取措施保护照护者的健康?	154
结论：百年进展和展望	159
后记	163
了解更多	167
关于作者	171

阿尔茨海默病全指南

可见的症状。当第一个症状出现时，如在短期记忆下降或想不起某些词汇，本病才被诊断。在这个阶段，患者或家属推迟去看医生的情况并不少见，因为他们相信达到一定年龄记忆衰退是非常正常的。

在图1中可以看到，病情初期的主要影响就是记忆损害，在最初几年变得更糟。然后独立性功能逐渐丧失——管理自己财务状况、开车、做饭，甚至是照顾料理自己的基本需求。运动障碍之后，就会经常出现行为问题，表现因个体和性别而异。特别是容易莫名其妙的生气、过激，或者相反的，表现为冷漠、缺乏兴趣。在疾病后期，在很大一部分受影响的人中会有更多的问题出现，剥夺他们的身体活动的独立性。

可以看出，阿尔茨海默病远远不止是记忆障碍性疾病。在那些65岁及以上的患者中，疾病在大脑各功能区的记忆、学习、判断、情绪甚至是运动功能区发展的很

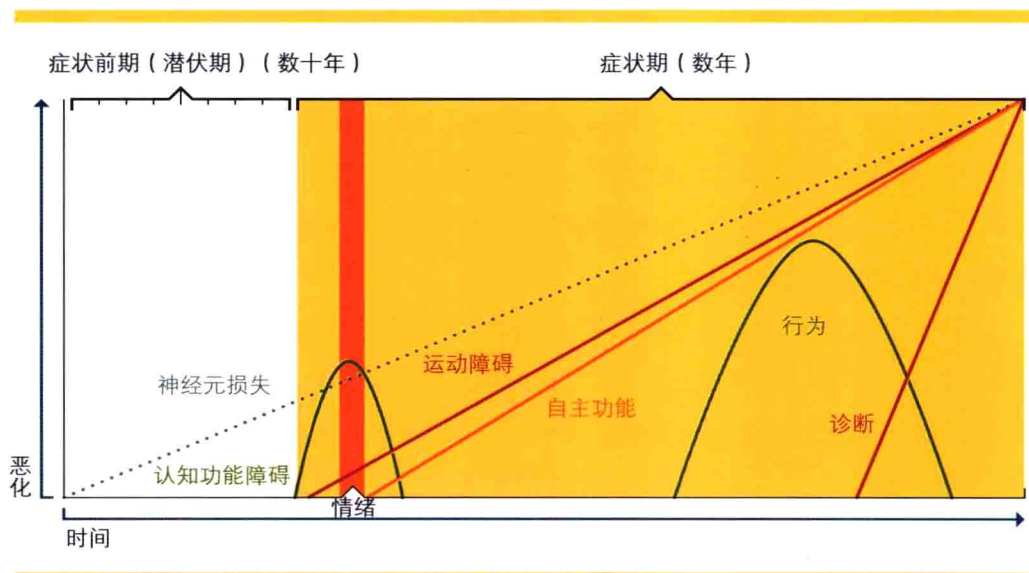


图1 阿尔茨海默病的发展过程 (XE级进展)

慢。事实上，第二次世界大战后的第一波“婴儿潮”出生的人现已满65岁，阿尔茨海默病的患病率在这些人中却几乎是爆炸性的增加。这本书给出了关于此病当前状态的详细分析，随着时间的推移疾病的发展状况，以及各种医疗机构为减缓病情的发展，或有效控制此病最棘手的症状而做出的努力。总之，这本书尝试着总体阐明此疾病，解答患者及患者家属们的常见问题。书中系统回顾了100多年来关于此病的医学研究结果，包括有前景良好与前景迷茫的结果。提出了现代阿尔茨海默病的局域性和全局性观点，以及在不久的将来我们的社会将不得不面对的选择。

这本书概述了医学界和科学界关于阿尔茨海默病病因及治疗方法的最新研究进展，正在发展的预防方法和已被验证有效的可能会减慢或阻碍病情的发展生活习惯。作者既没有选择就医也没有选择药方，而是选择了诸多的讨论因素中的饮食和锻炼。

最近人口数据采集了世界各地阿尔茨海默病患者未来30年相当可怕和凄凉景象：将会有更多的人受此病的影响、惊人的医疗费用、有限的治疗效果以及缺乏热情的研究投资。这就是说我们觉得向读者更加充分解释现状是最重要的，以此消除现在依然坚持存在的某些迷信，并以更人性化的方式说明疾病的各个阶段，和各个阶段中家人必须做出的选择。总之，我们必须如实告知，而不是危言耸听或空洞的辩论。我们比5年前更加了解此病。从很难检测此病发展到非常复杂的防范措施阶段。我们希望通过减少过分专业而更容易理解的方式与读者共享关于此病的病因和治疗方法的新理解。



第一章

阿洛伊斯·阿尔茨海默教授： 一位用心的科学家

1864年6月14日，在德国马克布赖特的巴伐利亚小镇上，皇家公证员爱德华·阿尔茨海默第二个儿子阿洛伊斯·阿尔茨海默出生了，他的出生很顺利，根据天主教仪式，两个星期后在他父亲的家里接受了洗礼。1995年，礼来制药公司将其变成了博物馆和国际会议中心。

小阿洛伊斯有个无忧无虑的童年，直到1874年，他的父亲决定将他送到镇上邻近的学校，在阿沙芬堡和他的哥哥生活在一起，继续学业。阿洛伊斯出生以后，他的五个弟妹也相继出生，因为

需要更多的空间，他们决定加入到在阿沙芬堡的伯父家中生活。

1883年他高中毕业，老师在他的报告中这样写道：“这位学生在校期间，对自然科学有着特别的偏爱，自然科学成绩优异。”高中毕业前不久，他失去了母亲，他的父亲很快再婚了，并有了孩子。

在阿尔茨海默家庭，关注人类福祉是阿尔茨海默家族的传统，也是这个原因，好几个家庭成员从事了教学或教士工作。至于阿洛伊斯，结合他个人对自



今天的维尔茨堡市

然科学的兴趣和人际关系，他看到了医学界的机会，研究的热情伴随着他的生命直到51岁去世。虽然他的哥哥曾建议他和他一起到维尔茨堡市的大学，但阿洛伊斯决定采取一个大的飞跃，并着手开始了他在柏林的大学研究。

1883年的秋天，他正式进入弗里德里希·威廉皇家大学医学院，瓦尔代尔（Waldeyer）教授的解剖课令他着迷。著名病理学家曾发表在癌症发展的一个突破性的科学文章，这篇文章打破了现有的既定教条。有趣的是，这项工作仍

然是对人体内癌症传播的不同途径的基础研究。次年，阿洛伊斯在离家较近的维尔茨堡市继续他的研究。在那里，他发现了他挚爱的一项运动——击剑，直到有一天，他的面部受到严重创伤，给他留下了深深的伤痕。

这是阿尔茨海默总是拒绝从右侧拍照的外表原因。在1886年的冬天，阿尔茨海默离开维尔茨堡大学，进入蒂宾根大学做了更高级的实习。作为一个年轻人，他相当高的个子（1.8米）让他有了一个强壮有力的外表，这也