

吃治百病系列丛书第二辑

CHIZHIBAIBINGXILIECONGSHUDIERJI

何清湖 总主编

老年痴呆症

患者最想知道什么

周小青 刘旺华 编著



- 一册在手，问题都走，不用求人，答案自有。
- 本书特点：通俗、普及、实用，一读就懂，懂了会用，用了有效。
- 自古以来，食以养命，药以治病。
- 服中西药、食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶等，均为健身祛病之良法，可谓三分治，七分养，其理正是如此。

山西科学技术出版社



吃治百病系列丛书第二

何清湖 总主编



老年痴呆症

江苏工业学院图书馆
患者最知道
周小青 刘旺华 编著
藏书章



山西科学技术出版社

R749.105
795

图书在版编目(CIP)数据

老年痴呆症/周小青等编著. —太原:山西科学技术出版社, 2004. 1
(吃治百病系列丛书第二辑)
ISBN 7-5377-2165-3

I. 老... II. 周... III. 老年痴呆—防治
IV. R749.105

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 059217 号

老年痴呆症——患者最想知道什么

作 者:周小青 刘旺华 编著
出版发行:山西科学技术出版社
社 址:太原市建设南路 15 号
编辑部电话:0351-4922073
发行部电话:0351-4922121
电子信箱:cbsszc 2643@ sina.com
印 刷:黎城印刷有限公司印装
开 本:787×960
字 数:174 千字
印 张:8.25
版 次:2004 年 1 月第一版
印 次:2004 年 1 月第一次印刷
印 数:1-3000 册
书 号:ISBN 7-5377-2165-3/R.813
定 价:14.50 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

前 言



健康是人们永恒的追求。

自古以来，食以养命，药以治病。三分治，七分养。“先以食疗……后乃用药尔”（孙思邈语）。药食同源，药食一家，对于疾病而言，饮食调理和药物治疗有着同等重要的地位。药食通过口吃入胃消化吸收之后，其营养成分和药理成分通过血液循环到达全身各组织器官，发挥其应有的作用。本丛书突出“吃治”重点，无论服中药、服西药、吃中西成药，还是食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶、尝药糕，甚至平常谷蔬果菜、盐油酱醋、飞禽走兽、鱼虾贝介等等，凡从口入，并且对疾病的调养和康复大有裨益者，均属本丛书的范畴。当然，药食治病必有法度，亦必有禁忌；强调经口入胃的治疗方法，并不排除其他各种治疗途径。

本丛书主要面向广大患者及其家属，以科普的形式介绍了临床常见病及多发病的基本知识、中西药物和食物治疗方法。各分册均以章为纲，章下设

题论述。力求通俗化、普及化、实用化，使读者“一读就懂，懂了会用，用了有效，安全可靠”。我们希望每一个人都能“吃出健康来”。

本丛书第一辑 20 本出版后，得到了山西省新闻出版局的领导、山西科学技术出版社的编辑和国内部分中医、中西医结合专家的充分肯定，许多读者来信与作者进行沟通或咨询病情，他们鼓励我们继续做好第二辑的编纂工作，以更好的宣传和普及医学科普知识，提高人们的生活和健康水平。为此，我们在原编纂作者的基础上，调整编委会，加强力量，一鼓作气，在短短的一年时间内，完成了全部第二辑编纂任务。

本丛书(第二辑)由湖南省中西医结合学会负责组织，得到了湖南中医学院、湖南省中医药研究院、湖南省中医药学校、湖南省株洲市药检所、上海中医药大学龙华医院等单位的大力支持，在山西科学技术出版社赵志春副总编的策划下，集中了尤昭玲、龙森泉、蔡光先、周小青、彭光辉等专家和一批中青年学者、医生的集体智慧，共聚其成。在此，谨对以上单位和个人表示衷心谢意！

何清湖

《吃治百病》系列丛书第二辑编委会

主任委员：尤昭玲

副主任委员：龙森泉 蔡光先

周小青

总策划：赵志春

总主编：何清湖

副总编：谭同来 刘祖贞

编委：(以姓氏笔画为序)

王 昊	王永宏	田 松	田道法	申飘杨
向秀梅	刘 胜	刘庆林	刘旺华	刘祖贞
刘朝圣	刘慧萍	江劲波	孙霁平	李 玄
李 轩	李 牧	杨志波	吴吉苟	吴红玲
忻耀杰	何清湖	陈美仁	陈晋广	张 迅
张 伟	张 烨	张咏梅	张晓晓	张旄旄
周小青	周国兴	郑毅春	胡田生	胡伟才
赵复锦	袁明杰	聂绍通	夏晓凯	晏建立
郭 翔	唐兴荣	黄水仙	曹道忠	喻京生
雷晓明	谭同来	魏高文	戴永江	
秘书：张 伟	向秀梅	樊丽花		

目 录

第一章 诊病需知

1. 你知道什么是痴呆吗? (2)
2. 什么是老年痴呆定义? (3)
3. 老年痴呆有几种类型? (3)
4. 什么是老年性痴呆? (4)
5. 什么是血管性痴呆? (5)
6. 什么是多发梗塞性痴呆? (6)
7. 什么是帕金森痴呆? (6)
8. 什么是麻痹性痴呆? (7)
9. 拳击家痴呆是怎么回事? (8)
10. 老年痴呆的患病率有多高? (8)
11. 易患痴呆的危险人群有哪些? (8)
12. 老年痴呆常见病因有哪些? (10)
13. 怎样诊断痴呆? (12)
14. 痴呆的诊断标准是什么? (13)
15. 老年痴呆病人需作哪些检查? (13)
16. 痴呆也有假的吗,如何区别真假? (16)
17. 老年痴呆与急性谵妄状态有何不同? (18)
18. 记忆力不好就是痴呆吗? (18)
19. 老年人记忆力减退会变成痴呆吗? (19)
20. 中年人会患痴呆吗? (19)



21. 老年痴呆有什么早期信号? (20)
22. 血管性痴呆在我国发病率高吗? (23)
23. 血管性痴呆常见病因有哪些? (23)
24. 血管性痴呆有哪些危险因素? (25)
25. 血管性痴呆与吸烟有关系吗? (27)
26. 血管性痴呆与饮酒有关系吗? (28)
27. 血管性痴呆有哪些主要表现? (29)
28. 如何诊断血管性痴呆? (30)
29. 老年性痴呆会传染吗? (31)
30. 老年性痴呆会不会影响寿命? (31)
31. 老年性痴呆与遗传有关吗? (32)
32. 老年性痴呆与社会心理因素有关吗? (33)
33. 老年性痴呆有哪些症状? (33)
34. 中风会引起痴呆吗? (35)
35. 脑外伤与痴呆有何关系? (36)
36. 老年性痴呆和血管性痴呆有何不同? (36)
37. 药物可导致痴呆吗? (38)
38. 老年痴呆的简易检测法是什么? (38)
39. 脑功能性检查(PET、SPCT)对诊断老年性痴呆
有何意义? (39)
40. CT 和 MRI 对老年性痴呆的诊断价值有
多大? (39)
41. 血管性痴呆与高血压有何联系? (40)
42. 脑动脉硬化与痴呆有何联系? (41)
43. 脑电图检查对痴呆诊断有何意义? (41)

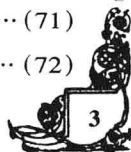
目 录

- 44. 痴呆有办法治疗吗? (42)
- 45. 老年痴呆易发生哪些并发症? (43)
- 46. 老年痴呆患者的死亡原因有哪些? (44)
- 47. 老年痴呆常用治疗方法有哪些? (45)
- 48. 老年痴呆预后怎样? (47)



第二章 吃治原则

- 1. 老年痴呆膳食原则有哪些? (50)
- 2. 老年痴呆的膳食应注意哪些? (51)
- 3. 饮食有节指什么? (55)
- 4. 杂合以养指什么? (55)
- 5. 合理膳食指什么? (55)
- 6. 辨证施食指什么? (58)
- 7. 老年人的食补原则有哪些? (58)
- 8. 怎样选择适合自己的进补方法? (63)
- 9. 为什么要严格掌握用药指征、合理用药? (63)
- 10. 老年人吃药有什么原则? (67)
- 11. 老年痴呆症如何选用食用油? (69)
- 12. 老年痴呆症患者需要补充哪些矿物质和微量元素? (69)
- 13. 老年痴呆的治疗原则是什么? (70)
- 14. 如何照料老年痴呆病人的饮食? (71)
- 15. 如何照料老年痴呆病人服药? (72)



第三章 中药处方

1. 中草药能治疗老年痴呆吗? (76)
2. 老年痴呆的常见证型有哪些? (76)
3. 治疗老年痴呆补肾有何道理? (77)
4. 治疗老年痴呆养心有何道理? (78)
5. 髓海不足型老年痴呆怎么治疗? (79)
6. 心脾两虚型老年痴呆怎么治疗? (81)
7. 痰浊阻窍型老年痴呆怎么治疗? (82)
8. 老年痴呆气滞血瘀型怎么治疗? (84)
9. 气虚血瘀型老年痴呆怎么治疗? (86)
10. 脾肾阳虚型老年痴呆怎么治疗? (87)
11. 肝肾阴虚型老年痴呆怎么治疗? (89)
12. 心火亢盛型老年痴呆怎么治疗? (90)
13. 肝阳上亢型老年痴呆怎么治疗? (91)
14. 痰火忧心型老年痴呆怎么治疗? (91)
15. 心肾不交型老年痴呆怎么治疗? (92)
16. 阴阳两虚型老年痴呆怎么治疗? (92)
17. 精血亏虚型老年痴呆怎么治疗? (92)
18. 肾虚血瘀型老年痴呆怎么治疗? (93)
19. 痰瘀互阻型老年痴呆怎么治疗? (93)
20. 瘀血阻窍型老年痴呆怎么治疗? (95)
21. 防治老年痴呆的常用单方有哪些? (97)



目 录

22. 治疗老年痴呆的常用经验方有哪些? (98)
23. 治疗老年痴呆的常用中成药有哪些? (98)

第四章 西药处方

1. 治疗老年痴呆的常用西药有哪些?(106)
2. 改善痴呆患者智能的药物有哪些?(106)
3. 促大脑代谢的药物有哪些? (108)
4. 改善脑循环的药物有哪些? (111)
5. 钙离子拮抗剂能治疗
阿尔茨海默痴呆吗?(113)
6. 老年痴呆患者发生睡眠障碍
该怎么办? (113)
7. 老年痴呆患者发生焦虑、抑郁时
该怎么办? (115)
8. 老年痴呆出现精神症状怎么办?(118)
9. 胆碱能药物能治疗阿尔茨海默痴呆吗? (120)
10. 帕金森病的痴呆应从哪几方面治疗?(121)
11. 患了慢性进行性舞蹈病应怎么治疗?(124)
12. 脑叶萎缩症该怎么治疗?(125)
13. 麻痹性痴呆治疗方法有哪些? (126)
14. 正常颅压脑积水如何治疗?(128)
15. 老年痴呆使用镇静剂要注意些什么?(128)



16. 安理申能治疗痴呆吗? (128)

第五章 自购药物

1. 抗痴呆药能否直接到药房购买? (132)
2. 老年痴呆使用自购药物应注意哪些问题? (132)
3. 老年人自购药物容易出现的错误有哪些? (134)
4. 自购药物应怎样保存? (135)
5. 自购药物时如何照料痴呆病人服药? (135)
6. 防治老年痴呆的自购药物有哪些? (136)

第六章 食物疗法

1. 为什么食物疗法可以防治老年痴呆? (142)
2. 饮食营养对防治老年痴呆有何作用? (143)
3. 如何照料痴呆病人的饮食? (145)
4. 什么是进补? (146)
5. 进补时如何安排日常饮食? (147)
6. 食补有哪些好处? (148)
7. 什么叫药膳? (148)
8. 药膳有哪些特点? (149)
9. 药膳的用法和用量如何掌握? (149)



目 录

10. 药膳的烹调方法有哪些? (150)
11. 老年性痴呆怎样进补? (151)
12. 怎样根据痴呆患者的体质选择进补
 饮食? (151)
13. 老年人饮食为什么要以谷类为主, 兼顾
 多样化? (152)
14. 为什么吃鱼能健脑? (153)
15. 常吃蔬菜、水果对预防老年痴呆有何
 作用? (154)
16. 常吃生姜对预防老年痴呆有作用吗? (154)
17. 常食大蒜有何益处? (155)
18. 常食洋葱对预防痴呆有何好处? (156)
19. 食补的食物品种有哪些? (156)
20. 健脑食物有哪些? (157)
21. 常用防治老年痴呆的食物有哪些? (159)
22. 常用防治老年痴呆的药膳配料有哪些? (164)
23. 常用的防治老年痴呆的药膳有哪些? (172)
24. 高血压患者防治老年痴呆的验方有
 哪些? (177)
25. 糖尿病患者预防老年痴呆的验方有
 哪些? (178)
26. 脑动脉硬化患者用何药膳预防血管性
 痴呆? (179)
27. 哪些醋浸保健食品可预防心脑血管疾病

和痴呆?(180)

28. 饮用茶剂为什么能防治老年痴呆?(181)

28. 防治老年痴呆的常用药茶原料有

哪些?(182)

30. 防治老年痴呆的药茶验方有哪些?(183)



第七章 吃治忌口

1. 老年人饮食有何宜忌?(190)

2. 为什么适当节食有助于健康长寿?(190)

3. 为什么忌饮食单调?(191)

4. 为什么忌过食油腻厚味?(191)

5. 为什么忌饮食过饱?(192)

6. 为什么忌长期食素?(193)

7. 为什么忌过吃水果?(195)

8. 为什么忌用维生素 C 代替蔬菜?(195)

9. 为什么忌食久存蜂蜜?(196)

10. 为什么忌过食猪肝?(196)

11. 为什么忌过食肥肉?(196)

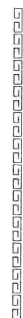
12. 为什么忌多吃鱼肝油?(197)

13. 为什么忌多食油条?(197)

14. 为什么忌多饮鸡汤?(197)

15. 为什么忌生吃鸡蛋?(198)

16. 为什么忌过量食用高蛋白?(198)



目 录

17. 为什么不宜食用鹌鹑蛋? (199)
18. 老年人吃糖应注意什么? (199)
19. 为什么忌饮食过咸? (201)
20. 吃高蛋白食物后为什么不宜饮浓茶? (202)
21. 为什么忌喝隔夜银耳汤? (202)
22. 为什么不要忽视增强记忆的食物? (202)
23. 为什么忌烟酒? (203)
24. 为什么要慎用维生素 E? (205)
25. 为什么忌长期服用容易引起
 高血压的药物? (206)

第八章 其他疗法

1. 痴呆病人如何进行智力锻炼? (210)
2. 痴呆病人如何进行记忆锻炼? (211)
3. 针刺疗法可以治疗老年痴呆吗? (213)
4. 针灸为何能健脑、防治老年痴呆? (214)
5. 治疗老年痴呆的常用腧穴及刺激区有
 哪些? (215)
6. 治疗老年痴呆的常用耳穴有哪些? (215)
7. 治疗老年痴呆的选穴组方有哪些? (216)
8. 怎样用刺血疗法治疗老年痴呆? (216)
9. 怎样用穴位注射法治疗老年痴呆? (216)
10. 怎样练习健脑手指操? (217)



诊

第1章

病

须

知