

《精神卫生科普》丛书

糊涂的老人



陕西出版集团
陕西科学技术出版社

目前全球有**老年痴呆**患者2430万人，在我国65岁以
上的老人中，患老年痴呆的约占老年人口总数的3%，
8%、80岁以上的则高达30%，而90岁以上则高达40.8%。
老年痴呆已成为人类的第四大致死原因，关注痴呆，
刻不容缓！

解读老年性痴呆症

◎主审于欣 ◎主编师建国 ◎本册主编张露莹

《精神卫生科普》丛书

糊涂的老人

主 审 于 欣

主 编 师 建 国

本册主编 张露莹

陕西科学技术出版社
陕西出版集团

图书在版编目 (CIP) 数据

糊涂的老人：解读老年性痴呆症 / 张露莹主编. —
西安：陕西科学技术出版社，2012.1
(精神卫生科普丛书 / 师建国主编)
ISBN 978-7-5369-5113-6

I. ①糊… II. ①张… III. ①老年痴呆症—防
治—普及读物 IV. ①R749.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第128029号

出版者 陕西出版集团 陕西科学技术出版社
西安北大街131号 邮编 710003
电话(029)87211894 传真(029)87218236
<http://www.snstp.com>

发行者 陕西出版集团 陕西科学技术出版社
电话(029)87212206 87260001

印 刷 西安青山彩印厂

规 格 880mm × 1230mm 32开本

印 张 6

字 数 145千字

版 次 2012年1月第1版
2012年1月第1次印刷

定 价 23.00元

版权所有 翻印必究

(如有印装质量问题，请与我社发行部联系调换)

《精神卫生科普》丛书编委会

主 审 于 欣

主 编 师建国

副主编 吴 斌 曹 平 李录志 李巧兰 徐 静 赵小宁

编 委 师建国 吴 斌 曹 平 李录志 李巧兰 徐 静

赵小宁 周晓民 刘飞虎 王宝安 行养玲 蔺华利

张露莹 杨向东 戴尊孝 唐全胜 唐卫东 贾 伟

钟意娟 张 辉 张宏伟 邓克文 徐渭龙 雷 莹

白义宝 乔向阳 张玉平 陶美珍 李金惠 梁小平

李亚娟 牛清亮

《糊涂的老人——解读老年性痴呆症》编委会

主 编 张露莹

副主编 陈良梅 李金惠 雷 莹

编 委 张露莹 陈良梅 李金惠 雷 莹 李超

苏艳丽 侯吉星 彭 伟 党云皓

插 图 张鹏里

内 容 提 要

中国已经进入老年型社会，老年性痴呆的患病率急剧上升。本书通过通俗易懂的语言文字，介绍了老年痴呆症的一些基本知识。全书包括的内容有：老年痴呆的常识，老年痴呆的常见病因、症状、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、护理，以及老年痴呆的其他相关问题，比如老年痴呆的社会支持问题、法律问题等。同时，本书还列举了一些典型的案例，以便于大家阅读和理解。另外，为了增加内容的趣味性，寓理于乐中，本书还穿插了一些相应的图片漫画，让大家在阅读、学习的同时可以享受到轻松和愉悦。这也是我们出版这本书的目的：以通俗、活泼的方式进行科学知识的普及。

本书可供各界老年朋友及其家属阅读，也可供对老年痴呆感兴趣和想了解的人群参考和阅读。

序言

我非常高兴地为《精神卫生科普》丛书作序。因为，我国公众的精神卫生知识相当缺乏，存在的认识误区较多，即便是常见精神障碍和常见精神卫生问题方面的知识，知晓率也偏低，尤其是在农村和教育程度低的人群中情况更为突出，以致患者贻误治疗，甚至造成精神残疾，同时也累及家庭和社会。摆脱精神疾病阴影，普及精神卫生知识刻不容缓！

精神卫生知识是指帮助人们识别、管理或预防精神障碍的知识和信念，具体包括识别障碍和获得精神卫生信息的能力，对精神障碍的危险因素、病因、自我治疗方法及如何获得专业帮助的了解，以及提高认识水平和增加求医行为的态度。精神卫生知识的知晓和普及具有非常重要的公共卫生意义，在相当长一段时间里，国内精神卫生领域有大量的普及工作要做。

《精神卫生科普》丛书通过解读《愁煞父母的孩子》《失眠的苦恼》《愁断肝肠》《惶惶不可终日》《欣喜若狂》《自戴的枷锁》《偏离常轨的行为》《奇怪的思维》《灾难带来的痛苦》《问世界性为何物》《糊涂的老人》11个分册介绍了身边的精神卫生知识，这是促进心灵健康的一个极好的切入方式，该书通过案例介绍以及案例分析和精神卫生知识链接的形式，将精神卫生知识以文学艺术的形式呈现在读者面前，通俗易懂，清丽、流畅的文笔将复杂的精神卫生知识带入生活，更是深入人心。相信这本书会使读者受益多多。

本套丛书的作者都经过多年精神科行医感悟，从病人和医生的两个角度，把人们认识精神障碍过程中的一些误区、一些内情、一些窍门、一些体会、一些知识等等，一一作了分析和总结，把一些经验提出来，让大家了解精神障碍的内情，回避其中陷阱，针对

看精神障碍过程中的各个环节，把握其中关键，做到看病时心中有数，使读者不断提高精神卫生知识的知晓率，从而不断提高精神健康的水平。

我推荐《精神卫生科普》丛书，期望此书为构建和谐社会能够添一块砖、加一片瓦，使我国的民众从中受益、健康快乐。希望每一位阅读《精神卫生科普》丛书的读者都能够在这套丛书里学到精神卫生知识，让心情放松下来，有恍然大悟的感觉，让世界更加和谐、更加美满，这就达到了作者的目的。

为了普及精神疾病的知识，加深人们对精神障碍防治的认识，提高全社会对精神卫生工作的关注，消除偏见与歧视，同时引导公民正确认识和处理精神障碍和心理卫生问题，有效地进行干预，请读《精神卫生科普》丛书。

何鼎雄

2011年6月12日

前言

中国精神障碍成人的月患病率平均为17.5%，推算全国有1.73亿成人患病。我国重性精神病患者人数已超过1600万。根据世界卫生组织的研究，精神疾病发病率已占我国所有疾病发病率总数的20%，而全世界的平均水平为10%。此外，世界卫生组织还预测未来20年中国的这一比例将增长至25%。但公众对精神障碍的知晓率不足50%，精神障碍的治疗率不足10%，伴中重度失能的治疗率，也不足25%，合适治疗率更低，提高治疗率的当务之急是提高精神卫生知识的知晓率。正是为了回应这一社会需求，才有了组织编写一套《精神卫生科普》丛书的想法和实践。

我们选择了临床经验丰富具有高级职称的精神科医师担任主编，编著了《精神卫生科普》丛书。作者们结合自己的临床经验，图文并茂地为你详尽解答精神障碍治疗和康复过程中的种种问题，并教你应对策略。本书的特点是借用生动有趣的典型案例，链接公众关注的常见的心理问题，形象地分析其各种表现，将许多精神障碍相关知识通过大众化的语言和生动、直观的图表形式表现出来，回答了人们日常生活中遇到的“为什么烦恼，忧心忡忡？为什么坐立不安？为什么莫名其妙地恐惧？为什么翻来覆去睡不着？为什么脑子里总出现奇怪的想法？为什么有用不完的劲？为什么不会与人打交道？为什么赌博成瘾不能自拔？为什么老人不知道回家的路？为什么孩子不听话？”等一系列常见的精神和心理问题。

使用本套丛书你可以通篇浏览，也可以先选择你感兴趣的分册或内容进行阅读，然后再根据相关的内容去扩展知识。阅读本书，可使你在欣赏一幅幅简洁风趣的图表的同时，获得一定的精神障碍治疗和康复的知识，并使你渐渐地学会在这些知识中有所领悟，帮助你摆脱忧愁，倍感轻松，提高生活质量。

本册前言

人口老龄化是21世纪一大社会问题，而老年性痴呆也成为现代社会老年人致死性的疾病之一，直接威胁着人类的健康和生命，而且在目前的医疗技术情况下，此病是无法逆转和治愈的。一旦发病，就会给人们带来生活和经济方面的严重损害。据初步估计，目前全球有老年性痴呆患者2430万人，并且每年的患病人数都在不断地增加。在我国60岁以上的老年人已达1.26亿，痴呆的患病率随年龄增大呈上升趋势。在我国65岁以上的老人中，患老年性痴呆的占老年人口总数的3%~8%，80岁以上的则高达30%。预计到2050年我国仅阿尔茨海默病患者将接近2000万，患者个人、家庭和社会的负担会日益加重。因而普及老年性痴呆的有关常识就显得更为重要了。

当然，老年痴呆的防治已经成为全社会的重要课题。国家也已经给予重视，卫生部已经把老年性痴呆作为重点防治的五大类精神科疾病之一提出来，呼吁大家都来重视老年性痴呆的问题。大家常说“最美不过夕阳红”！在此，为了提高广大老年人的身心健康水平和他们的生活质量，实现社会的健康、和谐发展，让我们的老年朋友和前辈们能幸福地安度晚年，我们编写了这本书，期望为老年性痴呆的保健普及、防治结合尽一点微薄之力。本书的编者均有着丰富的理论和临床知识，相信大家阅读后会受益匪浅。

张露莹

2011年4月6日

目 录

一、 迷路的王阿姨	1
❖ 案例介绍	1
✱ 案例分析	2
🌀 相关知识链接与思考	2
1. 什么是老年痴呆?	2
2. 怎样认识老年痴呆?	4
3. 人老了智能会衰退吗?	4
4. 老年痴呆会不会传染?	5
5. 老年痴呆可以治疗吗?	6
6. 老年痴呆可以预防吗?	7
二、 哭闹无常的周工程师	9
❖ 案例介绍	9
✱ 案例分析	11
🌀 相关知识链接与思考	11
1. 老年痴呆应该做哪些检查?	11
2. 老年痴呆有哪些自测量表?	12
3. 什么是简易智力状态检查量表?	12
4. 什么是长谷川简易智能测量表?	14
5. 什么是认知能力甄别检查30题(CCSE)?	15
6. 什么是日常生活能力量表?	16
7. 什么是汉密顿抑郁量表?	16
8. 什么是临床痴呆评定表?	18
9. 什么是哈金斯缺血评分量表?	20

10. 什么是总体衰退量表?	20
三、疑心重的张老太太	24
❖ 案例介绍	24
✕ 案例分析	25
🌀 相关知识链接与思考	26
1. 人老了为什么容易得老年痴呆?	26
2. 遗传因素在老年痴呆中起着怎样的作用?	27
3. 环境因素是否对老年痴呆有影响?	28
4. 经济情况与老年痴呆有关吗?	29
四、焦虑的李大伯	32
❖ 案例介绍	32
✕ 案例分析	33
🌀 相关知识链接与思考	34
1. 心理因素与老年痴呆有关吗?	34
2. 日常饮食与老年痴呆有关吗?	35
3. 微量元素与老年痴呆有关吗?	36
4. 性别与老年痴呆有关吗?	37
五、烦躁的李老头	39
❖ 案例介绍	39
✕ 案例分析	40
🌀 相关知识链接与思考	41
1. 高血压与老年痴呆有关吗?	41
2. 低血压与老年痴呆有关吗?	43

3. 烟、酒与老年痴呆有关吗?	44
4. 药物与老年痴呆有关吗?	44
5. 雌激素与老年痴呆有关吗?	46
六、是什么让一个数学老师不知道$100-7=$?	47
❖ 案例介绍	47
✎ 案例分析	49
🔗 相关知识链接与思考	49
1. 健忘与老年痴呆有哪些区别?	50
2. 老年痴呆症有哪些先兆症状?	51
3. 老年痴呆的早期症状有哪些?	52
4. 老年痴呆有什么分期表现?	54
5. 轻度老年痴呆有哪些表现?	55
6. 中度老年痴呆有哪些表现?	56
7. 重度老年痴呆有哪些表现?	56
七、不认识家人的林主任为何总在夜间加重?	58
❖ 案例介绍	58
✎ 案例分析	59
🔗 相关知识链接与思考	60
1. 血管性痴呆有哪些表现?	60
2. 老年痴呆患者有哪些精神症状?	61
八、郭老师提前退休了	63
❖ 案例介绍	63
✎ 案例分析	64

🌀 相关知识链接与思考	64
1. 什么是精神发育迟滞?	64
2. 什么是痴呆?	65
3. 国际疾病分类 (ICD-10) 痴呆诊断标准是什么?	66
4. 痴呆与精神发育迟滞有什么区别呢?	67
九、购买蜂鸣烧水壶的老王	68
❖ 案例介绍	68
☒ 案例分析	69
🌀 相关知识链接与思考	69
1. 什么是老年人良性健忘症?	69
2. 老年人良性健忘症与老年痴呆有什么区别呢?	69
十、返老还童的张阿姨	71
❖ 案例介绍	71
☒ 案例分析	72
🌀 相关知识链接与思考	72
1. 什么是假性痴呆?	72
2. 假性痴呆有哪些?	72
十一、糊涂的齐奶奶	74
❖ 案例介绍	74
☒ 案例分析	75
🌀 相关知识链接与思考	75
1. 阿尔茨海默病的危险因素有哪些?	75

2. ICD-10的阿尔茨海默病的诊断标准是什么?	77
十二、老刘怎么了?	79
❖ 案例介绍	79
✎ 案例分析	80
🌀 相关知识链接与思考	80
1. 血管性痴呆的危险因素有哪些?	80
2. ICD-10的血管性痴呆的诊断标准是什么?	82
3. 阿尔茨海默病与血管性痴呆的鉴别要点是什么?	83
十三、 出人意料的曹先生	86
❖ 案例介绍	86
✎ 案例分析	86
🌀 相关知识链接与思考	87
1. 实验室检查有哪些?	87
2. 电生理检查有哪些?	87
3. 影像学检查有哪些?	87
十四、行为怪异的老曾	88
❖ 案例介绍	88
✎ 案例分析	89
🌀 相关知识链接与思考	89
1. 老年痴呆如何治疗?	89
2. 老年痴呆的治疗目标是什么?	90
3. 老年痴呆是不是遗传性疾病?	90
4. 老年痴呆的治疗康复应该注意哪些方面?	91

5. 什么时候是老年性痴呆的最佳治疗期?92
6. 轻中度老年痴呆是治疗黄金时机吗?93
7. 老年性痴呆越早治疗越好吗?94
8. 老年痴呆病人服药注意哪些事项?94
9. 老年痴呆的药物有哪些类别?95
10. 目前常用的胆碱酯酶抑制剂有哪几种?95
11. 胆碱酯酶抑制剂药物常见的副作用是什么?97
12. 服用胆碱酯酶抑制剂药物时饮食上有什么要求?98
13. 非胆碱能抗痴呆药物有哪些?98
14. 脑细胞代谢激活剂有哪些?99
15. 抗氧化剂和神经保护剂有哪些?100
16. 血管性痴呆与阿尔茨海默病的药物治疗有什么不同? 101

十五、让人不可思议的赵老师102

❖ 案例介绍102

✱ 案例分析102

🔗 相关知识链接与思考103

1. 老年性痴呆患者出现精神症状该怎么办?103
2. 治疗老年性痴呆的抗焦虑药有哪些?103
3. 治疗老年性痴呆的抗抑郁药有哪些?104
4. 治疗老年性痴呆的精神病性症状的药物有哪些?105
5. 治疗老年性痴呆睡眠障碍的药物有哪些?106

十六、“好色”的吴教授108

❖ 案例介绍108

✱ 案例分析108

❁ 相关知识链接与思考	109
1. 为什么对老年痴呆患者进行康复治疗?	109
2. 如何进行记忆康复训练?	110
3. 什么是缅怀治疗?	111
4. 什么是生活能力训练?	112
5. 生活能力训练的方法有哪些?	112
6. 中医药治疗老年痴呆有什么优势?	113
7. 针灸可以治疗老年痴呆吗?	115
十七、随地方便的“李科”	117
❖ 案例介绍	117
❖ 案例分析	119
❁ 相关知识链接与思考	120
1. 怎样正确认识老年痴呆的防治?	120
2. 为什么要进行病因预防?	121
3. 血压与痴呆有关系吗?	121
4. 心脏疾病和痴呆有关吗?	122
5. 血脂、血糖及血液黏滞度和痴呆有什么关系?	123
6. 氧自由基和痴呆有关系吗?	124
7. 预防老年痴呆家庭要做什么?	125
8. 预防痴呆日常生活中要注意什么?	125
9. 保持良好的身心状态重要吗?	126
10. 预防痴呆该怎样趋利避害?	127
11. 平衡膳食有哪些益处?	128
12. 该如何补充必要的维生素和微量元素?	129

13. 常喝绿茶可以使人聪明吗?	132
14. 为什么体育锻炼不可少?	132
15. 防治体操怎么做?	133
16. 自我保健按摩怎么做?	134
17. 练太极拳可以预防老年痴呆吗?	135
十八、家属的照顾需要耐心和智慧	137
❖ 案例介绍	137
✎ 案例分析	138
🔗 相关知识链接与思考	138
1. 老年痴呆的护理为什么很重要?	138
2. 老年痴呆的护理目标是什么?	138
十九、能干的李大妈到底怎么了?	139
❖ 案例介绍	139
✎ 案例分析	140
🔗 相关知识链接与思考	140
1. 怎样对痴呆患者进行生活能力护理?	140
2. 怎样护理痴呆患者的居住环境?	141
3. 怎样对痴呆患者进行安全护理?	141
4. 怎样对痴呆患者进行行为干预?	143
5. 怎样对痴呆患者的健忘进行护理?	144
二十、多疑的赵阿姨	145
❖ 案例介绍	145
✎ 案例分析	146