

# 康健园



扫码关注新民康健园官方微信

本报专刊部主编 | 第 811 期 | 2020 年 9 月 28 日 星期一 本版编辑:潘嘉毅 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱: pjy@xmwb.com.cn

## 阿尔茨海默病常伴有情感淡漠

# 诊治时,不该被遗忘的角落

记忆化作流沙,亲人变得陌生,心智犹如孩童,世界重新归零……当衰老伴随着长寿来到人们身边时,阿尔茨海默病紧随而来,大脑的认知功能率先衰退,不复年轻。在日前举行的 2020 脑健康月公益宣教活动上,“怎样保持大脑年轻态”等防治阿尔茨海默病的话题,引发共鸣。为了保持大脑年轻态,上海中医药大学附属岳阳医院神经内科韩燕教授倡议,每个成年人要做到并保持良好的睡眠质量、健康的心理状态、适度的压力疏解、科学的有氧运动、合理的饮食营养。重视体重管理,积极防范糖尿病、高血压、高血脂,才能从容地面对阿尔茨海默病。



随着相关研究的深入,阿尔茨海默病伴发的情感障碍开始进入人们的视野,患者出现情感淡漠、抑郁、焦虑等症状,甚至和记忆力下降相互影响,形成恶性循环,严重影响患者的生活质量。由于对阿尔茨海默病伴发情感障碍认识的缺乏,情感障碍的管理和干预一度是阿尔茨海默病治疗中一个被遗忘的角落。

### 情感淡漠带来双重危害

淡漠被认为是阿尔茨海默病的疾病演变过程中最为常见、也是持续时间最长的神经精神症状之一,与认知症状相伴行。已有多项研究证实淡漠可能导致阿尔茨海默病患者日常生活功能迅速丧失。另有研究发现,淡漠可能与阿尔茨海默病患者睡眠障碍显著相关,会造成患者白天嗜睡、夜晚失眠的艰难处境,进一步恶化生活质量。严重的淡漠甚至可导致阿尔茨海默病患者死亡风险增加。研究发现,淡漠是阿尔茨海

默病患者死亡的最强神经精神预测因素,伴有淡漠的患者死亡率是不伴有淡漠的患者的 3.1 倍。

淡漠还会给照顾者带来严重的不利影响,因为照顾淡漠的患者会带来挫折感,明显加重照顾者的心理负担。有研究显示,由于家属对淡漠症状的认知不足,往往误以为患者变得越来越懒或对自己所提供的照顾不满意而感到生气、愤怒,从而对患者失去耐心和信心。

### 前往记忆障碍专科进行评估

淡漠主要是指患者对周边环境的转变缺失感情上的反应。比较严重时,对自身的身心健康不闻不问,日常生活散漫,乃至不剪发、不洗脸,对挨饿和疼痛的反应不大;对于令人激动的信息、家里的艰难处境、亲人的不幸遭遇等视而不见。如果出现上述症状,那就提示患者可能出现了淡漠。

判断淡漠是需要专业评估的。患者在记忆障碍专科门诊接受专业的检查和诊断,尤其是神经心理量表的测评之后,能够得到合理的治疗方式,从而给患者和家属带来最大的帮助。

### 采取综合治疗回归正常生活

当患者出现了情感淡漠的症状后,我们所需做的是前往记忆门诊,寻求专科医师的诊治和指导。药物治疗能起到一定的改善作用,药物联合非药物治疗则能发挥 1+1 大于 2 的效用,常用的有音乐疗法、运动疗法、作业疗法等。

随着对阿尔茨海默病研究的逐渐深入,医者以及社会各界人士对情感淡漠的重视程度将不断上升,早期的诊断,合理的治疗,贴心的护理,相信能够帮助患者及其家庭回归正常的生活轨道。

王金涛 王刚(主任医师)(上海交通大学医学院附属瑞金医院神经内科) 图 TP

## 无影灯下

“医生,我眼前常有黑点在飞来飞去,怎么都去不掉”“看明亮的地方、白墙或蓝天时,眼前好像有飞蚊,在暗处就没有了,这是怎么回事?”在眼科门诊,类似的眼病描述明显增多。这种眼前“浮游物”的视觉感受,很可能是患上了“飞蚊症”。

“飞蚊症”一般是由玻璃体变性引起的,是一种自然老化现象,即随着年龄增长老化,玻璃体会“液化”,产生一些混浊物。“飞蚊症”亦被称作玻璃体混浊,是眼科临床常见病、多发病。在中老年人群或近视眼患者中,玻璃体混浊的发病率很高,除了很大程度上影响患者的视觉质量和生活质量外,约 1/4 的患者可能患有威胁视力的病变。

排除了眼底病变的“飞蚊症”,点眼药水和药物治疗基本没有效果。由于玻璃体切除术的治疗风险远大于治疗获益,大多数眼科医生不推荐使用玻璃体切除术来治疗“飞蚊症”,只是让患者自己去适应。

但是总有一部分患者无法适应眼前飘来飘去的“浮游物”,给患者带来困惑和苦恼,影响了他们的正常工作和生活,有的人甚至产生了抑郁或焦虑等情绪障碍,有必要对这部分患者采取相应的干预和治疗措施。

借助 Smart V 双光谱共焦光路 YAG 激光仪,现代激光玻璃体混浊术在市北医院眼科已开展了两年。激光消融治疗过程中,激光束通过瞳孔聚焦在玻璃体混浊物上,将混浊物中的胶原纤维和透明质酸分子作用成等离子体然后汽化,最终消除混浊对视觉的影响。手术在门诊即可完成,治疗过程中无痛、无创伤,也没有感染、出血等风险,是一种安全有效、性价比高的治疗方法。激光治疗有严格的适应证,术前需经过医生全面严格的评估并预约手术。市北医院眼科运用现代玻璃体消融激光技术,已成功为 200 多名“飞蚊症”患者解除了烦恼。

陈吉利(上海市静安区市北医院眼科主任医师、上海医务工匠获得者)

## 激光消融治疗「飞蚊症」

## 你问我答

健康的口腔不仅保证我们身体丰富的食物来源,而且作为“门面担当”,还增强了社会交往的自信和幸福感。那么为了促进口腔健康,我们应该如何行动呢?“爱牙七问”为您解答。

问:每天饮食应该注意什么?

答:平衡膳食模式,饮食多样均衡,过量摄入高糖、高脂肪、高盐、低纤维的食物,和龋病、牙周病的发生发展密切相关。建议平均每天至少摄入 12 种、每周 25 种以上食物,多吃五谷杂粮蔬菜水果。

问:为什么多吃糖易蛀牙?

答:当我们吃了甜食或喝了含糖饮料之后,口腔里的细菌就开始工作了,将糖发酵产酸。在酸的作用下,牙齿表面会被腐蚀破坏,蛀牙就产生了。因此,要尽量减少糖分的摄入和频率。

问:贪喝碳酸饮料对牙齿有害吗?

答:牙釉质脱矿的临界 pH 为 5.5,碳酸饮料、柑橘类等酸性食物 pH 值低,可将口腔 pH 值降低至釉质脱矿的临界值以下,从而引发酸蚀症。建议减少碳酸饮料的摄入,日常生活中选择白开水代替饮料。

问:抽烟喝酒也会影响口腔健康吗?

## 唯皓齿 尽欢颜

答:当然会,还可能引起口腔的癌症!吸烟是引起口腔癌的主要危险因素。而酒与舌和口腔底部的黏膜反复接触,引起黏膜烧伤并增加对致癌物质的吸收。酒精含量越高,致癌的危险性越大。所以提倡大家多吃瓜果蔬菜,戒烟限酒。

问:母乳喂养的宝宝就不会长虫牙了吗?

答:乳牙的钙化程度低,易发生龋坏。所以建议纯母乳喂养到婴儿 6 个月之后结合添加辅食,逐渐减少夜间喂养的次数并帮助宝宝做好口腔清洁。

问:怀孕前为什么要进行口腔检查?

答:在怀孕早期和晚期接受复杂口腔治疗,孕妇会因为紧张和疼痛,增加胎儿流产或早产的风险,因此在计划怀孕前就应主动接受口腔健康检查。

问:想要好好清洁口腔和牙齿,需要做些什么呢?

答:每天至少要刷牙两次,晚上睡前刷牙更重要。对于刷毛不能完全伸及的牙缝,如果能够配合使用牙线或牙缝刷等帮助清洁牙缝,可以达到彻底清洁牙齿的目的。

罗南 杨雯洁(上海交通大学医学院附属第九人民医院口腔预防科)

## 得益于靶向药物和免疫治疗

# 晚期肺癌5年生存期不再奢谈

## 肿瘤防治

肺癌的治疗已经进入精准治疗时代。对于驱动基因阳性的肺腺癌,靶向治疗取得了喜人的成果,但肺鳞癌一直没有找到明确的驱动基因,肺鳞癌患者的治疗仍然停滞于化疗时代,以吉西他滨或紫杉醇等细胞毒类药物联合铂类的双药化疗方案为主,有效率较低,约 30%,中位无进展生存时间仅 4-5 个月,中位总生存时间仅 1 年左右。

临床研究发现,对于驱动基因阴性的晚期非小细胞肺癌患者,免疫联合化疗是临床使用最广泛的治疗方案,而且免疫治疗越早使用,患者获益越大。一线免疫联合化疗可将患者的 5 年生存率提升到 20% 以上,这在以前是不可想象的。

由同济大学附属上海市肺科医院周彩存教授领衔、围绕晚期肺鳞癌开展的 ORIENT-12 研究,在刚刚落幕的 2020 年欧洲肿瘤内科学会(ESMO)线上年会进行了口头报道,公布了信迪利单抗联合化疗对比安慰剂联合化疗组的 III 期临床研究结果。

周彩存教授表示,ORIENT-12 研究作为全球首个证实抗 PD-1 单抗联合吉西他滨和铂类这一方案能够显著改善一线鳞状非小细胞肺

癌(NSCLC)患者无进展生存期的随机双盲对照研究,具有重要的临床意义,为晚期一线肺鳞癌患者带来了新的治疗选择。

毋庸置疑,肺癌免疫治疗的未来是值得期待的,但相对于广大中国患者而言,该类药物价格昂贵,医药开支负担重,这在很大程度上限制了患者的治疗选择。令人欣喜的是,去年信迪利单抗降价 64%,成为首个也是唯一纳入国家医保目录的 PD-1 抑制剂,让符合适应证的患者有机会用上肿瘤免疫治疗。随着科学家对肿瘤免疫机理的进一步深入研究,针对免疫新靶点、双靶点、甚至更多靶点的免疫药物将陆续上市,相信随着这些新药的上市,晚期肺癌的治疗将迈上新台阶,惠及更多肺鳞癌患者。

目前,我国晚期肺癌患者的 5 年生存率可以达到 15%-20%,而十几年前尚不足 1%,这种巨大的提升得益于靶向药物和免疫治疗的发展。以 EGFR 和 ALK 等为代表的靶向药物主要针对明确有相关基因突变的患者,有效率很高,副作用也小。然而现阶段的临床研究提示,这部分人群从免疫治疗中的获益是非常有限的,免疫联合靶向的获益同样非常有限。在靶向药物耐药后,无针对性的靶向药物可用,是否可以选用免疫药物,相关的临床研究正在进行中,期待有好消息传来。 柏豫