

老年常见病



沙参猪肺汤

湖南 主任医师 李典云

十大早期表现 识别“老年痴呆”

南昌市第一医院 副主任医师 徐春风

9月21日是“世界阿尔兹海默病日”。该病俗称“老年痴呆症”，是以隐匿起病和认知功能进行性恶化为临床特征的一种神经系统退行性疾病。下面总结了早期阿尔兹海默病的十大表现，更好地帮助大家去识别。

1.记忆力逐渐衰退，影响日常起居活动

比如做事丢三落四；炒菜忘了放盐或多放了盐；做完饭后忘记关闭煤气开关；出门忘记锁门；买菜忘记付钱或付了钱却忘记拿东西等表现。

2.处理熟悉的事情出现困难，难以胜任日常事务

比如不知道穿衣服的次序，经常内衣外穿，甚至上下衣不分；原来炒菜熟练的家庭主妇突然不知道做饭菜的步骤，做家务不知所措等。

3.语言表达出现困难

比如忘记简单的词语，词不达意，经常说错词、错句，说的话或写的句子让人无法理解，甚至少语、缄默不语等。

4.对时间、地点及人物经常混淆

比如不记得今天是几月几日、星期几，不知自己身处何处；在熟悉的地方也会迷路；不认识老朋友，甚至家人；不知家在哪里，容易走失；认为自己还是在年少时期，要找自己的父母等。

5.判断力逐渐减退

比如反季节穿衣，烈日下穿着棉袄，寒冬时却穿薄衣；平时十分节俭的人被人忽悠花大价钱去买保健品；因为无法判断而经常做出有危险的行为等。

6.理解力或合理安排事物的能力下降

比如对别人说的话、做的事情不理解，跟不上他人交谈的思路，或不能按时支付各种账单，做事情不着调等。

7.常把东西乱放在不适当的地方

比如将熨斗放进冰箱，电热水壶放在煤气灶上烧水，在外面捡一大堆垃圾放在家里，袜子放在碗柜里等。

8.情绪变得不稳及行为较以前显得异常

比如情绪快速涨落，变得喜怒无常；昼夜颠倒；成天往外面跑，不待在家里；甚至有被迫害妄想等。

9.性格出现变化

比如原来大方的人突然变得小气了；性格变得多疑、固执、淡漠、焦虑或粗暴，家人会觉得老人突然变得不可理喻了等。

10.失去做事的主动性

由于造成日常能力下降，老人会觉得终日消磨时日，对以前的爱好也失去了兴趣，易出现抑郁情绪，觉得活着没意思，甚至有自杀的倾向。

原料 猪肺 250 克，沙参 30 克，蛤蚧 1 对，大枣 10 枚。

用法 将新鲜猪肺套在自来水龙头上，冲尽肺叶的血液，滤干水后投沸水锅中焯透捞出，洗净白沫、切片；大枣洗干净、去核；蛤蚧、沙参洗净备用。沙锅内放入鲜汤、生姜片、大蒜、料酒、蛤蚧、沙参、大枣和猪肺片。先用大火烧沸，然后改用小火炖煮至猪肺片烂熟，放入鸡精、盐、生抽和葱花即可，吃猪肺片喝汤。

功效 本膳口感嫩滑，味道鲜美，清香可口。具有清热止咳、化痰、养阴补肺功效。适宜于肺结核、支气管扩张、支气管哮喘、急性支气管炎等患者食用。

老年性白内障分期

湖北省荆州市第二人民医院

主任医师 罗光荣

1.初发期

首先是晶状体周边皮质部变混浊，然后逐渐向中心发展。此时在小瞳孔下不易察觉。散瞳后，用电光斜照，即可见灰白色的车轮状混浊。视力略有减退，但眼底仍可窥见。

2.未成熟期

晶状体大部分混浊，但仍有透明区。瞳孔区出现灰白色。电光斜照时，可见虹膜阴影落在晶状体较深的混浊上，呈现出一新月形阴影。此时，患者视力明显下降，或仅见指数，眼底不能窥清。由于晶状体膨胀，前房变浅，有时可诱发继发性青光眼。

3.成熟期

晶状体完全混浊，电光斜照无虹膜投影。肿胀消退，前房恢复正常，视力明显下降，只能辨别手动，或仅存光感。此期适宜手术治疗。

4.过熟期

晶状体皮质溶解液化，呈乳白色；核下沉，呈见褐色。由于囊膜脆弱，有时会在剧烈振动下破裂，使核进入前房或玻璃体内。此时应及时手术，否则有可能永久失明。

根管治疗后 给牙齿戴上“安全帽”

广州中医药大学第一附属医院 副主任医师 谢利娜 □刘庆钧

1.什么是根管治疗术

有些患者烂牙很深，导致牙齿疼痛，甚至出现半边脸痛、头痛等症状。服用消炎药、止痛药往往效果不佳。这时候口腔科医生会建议进行根管治疗，也就是常说的“镀牙根”。这种治疗是通过去除根管内的牙髓和感染物，并进行填充根管、封闭冠部，防止细菌再次侵入根管内，达到治疗牙痛、防止炎症进一步扩散的目的。

2.根管治疗后就可万事大吉吗

根管治疗将牙齿的牙髓摘除，牙痛的症状随之消失。所以，

大多数患者以为牙齿不痛了，治疗就完成了，又可以随便大吃大喝。殊不知，这样有可能会因为出现牙齿咬裂而前功尽弃。

当牙齿没有牙髓的营养后，就好像枯死的树木一样，尽管牢固地扎根在土里，却经不起任何的风吹雨打。根管治疗后的牙齿硬度会随之下降，牙体折裂的风险会增加。临床中常见到患者根管治疗后，因没有及时进行牙冠修复而出现牙齿咬裂的情况，不得不把原本可以保留的牙齿彻底拔除。

3.给牙齿戴上“安全帽”

为了预防以上情况的发生，

口腔科医生都会建议患者在根管治疗结束后尽快进行牙冠修复，即镶牙套。将根管治疗后的牙齿磨小一号，把量身定制的牙套像戴安全帽一样套在牙齿上，防止牙齿咬裂。

对于烂牙范围很大、牙齿剩余部分较少的情况，则需要通过桩核冠来恢复牙齿。所谓“桩核冠”，可以通俗地理解为钢筋混凝土结构，就是在牙齿的根管内钻出可容纳桩的通道，将桩固定后，通过补牙的方式恢复大部分缺损的牙齿，用以加强补牙材料和牙齿的固位力，最后给牙齿戴上“安全帽”。

文明健康 有你有我

分类收集 人人有责
男女老幼齐参与

