



世界阿尔茨海默病月

早防早治 守护认知

本报记者 李嘉

每年9月为“世界阿尔茨海默病月”，9月21日为“阿尔茨海默病日”，今年“世界阿尔茨海默病月”的活动主题是“早防早治，守护认知”，通过各种形式提高公众对老年痴呆的认知，增强早发现早诊断早干预的意识，关心关爱老年痴呆患者。

阿尔茨海默病常常被认为只有老年人才会得，是这样吗？

专家表示，这是一个很常见的误区。很多人都觉得阿尔茨海默病只有老年人才会发病，这其实并不准确，虽然大多数的阿尔茨海默病患者都是65岁以上发病，但也有一部分患者是在50、60岁甚至更年轻的时候发病，称之为早发型阿尔茨海默病。

另一方面，中青年如果偶尔忘事也不必过度紧张，这种情况大多数都是压力大、睡眠不足等原因造成的，在忘事发生比较频繁，明显影响到工作和生活的时候，才需要到医院就诊。

专家介绍，以下方法可以有效降低阿尔茨海默病发病的风险。首先，从年轻的时候就要开始养成良好的生活习惯，这包括坚持运动、规律睡眠、均衡饮食、控制体重、戒烟限酒等。同时，保持活跃的社交，培养长期的兴趣爱好，比如阅读、绘画等。第三，保护好听力和视力。以上这些方法看起来非常日常，但是只要长期坚持，就可以有效地延缓大脑衰老，能够切实降低阿尔茨海默病的发病风险。

有一部分上了年纪的人，很担心自己是老年痴呆，怎么区分是正常老年健忘还是阿尔茨海默病的早期信号？

专家表示，很多老年朋友随着年龄



的增加，就会觉得自己的记忆力不如以前，容易忘事，这可能是年龄增长所导致的良性健忘，也可能是阿尔茨海默病的早期表现。如何进行区分呢？

一般认为，老年人的良性健忘主要表现为忘细节、记大事，比如说他会忘记要买的菜名，但是记得买菜这件事，家里人提醒他之后能够想起来，一般发生的频率不高，每周一到两次，对自己的日常生活也没有影响。而阿尔茨海默病的早期遗忘往往更加严重，比如刚说过的话就忘，一天之内重复问同一个问题，家里人提醒之后也想不起来，这个时候就要提高警惕。

同时，阿尔茨海默病早期还有很多其他表现，比如性格变得淡漠或者躁狂，

比如熟悉的家务变得不会做，还有的老年朋友可能学习新事物的能力下降，说话词不达意。如果出现这些情况的话，就要高度怀疑是阿尔茨海默病的早期表现，要尽早就医就诊。

专家介绍，目前阿尔茨海默病治疗方法主要包括药物治疗和非药物治疗，主要目标是改善患者的症状，延缓疾病的进展。

就药物治疗来说，主要包括两大类，第一类是通过调控脑内神经递质，比如乙酰胆碱，来改善患者的症状。第二类主要是通过清除脑内的致病蛋白，比如淀粉样蛋白，来延缓疾病的进展。

就非药物治疗来说，主要包括科学

的认知训练、规律锻炼，比如散步、打太极拳等，这些都已经证明能够有效延缓疾病的进展，改善认知功能。

除此之外，均衡的饮食，控制高血压、糖尿病、高血脂这些心脑血管疾病的危险因素，也可以有效延缓阿尔茨海默病的进展。专家特别强调，以上这些方法越早使用效果越好，长期坚持，才能够发挥作用。

经常听说老年人会出现脑萎缩，那出现脑萎缩以后一定会得阿尔茨海默病吗？

什么是脑萎缩呢？脑萎缩是指脑组织体积的缩小，通常通过CT或者核磁共振检查发现。阿尔茨海默病会导致脑萎缩，但是发现了脑萎缩，并不等同于阿尔茨海默病，这是因为我们的脑组织随着年龄的增长会出现非常缓慢的体积缩小，这是一种生理现象，就像人的岁数大了皮肤会出现皱纹一样。

阿尔茨海默病的脑萎缩和生理性的脑萎缩的区别主要有两点：

第一点是萎缩的部位不一样。阿尔茨海默病的脑萎缩，优先累及的是与记忆力相关的海马区域，同时波及到大脑皮层。而生理性的脑萎缩通常表现为全脑弥漫性的轻微缩小，没有“重点受累的区域”。

第二点是萎缩的程度不一样。阿尔茨海默病的脑萎缩速度要明显快于生理性脑萎缩，同时还经常伴有记忆衰退、分不清时间地点、学习新事物的能力下降等表现，而生理性的脑萎缩程度比较轻微，进展速度缓慢，没有上述表现。

总之，发现有脑萎缩不必紧张，关键要看是否伴随脑功能损害的表现。

市中心医院多学科协作

攻克高危冠脉疾病救治难题

本报讯 记者李嘉报道：9月11日，市中心医院心血管内科联合急危重症医学科、放射科、心胸外科、血管外科、麻醉科、超声科等多学科团队，在省人民医院蒋学俊教授团队的指导下，成功为一名冠状动脉左主干合并多支弥漫性病变的高危老年患者实施首例ECMO（体外膜肺氧合）循环辅助下PCI（经皮冠状动脉介入治疗）手术。

患者现年70岁，男性，因“间断胸闷2月余，加重2天”紧急入院。此前，患者曾在该院被诊断为“非ST段抬高型心肌梗死”，此次入院后冠状动脉造影检查显示，其存在左主干及多支弥漫性病变。

左主干作为心脏供血的“总闸门”，

一旦发生病变，将直接影响左心室大部分心室的血液供应，若出现闭塞，患者可能在数分钟内发生心源性休克甚至猝死，这是业内“冠脉介入的禁区”，救治难度极大。

该院心血管内科主任李宾第一时间牵头组建多学科诊疗团队，与急危重症医学科、放射科、心胸外科、血管外科、麻醉科、超声科等科室专家开展术前病例讨论。

团队成员围绕患者的年龄、基础疾病、病变特点等展开全面评估，反复推演手术过程中可能出现的风险点，最终制定了详细的手术方案、器械准备清单及应急预案，为手术安全开展筑牢前期基础。

为保障患者术中安全，手术引入EC-

MO循环辅助技术，通过体外设备替代部分心肺功能，为患者提供稳定的循环支持，有效降低手术过程中源性休克等致命风险，大幅提升手术成功率。

手术当天，各学科团队紧密配合，阮永乐教授、张敬教授带领ECMO小组精准完成设备调试与置管操作，顺利建立体外循环，确保患者生命体征平稳；余辉副主任医师此前已完成患者全面围术期评估，通过精细化管理将患者心功能调整至最佳手术状态；在血管内超声的精准引导下，蒋学俊教授凭借丰富的临床经验，精准为患者左主干、前降支、对角支及中间支植入支架，成功实现冠状动脉血运重建。

术后，患者ECMO顺利脱机，胸痛症状迅速消失，生命体征平稳，第二天即可下床活动。护士长李丽红带领的护理团队制定心血管急危重症科学管理，患者恢复情况远超预期，目前状态良好，正在进一步康复中。

“ECMO循环辅助下PCI手术的成功开展，是我院多学科协作模式的一次成功实践，更是各科室专业实力的集中体现。”该院心血管内科主任李宾表示，此次手术的成功开展，填补了该院在高危冠状动脉疾病救治领域的技术空白，标志着医院多学科综合救治能力已达到区域领先水平，为本地急危重症心脏病患者带来了新的生命希望。

秋季脱发如何调养？

本报讯 记者李嘉报道：秋风渐起，一些人发现头发掉得比之前更加明显。

中医专家认为，秋季人体气血内收，头皮毛孔收缩，加之燥邪耗伤阴血，故而易出现脱发增多现象，这与肝肾阴虚、精血不足、发根失养密切相关。

解决秋季脱发问题需内外调养，综合施策。

专家建议，“内调”方面，可多摄入黑芝麻、黑豆、核桃、桑椹、枸杞等滋阴养血

之品，同时保证适量优质蛋白的摄入，还需严格避免辛辣、花椒等辛辣燥热食物；保证充足睡眠，并在晚11时前入睡。

“外养”方面，可坚持每日以指腹轻柔按摩头皮的方法重点刺激百会、风池等关键穴位，以疏通头部气血；洗发可选择含有何首乌、侧柏叶等成分的温和滋养型洗发产品，洗发后避免用电吹风高温吹头发，以减少对发质的损伤。



蜂蜜结晶还能吃吗？

本报讯 记者李嘉报道：蜂蜜是一种高糖溶液，主要成分是葡萄糖、果糖，其次是蔗糖、寡糖、麦芽糖和糊精等糖类物质，以及水、矿物质、维生素和多种酶。

久置或温度降低时，爱结晶的葡萄糖就会与抑制结晶的成分分开，先形成晶粒，然后开始结晶。再加上蜂蜜里面混有花粉、蜂蜡碎屑等杂质，可作为结晶核，加快蜂蜜结晶速度。

蜂蜜结晶以后，从液态变成固态，颜色变浅，但其含水量、成分均未改变。结晶的蜂蜜在较高温度下（通常在40℃左右）也会融化成液态的蜂蜜，这是一个简单的物理过程。

总之，蜂蜜结晶也是好蜂蜜，大家仍可放心食用。要提醒的是，不建议1岁以下婴幼儿食用蜂蜜。蜂蜜可能含肉毒杆菌孢子，1岁以下婴幼儿消化系统尚未发育完全，肉毒杆菌会在身体里生长繁殖、产生毒素。

咸安区烟草专卖局

专项整治校园周边烟草销售

本报讯 通讯员甘海军报道：近日，咸安区烟草专卖局永安管理所深入辖区中小学及幼儿园周边市场，开展违规销售烟草专卖品专项整治行动，为未成年人健康成长营造安全、洁净的周边环境。

行动中，专卖执法人员采用“拉网式排查+精准化整治”的工作模式，对辖区校园周边的文具店、便利店、零食店等经营场所开展“逐户过筛”式检查。

执法人员不仅细致核查商户是否存在无证经

营烟草专卖品、向未成年人出售香烟等违规行为，还同步向商户普及烟草专卖及未成年人保护相关法律法规知识，明确告知违规销售的法律后果，引导商户自觉履行社会责任，主动拒绝向未成年人售烟。

此次专项整治行动，既通过严格执法形成对校园周边违规销售烟草行为的有效震慑，又借助普法宣传提升了商户的法治意识和责任意识，切实将保护未成年人的要求落到实处，为辖区未成年人筑牢了一道健康成长的“安全屏障”。

赤壁市烟草专卖局

开展纪律作风整训暨素质能力提升交流研讨会

本报讯 通讯员乐力天报道：近日，赤壁市烟草专卖局开展纪律作风整训暨素质能力提升交流研讨会。

会议传达了学习了专卖队伍纪律作风建设最新要求，分析研判了市场监管状况，安排部署了下一阶段工作任务。紧紧围绕“干部素质提升年”，开展常态化交流学习，以“集中力量办大事”的心态，引导专卖人员立足岗位职责谈认识、讲打算、立信心。

会议要求全体专卖人员积极交流研讨，共同出谋划策，将作风建设成果转化为推动工作的思路举



我市召开畜禽检疫及屠宰监管工作会议

本报讯 通讯员张文龙报道：9月11日，我市召开市农业农村局畜禽检疫及屠宰监管工作会议，会议传达了学习了全省牛羊检疫监管工作会议精神和全市整治制售假劣肉制品专题工作会议精神，分析了当前畜禽产品质量安全、检疫屠宰监管、执法办案等工作形势，安排部署了下一阶段畜禽检疫、屠宰、执法等工作重点。

会议指出，国庆、中秋双节将至，市场即将进入畜产品消费旺季，当前是违规调运、私屠滥宰等违法行为的高发频发期，也是动物疫病易发高发季节，各县（市、区）要深刻认识当前畜禽检疫及屠宰监管工作的重要性，严格落实肉类产品质量安全监管工作责任，进一步压实畜禽产地检疫、调运监管、屠宰检疫及监管执法等工作，全力保障人民群众“舌尖上的安全”。

会议要求，一是严格落实牛羊检疫监管工作。要积极宣传产地检疫申报要求，严格落实牛羊产地检疫，规范牛羊屠宰检疫，严防违规调运行为，严防不合格产品流入市场。二是切实加强肉类产品专项整治工作。要继续紧盯畜禽饲养、调运、屠宰、病死畜禽及其产品无害化处理等重点环节，积极会同公安、市场监管等部门开展联合执法，严厉打击违规调运、私屠滥宰、加工病害产品等违法行为，及时向公安机关移交涉嫌犯罪案件线索。三是进一步强化官方兽医管理。要强化人员培训，加强纪律警示教育，做好出证账号监管，持续规范检疫出证行为。要提醒官方兽医严守廉洁底线，严格依据检疫规程要求开展动物检疫工作，要严查收费检疫、倒卖票证等违法违规行为，一经发现，依法依规移交纪检监察机关处理。

通城税务：“云端”发力 速解跨区域办税难题

本报讯 通讯员徐庙林报道：“我在新电子税务局登录不进跨区域账号，工作人员线上核身身份后，几分钟就远程指导我操作好了。”近日，外地建安企业办税员胡女士致电通城县税务局表达感谢。

随着企业跨区域经营业务增多，通城县税务局积极创新，优化跨区域涉税事项办理流程，深挖“非接触式”办税潜力，让数据多跑路、企业少跑腿。

线上登记流程大幅简化。企业无需在注册地与经营地间往返，登录电子税务局跨区域涉税事项报告模块，填写经营项目、合同金额等关键信息并上传必要附件，信息瞬间直达经营地税务机关审核，登记最快1个工作日内完成，加速企业项目落地。

网上申报缴费便捷高效。企业财务人员预缴税款申报、税费缴纳等业务，只需轻点鼠标，系统智能预填报表，核

后一键提交申报。税款缴纳支持银联、微信、支付宝等多平台线上支付，实时到账，打破异地缴费障碍，降低办税成本。

纳税人通过电子税务局在征纳互动平台提问，简单问题接线人员实时解答；复杂问题，工作人员20分钟内主动回电，精准解读政策，并通过视频连线“面对面”辅导操作，保障跨区域办税顺利。

截至目前，该局累计办结跨区域业务12笔，接受或发起跨区域咨询97宗，切实满足纳税人跨区域办税需求。通城县税务局相关负责人表示，下一步，将继续依托和完善征纳互动服务运营机制，聚焦企业急难愁盼问题，在保障跨区域通办服务平稳运行的同时，开发升级“一窗联办”等集成式服务场景，以服务质效提升，为全国统一大市场建设注入税务动力。