

全球最年轻阿尔茨海默病患者 19岁男孩 不记得是否吃过饭

近日，一篇由首都医科大学宣武医院贾建平团队撰写的论文，发布在了国际知名阿尔茨海默病研究刊物上，文中介绍一名来医院就诊的19岁男孩被临床诊断为阿尔茨海默病患者，是迄今为止最年轻的患者。

论文的作者之一、宣武医院神经内科主任医师贾龙飞表示，该病例的情况非常罕见，以至于他一度不敢相信检查的结果。

01

19岁患者 出现记不得是否吃过东西等症状

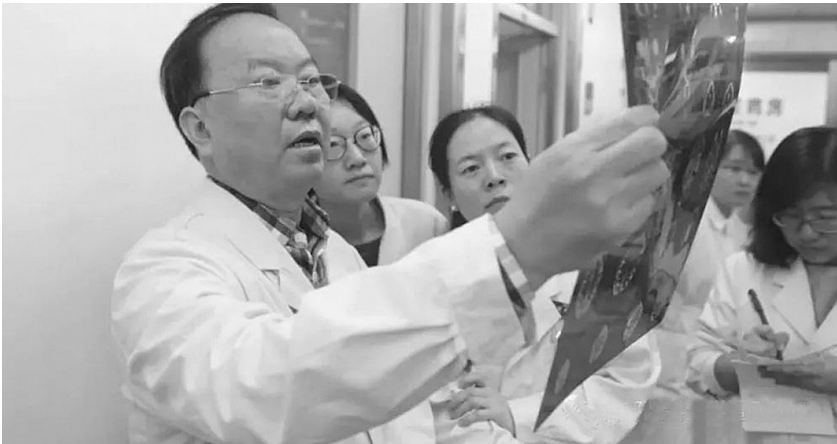
根据研究小组提供的资料显示，该患者在就诊前两年开始出现在学习时注意力难以集中，一年后，短期记忆丧失明显，无法回想起前一天发生的事或个人物品的存放位置，阅读困难，反应缓慢。

随着病程进展，记忆力进一步下降，经常丢失个人物品，记不清自己是否吃过饭，难以完成学习内容和老师布置的作业。由于记忆下降严重，他的学习成绩从之前的中等以上水平下滑到班内末位，无法完成学业，不得不从高中退学。

02

医生：开始时有点不相信检查结果

宣武医院神经内科主任医师、博士生导师贾龙飞表示，该病例的发病年龄十分罕见，开始时他也曾有点不相信检查的结果，因为此前虽然确实发现过20多岁罹患阿尔茨海默病的患者，但这类患者往往



会存在基因突变或家族史。

“但最终经过全面的检查，我们确认这次的患者没有家族史，以现有的手段也无法查到基因突变。这种情况确实极为罕见。”

研究小组对此病例的诊断“疑似AD”，原因是仍有部分评估结果不符合AD的国际公认诊断标准(NIA-AA)。由于患者比较年轻，不能接受大脑活检，需要长期随访进一步支持该团队的诊断。

1月23日，该杂志主编同时在该杂志上发表了一篇对此研究的社论，其中指出，年龄是AD的重要危

险因素，自1906年报道了第一例AD病例以来，人们普遍认为AD主要发生在老年人。此前被确诊患上阿尔茨海默病的最年轻患者年龄为21岁，并携带有一种基因突变。

03

网友热议：自己也很健忘

来自宁夏

回复 5

瑟瑟发抖，我也感觉我也有些记不住东西了，才30多岁😭

1月30日，在北京，出现了令人心酸的一幕：

女子在医院长椅上，因邻坐的奶奶一直抖腿导致座椅晃动，便“啧”了一声。

随后奶奶笑着对女子说：对不住啊孩子，奶奶有帕金森……

帕金森病，是威胁老人健康的沉默杀手，目前我国的帕金森病状况不容乐观，部分已经严重影响患者生活，且超九成大众对帕金森病认识不足。

九个问题揪出早期帕金森

帕金森是一种随年龄增长而发生的退行性疾病，平均发病年龄为60岁左右，75岁以上老人患病率达10%。

“抖”作为帕金森病的典型症状早已深入人心，可实际上，并不是所有的帕金森病人都会出现手抖或脚抖，而有相当部分仅表现为肢体僵硬、活动不灵活或动作缓慢，尤其是帕金森病初期症状复杂多样且不典型，很容易和其他疾病混淆。

由于人们对帕金森病的认识严重不足，大多数患者都没能早期

老奶奶因帕金森抖腿给女子道歉…… 7个居家康复训练小技巧



就医。据统计，将近一半的早期帕金森病患者并没有发现自己患有该病，而到症状显著时，病情已发展到中晚期，错失治疗的最佳时机。

居家训练小技巧

帕金森病，除了药物治疗、手术治疗，康复治疗也很重要。

福州市第一医院刘医俊治疗师推荐了7个帕金森患者居家康复训练技巧——

- 1. 呼吸和发音训练**
 - ◆用力腹式呼吸：将手放在腹部，用鼻吸气3秒后再用口呼气3秒，并逐渐延长。
 - ◆持续发声：用腹部充分吸气后，喊“啊”，最好持续15秒以上。
 - ◆声音强弱和高低控制：依次数“1、2、3、4、5”，从小声至大声或随着乐声喊“do、re、mi、fa、so、la、si、do”。
 - ◆朗读或唱歌练习。
- 2. 说话训练**

调整气息，张大口发音，形成缓慢、逐字发音清楚的说话习惯。随着钟表的节奏进行说话练习比如“1,2,1,2……”或“我的名字是……”。
- 3. 走路训练**
 - ◆一边喊口令，一边步行。
 - ◆一边注视放在床上的目标，

- 一边步行。
- ◆在开始走路前练习原地踏步，决定先迈出哪只脚；也可通过喊口令促使迈出第一步。
 - ◆跨越障碍物训练：比如家里贴上“斑马线”标记，练习步行时大幅摇摆上肢。
 - ◆练习听号令急停。
 - 4. 前冲步训练**

改善躯干前倾姿势。选择舒适、防滑的鞋子。
 - 5. 下蹲引导法**

找到一把稳固的椅子，扶着椅背，进行下蹲练习。搀扶物应确保稳固，家属应在一旁协助，保护其安全。
 - 6. 打太极/爬楼梯**
 - 7. 吞咽困难训练**
 - ◆多吞咽口水，在说话和吃饭前先咽几次；
 - ◆尽量减少摄入甜食；
 - ◆勤喝水，把唾液冲下去；
 - ◆头常抬，尽量坐直，使唾液更容易吞咽；
 - ◆适当咀嚼口香糖，会促进吞咽意识。
- (本报综合锐目视频)