

阿尔茨海默症离你并不遥远 “我就是我——认识阿尔兹海默症”乐生活健康文化主题活动举办

2020年09月23日

作者：陶婷婷





随着社会经济的发展，我国人均寿命延长，人口老龄化问题日渐突出，阿尔兹海默症成为危害老年人健康最常见的综合征之一，认知障碍患者的医疗和看护已经逐渐成为社会和家庭的一大负担，认知障碍疾病对上海这个快速和深度老龄化的城市带来了严峻挑战。

如果家人得了阿尔兹海默症，我们该怎么办？由于照护阿尔兹海默症病人而觉得付出得不到回报、心里难受时，又该怎么办？认知障碍是否可逆？可治愈？为了让市民正确认识阿尔兹海默症，9月23日，上海市健康促进中心推出“我就是我”乐生活健康文化主题活动，本次活动是2020上海市脑健康主题活动周的专场活动。

一首深情感人的歌《I'm Not Gonna Miss You》拉开活动序幕。这首歌曲来自获得2014第五届好莱坞音乐传媒大奖终身成就奖的美国老牌乡村巨星Glen Campbell，是他在罹患阿尔在海默症后，以75岁高龄发行的告别他音乐生涯的同名专辑主打歌。为什么他在患病后依然能创作歌曲？得了阿尔兹海默症是否一定意味着病情只能走下坡路？认知症是否就是阿尔茨海默症？哪些信号预示着有发生认知症的可能性？复旦大学附属华东医院神经内科主任、魏文石主任医师应邀来到活动现场，为大家普及了阿尔茨海默症（认知症）的知识，为市民做好该疾病的早期诊断、治疗及正确看护提供建议。

阿尔兹海默症近年来得到了社会各界的广泛关注，在很多影视作品中，也出现了不少典型的病例。来自上海广播电视台的主任播音员李宁为大家朗诵了来源于韩国电影《脑海中的橡皮擦》中的诗歌，引出关注阿尔默症患者及其看护者心理的话题。心理咨询师、培训师、中组部复旦大学培训基地特聘讲师宋成锐副教授从患者的陪护者、旁观者和患者自身三个不同角度，阐明了本场活动的主题“我就是我”的内在含义，希望大家不要因病患而产生过多负面情绪，保持真我，提高生活质量。他以深入浅出的讲解，指点陪护者学会如何更好地调试自己的心理，引导旁观者如何正确面对陪护者，倾听他们的心声；帮助患者自身以更积极的心态面对疾病。


由美国知名歌手Chris Mann和著名科学家Rudolph Tanzi共同创作的歌曲《Remember Me》在Facebook和YouTube上拥有很高点击量，创作者希望借助歌曲这一形式提高公众对阿尔兹海默症的认知度。专业乐手现场演绎了这首歌曲，唱响了所有关注阿尔兹海默症人群的梦想：根除认知障碍。

现场观众反映，本次活动通过歌曲演绎、诗歌朗诵及医学专家、心理专家的专业讲解，将医学科普知识与文化艺术相结合，形式新颖，有良好的互动体验，让大家加深了对阿尔兹海默症的认识，消除了误解，明白了阿尔兹海默症离我们其实并不遥远。

本次活动在上海市老龄工作委员会办公室、上海市卫生健康委员会、上海市科学技术协会指导下，由上海市健康促进中心、上海市健康促进协会主办，上海市健康促进中心科普基地、上海市心理学会社区心理健康与发展专业委员会承办，上海新闻广播《活过100岁》、上海同舟共济互联网医院、曹杨新村街道办事处、曹杨新村街道社区卫生服务中心协办。

编辑：liuchun 审核：liuchun

证件信息：沪ICP备10219502号 (<https://beian.miit.gov.cn>)

 沪公网安备 31010102006630号 (<http://www.beian.gov.cn/portal/registerSystemInfo?recordcode=31010102006630>)

中国互联网举报中心 (<https://www.12377.cn/>)

Copyright © 2009-2022
上海科技报社版权所有
上海科荧多媒体发展有限公司技术支持



(//bszs.conac.cn/sitename?method=show&id=5480BDAB3ADF3E3BE053012819ACCD59)