



一个有温度的养老品牌



扫码关注“佰仁堂养老”
了解更多认知症知识

上海佰仁健康产业有限公司
Shanghai Brightown Health Industry Co.,Ltd.

服务热线: 400-998-1000 网址: www.ibairentang.com

守护认知

七个故事
带你了解认知症

佰仁温度 守护认知

目录

CONTENTS

一. 大家都知道认知症吗

二. 认知功能减退分期

第一级：无认知功能减退

第二级：非常轻微的认知功能减退

第三级：轻度认知功能减退

第四级：中度认知功能减退

第五级：重度认知功能减退

第六级：严重认知功能减退

第七级：极严重认知功能减退

三. 自我筛查，快速发现认知症

四. 佰仁堂，认知症科学照护倡导者

每个人都可能得
认知症

一. 大家都知道认知症吗？

认知症（医学命名为痴呆症）并不是正常的衰老。认知症是由脑部疾病引起，它逐渐带走一个人的认知、思考和沟通的能力，甚至无法正常吃饭行走，这些变化也会让患者的情绪和行为受到影响。

在中国，已经有1000万人得了认知症；到2050年，全球认知症患者人数预计会突破1亿3500万人，认知症已成为受世界关注的疾病。

认知症是无论谁都有可能患上的疾病，一旦患上认知症，就会很难治愈。因此，在正确理解认知症的基础上，做好早期的预防就变得十分重要。



认知症

认知症是一种病

65岁以上的老年人寿命每延长5年，发病率就会增长一倍。

80岁老年人的患病比例会达到15%以上，而85岁以上老年人的患病比例将达到30%以上。大众通常将认知症与因衰老所引起的“健忘”混淆，从而耽误诊疗，加速病症。

按认知功能减退的情况分期从正常（无认知下降）到非常严重的认知下降，分为七级。认知症不可逆，但早期的干预疗法及病中的专业照护，能够延缓病症，减轻患者痛苦。

二. 认知功能减退分期



七个故事带你了解认知症

故事一



『父亲七十五岁了』

故事二



『我真是个没用的老头』

故事三



『一场糟糕的结婚纪念旅行』

故事四



『我根本没有输』

故事五



『我不记得回家的路了』

故事六



『叫谁都是娃娃』

故事七



『臭老头，我们依然爱他』

故事一

父亲75岁了

父亲曾经是位老师，虽年过花甲，还是有定期染发的习惯。注重个人形象，也喜欢拍照。照片中的他，黑发从额间向后梳拢，看上去比实际年龄要年轻许多。

退休后他经常跟老战友下棋，练书法，也常在午后的阳台看书打盹……



第一级：无认知功能减退

1. 无主观叙述记忆不好；
2. 临床检查无记忆缺陷的证据。

专家提醒

保持健康身体和心态，积极参与社区活动，适度运动，做力所能及的家务。

普及健康知识，建立对认知症的正确认知，为身边的认知症患病老人提供帮助。

认知症预防小锦囊



- 保持良好的规律生活，少喝酒少抽烟；
- 保持适度的运动，促进脑部的活性化，减轻体内压力；
- 保持一颗年轻的心，以开朗的心态面对生活；
- 保持听音乐、下棋、读书、看报等个人兴趣爱好；
- 提高睡眠质量，保持每天30分钟的午睡习惯；
- 多参加社交娱乐活动，和朋友多交流；
- 控制盐分和动物脂肪的摄入，均衡饮食；
- 控制高血压、高血脂、糖尿病、肥胖，避免患心血管疾病；
- 做一些填字游戏、拼图游戏等记忆功能的训练；
- 注意安全，避免脑外伤。

故事二

我真是个没用的老头

“吃饭前，我还看了手机的，怎么现在突然想不起放哪儿了呢？”

“昨天碰到邻居老李，我怎么一下子想不起他叫什么来着！”

“老喽老喽，越来越没用喽……”

父亲常常抱怨，确实，李大叔可是20年老邻居了……



第二级：非常轻微的认知功能减退

自己抱怨记忆不好，通常表现为以下几个方面：

1. 忘记熟悉的东西放在什么地方；
2. 忘记熟人的名字，就业和社交场合无客观的功能缺陷，对症状的关心恰当。

关于认知症的六大错误观念

1. 丧失记忆是自然老化的一部分；
2. 认知症并不是致命的疾病；
3. 只有老年人会得认知症；
4. 认知症患病老人就是“有点糊涂”，可以不用治疗；
5. 认知症患病老人已经神经麻木，没有了记忆和灵魂；
6. 认知症能够被治愈；



专家提醒

参加社区或日间照护中心的认知症早期干预项目，保持健康心态，适度运动，做力所能及的家务，生活不依赖他人。

故事三

一场糟糕的结婚纪念旅行

父亲母亲结婚50周年，还从未出过国门，我送了泰国双人游作为礼物，结果母亲回来说，“以后再也不想和这个老头子一起出去玩了，不仅把我一个人落在了商场，还把刚买的纪念品给弄丢了，简直像带了个小孩出门。”父亲却满脸委屈……



第三级：轻度认知功能减退

最早而明确的认知缺陷，存在下述两项或两项以上表现：

1. 病人到不熟悉的地方迷路；
2. 同事注意到病人的工作能力相对减退；
3. 家人发现病人回忆词汇的名字困难；
4. 阅读一篇文章或一本书后记住的东西甚少；
5. 记忆新认识的人名能力减退；
6. 可能遗失贵重物品或放错地方；
7. 临床检查有注意力减退的证据。

只有深入检查才有可能获得记忆减退的客观证据。可有所从事的工作和社交能力的减退。病人开始出现否认，伴有轻、中度焦虑症状。



专家提醒

自测级别在三级及以上、并且还没去医院筛查过的，一定赶紧去各大医院记忆门诊挂号！越早诊治效果越好！

佰仁堂认知症专业照护机构可以为您和家人联通热线电话，并提供相关咨询，帮助家庭成员一起做好就医准备。我们的专业可以让被确诊的患病老人和家庭成员获得及时的就医信息，了解更多的长期照护的方法和服务资源。

故事四

“我根本没有输”

下午两点，父亲和往常一样，又去街心公园下棋了，可没一会就气呼呼回来了，咕哝着：“昨天明明我连赢了老李三局，老李偏说我搞错了，说我昨天是和老张下棋来着，还大输了两局，想要耍赖啊，不下了，不下了……”



第四级：中度认知功能减退

明显的认知缺陷表现在以下几个方面：

1. 对目前和最近的事件知识减少；
2. 对个人经历的记忆缺陷；
3. 从作连续减法可以发现注意力不能集中；
4. 旅行、管理钱财等的能力减退。

不能完成复杂的工作；心理防御机制中的否认显得突出，情感平淡，回避竞争。

但通常无以下三方面的损害：

- ①时间和人物定向；
- ②识别熟人和熟悉的面孔；
- ③到熟悉的地方旅行的能力。

专家提醒



经诊断为认知症的患病老人，佰仁堂认知症专业照护机构可以为老人进行详细评估，并与家庭成员协作，开发适合老人的照护计划，如认知训练、兴趣活动、生活能力训练、适度的身体锻炼和社交活动，尽可能的维持患病老人的认知功能、身体功能和社交功能，提高他们的生活品质。同时佰仁堂有全国连锁型认知症照护机构可供入住选择。

故事五

“我不记得回家的路了”

父亲在这半年里，已连续走失三次了，我们全家出动寻找，即使父亲的手腕上有我们定制的电话号码黄手环，他也不知道打电话回家了。

父亲会忘记关门、忘记关煤气、忘记熟悉的小区，而母亲每天都觉得心惊胆战……



第五级：重度认知功能减退

病人的生活需要照顾，检查时半天不能回忆与以前生活密切相关的事情。例如，地址、使用了多年的电话号码、亲属的名字、或地点定向障碍。受过教育的人，做40连续减4或20连续减2也有困难。

在此阶段，病人尚保留一些与自己或他人有关的重要事件的知识。知道自己的名字，通常也知道配偶和独生子女的名字。进食及大小便无需帮助，但不少的病人不知道挑选合适的衣服穿。

专家提醒



建议由专业的认知症照护机构看护，减轻家庭负担，改善认知症患病老人生命质量。佰仁堂认知症专业照护机构以认知症患病老人为中心，提供生活照护、医疗护理、康复辅助、心理慰藉、后勤保障、社会关系协调、乃至家庭照护者辅导为主要内容的多维度服务项目，并融合英国孝尔认知症服务模式，将非药物干预方法融入认知症患病老人的照护细节中，制定个性化照护计划，满足身心需求与支持，并赋予每位认知症患病老人以生命尊严。

故事六

叫谁都是“娃娃”

隔壁孩子来玩，父亲很高兴的喊他们“娃娃来啦！”

邻居李大叔来串门，父亲还是喊他“娃娃来啦！”从他眼里没有看出什么不对，他总是会热情的招呼他们，称谓一直是“娃娃”，无论是谁……



第六级：严重认知功能减退

忘记配偶的名字、最近的经历和事件大部分忘记。

保留一些过去经历的知识，但为数甚少。通常不能认识周围环境、不知道年份、季节等。做10以内的加减法可能有困难。

日常生活需要照顾，可有大小便失禁，外出需要帮助，偶尔能到熟悉地方去。日夜节律紊乱。几乎总能记起自己的名字。常常能区分周围的熟人与生人。

出现人格和情绪改变，这些变化颇不稳定，包括：

- ①妄想性行为，如责备自己配偶是骗子，与想象中的人物谈话，可与镜子中的自我谈话；
- ②强迫症状，如：可能不断重复简单的清洗动作；
- ③焦虑症状，激越，甚至出现以往从未有过的暴力行为；
- ④认知性意志减退，如：因不能长久保持一种想法以决定有的行为，致使意志能力丧失。

专家提醒



佰仁堂的认知症照护机构，会配备一支受过良好培训并有实践经验的跨专业个案管理团队。尤为重要的是，佰仁堂照护机构会和当地医疗机构中专攻认知症的老年精神科医师、神经科医师或老年科医师建立协作关系。当患病老人出现较严重的精神行为症状或谵妄时，能够得到专业的诊断和治疗。

故事七

“臭老头”，我们依然爱他

父亲已经不怎么会说话了，偶尔能听到他小声的咕哝声，由于大小便失禁，向来爱干净的父亲，不再那么整洁。

母亲一天也没离开过他。她不再打太极、唱歌或吹笛子。每天为父亲喂饭、喂药、换纸尿裤、清理秽物。繁琐细碎的日常照护，让母亲白发丛生。

但是我们从未想过要放弃，我们依然深爱着他……



第七级：极严重认知功能减退

丧失言语功能。常常不能说话，只有咕哝声。小便失禁，饮食及大小便需要帮助料理。丧失基本的精神性运动技能，如：不能走路，大脑似乎再也不能指挥躯体。常出现广泛的皮层性神经系统症状和体征。



专家提醒

佰仁堂不仅提供认知症个性化照护，还提供专业的失能照护。为认知症患病老人规划并提供优质的晚期照护服务，也让家庭成员有所喘息，提供心理支持，让家庭成员与患病老人之间有更多的陪伴时光。



三. 自我筛查，快速发现认知症

01

画一个时钟
标出12个数字
画出2点45分



评分标准

- ① 画出一个完整的圆圈得1分
- ② 12个数字全部标对得1分
- ③ 指针一短一长且相交得1分
- ④ 时间标对得1分

得分结果评估

- 得分4分属正常
- 3分为轻微症状
- 2分为中度症状
- 小于2分是重度症状

02

回忆早餐吃了什么或者上一顿吃了什么？



温馨提示：如果想不起来早餐或上一顿吃了什么，要警惕了。

03

在1分钟内说出12种动物名称或在1分钟内说出12中水果名称。



温馨提示：如果说不出12种及以上，要警惕了。



扫码关注“佰仁堂养老”
参与更多认知症早筛测试

认知症专业照护
给爱更多时光



佰仁堂
BRIGHTOWN



时光家园
认知症专业照护

四. 佰仁堂, 认知症科学照护倡导者



佰仁堂认知症专业照护

佰仁堂专家走访英、瑞、德、日等国，博采各国先进经验，并与英国孝尔集团共同打造认知症标准化、个性化照护流程。

现旗下20多家机构开设认知症照护专区，提供社区日间照护与机构专业照护相结合的本土化照护方案。



贴心服务实现双重目标

身体上：

提供以人为本的照护，承担健康管理责任，延缓认知衰退进程、提高生活品质。

精神上：

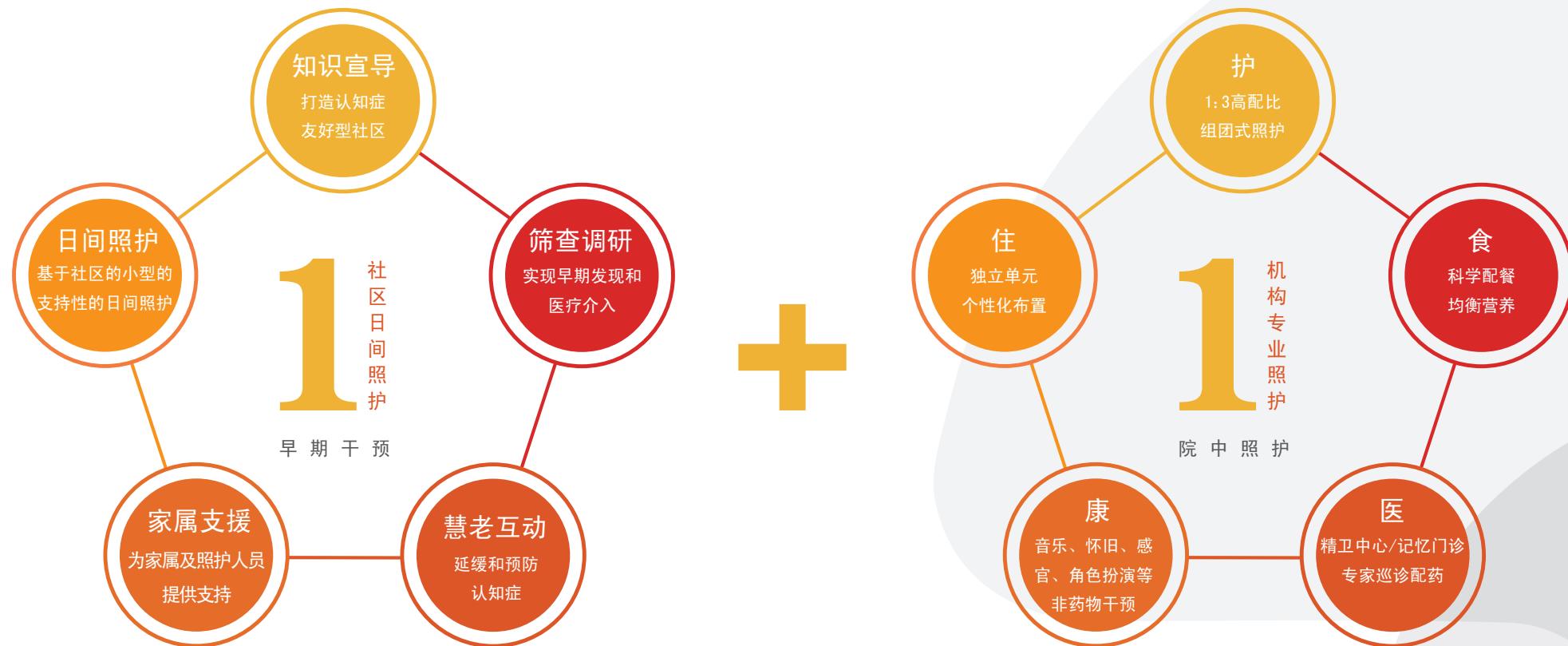
提供心理情感支持，创造社交活动机会，帮助重拾生活乐趣，找到生命价值。





佰仁堂“1+1”认知症全周期照护服务模式

依托社区日间照护与机构专业照护相结合的服务模型，为认知症患病老人及家庭成员提供涵盖认知症早期干预、社区日间照护、院中照护的全周期服务，让患病老人在专业服务中减缓病情，同时给家庭成员更多喘息和陪伴的时间。



服务优势

更专业的服务 更贴心的照护



近社区
方便就医及探望



高性价比
消费得起的专业



即时查看
记录老人在院的生活场景

服务保障

标准化服务流程 严格专业管理



佰橙学院
照护服务提升培训



啄木鸟行动
照护服务检测及抽查



专属评估
120 项服务支持计划



服务机构

全国20多家机构开设认知症照护专区，更多佰仁堂认知症服务机构陆续开业中。

佰仁堂·上海地区

上海徐家汇街道龙吴路养老院

地址：上海市徐汇区龙吴路71号

电话：(021) 54566377

上海徐汇源梦颐养院

地址：上海徐汇区龙吴路2577号

电话：(021) 54726328

上海青敬养老院

地址：上海市浦东新区合庆镇青暮路1348号

电话：(021) 68910658

上海梅陇颐乐养老院

地址：上海市闵行区双柏路1333弄58号

电话：(021) 52217891

上海豪锦梅陇养老院

地址：上海市闵行区银都路1696弄7号

电话：(021) 54401367

上海奉贤南桥关港养老院

地址：上海市奉贤区南桥镇关港村399号

电话：(021) 57489186

上海金山区佰仁养护院

地址：上海市金山区枫泾镇枫渡路泾标路口

佰仁堂·上海地区日间照料中心

上海徐家汇街道龙吴路日间照料中心

地址：上海市徐汇区龙吴路71号

电话：(021) 54566377

上海康健街道寿昌坊邻里汇

地址：上海市徐汇区桂林西街151弄32号甲

电话：(021) 31127884

上海徐家汇街道南丹社区长者照护之家

地址：上海徐汇区宜山路50弄2号

电话：(021) 64417737

佰仁堂·安徽地区

安徽马鞍山善德老年公寓

地址：安徽省马鞍山市雨山区雨园路829号

电话：(0555) 2222788

佰仁堂·江苏地区

南京侨馨人家养老公寓/护理院

地址：江苏省南京市清凉门大街60号

电话：(025) 86306606

南通乐龄护理院

地址：江苏省南通市观音山太平北路558号

电话：(0513) 89125099

苏州吴江惠生护理院

地址：江苏省苏州市松陵镇创业路208-32号

电话：(0512) 63953963

苏州吴江盛泽慈爱护理院

地址：江苏省苏州市吴江区盛泽镇东方大街1号

电话：(0512) 63003866

苏州佰仁三香护理院

地址：苏州市三香路168号

常州景日安康老年公寓

地址：江苏省常州市关河西路38号

电话：(0519) 85285839

常州市常福颐养园

地址：常州市天宁区劳动中路118号

佰仁堂·重庆地区

重庆慈怀老年公寓

地址：重庆江北区鲤鱼池二村27号

电话：(023) 67895361

重庆慈佑养老服务中心

地址：重庆渝中区上清寺美专校街53-1号

电话：(023) 67003907

佰仁堂·浙江地区

杭州富阳瑞丰老年公寓

地址：浙江省杭州市富春街道金秋大道518号

电话：(0571) 23260988

宁波鄞州博美颐养院

地址：浙江省宁波市鄞州区文水路428号

电话：(0574) 55837666

义乌怡乐新村老年公寓

地址：浙江省金华市义乌市宾王路C77号

电话：(0579) 89926667





佰仁堂
BRIGHTOWN



时光家园
认知症专业照护