

老年人出现这八种情况要小心了!

市老龄办联合厦大走进厦港为老年人测评认知能力

晨报讯(记者 张玲玲 通讯员 黄雯婷)“阿姨,您看这幅画里有几头大象?”4月21日上午,在厦港街道下沃社区的海洋新村小区,一名厦门大学本科生正在测试一名女士的认知能力。该活动是厦门市老龄办联合厦门大学公共卫生学院,结合厦门本地人文特点和老年人特性,开展的老年人轻度认知功能障碍社区干预活动。通过对老年人的注意力、记忆力、定向力、逻辑思维能力等开展测试,了解老年人是否患有轻度认知功能障碍,也可由此感知老年人患阿尔兹海默症(俗称老年性痴呆)的风险。下沃社区是开展测试活动的第二站,共有137名60岁以上的老人参加了本次活动。接下来,活动还将在全市7个社区进行。

社区居民曲女士说,她退休前从事脑力工作,但近几年明显感觉记忆力下降,有时去了某个地方却不知道要做什么。对此,她特别担心自己会患上阿尔兹海默症,听闻小区有测试活动就前来参加。

据悉,轻度认知功能障碍主要指非痴呆的老年人中出现的轻度记忆或认知损害,它的核心症状是认知功能的减



给老年人测试认知能力。P184278570

退,但日常生活能力没有受到明显的影响,是介于正常老化和阿尔兹海默症之间的一种中间状态。厦门大学公共卫生学院老师袁满琼说,这样的测试实际是将健康关口前移,早发现病情早干预。经研究,他们发现干预措施是可逆的,也就是说,非药物治疗可以使阿尔兹海默病恢复正常状态。

袁满琼说,根据前期厦大与厦门市老龄办联合开展的调查显示,厦门有46.7%的老年人是轻度认知功能障碍的

高危人群,情况不容乐观。对此,厦门大学公共卫生学院的师生们将此项内容当作一项课题进行研究。影响老年人患有轻度认知功能障碍的原因主要有受教育程度、城乡居住圈及社交圈等。接下来,师生们会对患有轻度认知功能障碍的老年人进行密切跟踪随访和“体育”、认知等方面的干预治疗。

以下8项内容是轻度认知功能障碍的表现,若出现这些情况,老人们要提高警惕。1.

记忆减退,刚刚发生的事情都记不得了;2.步行速度越来越慢;3.说话总是找不到合适的词语;4.不能准确地判断物品的位置,对时间、地点没有概念;5.出现计算障碍,基本的加减法都算不清;6.对身边的事物不感兴趣,不喜欢与人交流,失去了对生活的热情;7.出现性格改变,变得敏感、多疑、易怒;8.不能对事件进行分析、思考、判断,难以处理复杂问题。

祈福筹资 扶贫助学

晨报讯(记者 张玲玲 通讯员 陈速红)避风坞畔彩旗飘扬,来自四面八方的善信云集朝宗宫,依序排队走过“平安桥”礼拜祈福。近期,厦港街道蜂巢山社区朝宗宫举行了“过平安桥”活动。

在活动现场,人们依照自己的生辰属相排队,在领取了祈福礼物后,走过搭建于朝宗宫前的“平安桥”。他们经高功道长盖章,完成祈福仪式。闻知朝宗宫将把香火钱捐给社区作善款,很多人都纷纷献上自己的心意。来自泰国的留学生张子健,专程从厦大翔安校区赶来体验过“平安桥”祈福民俗活动。他说,在泰国祈福的民俗活动也有很多,但他从没体验过这项祈福活动,前几天从朋友圈里获悉今日朝宗宫的活动,便特意赶过来参加。

据朝宗宫住持林招治道长介绍,过“平安桥”祈福民俗活动盛行于闽台地区,是老百姓喜闻乐见的一种祈福仪式。相传,农历二月十五是道祖太上老君降圣成人,救度兆民的开端。近年来,朝宗宫请教了两岸的民俗专家,恢复了这项传统的祈福仪式,并发扬道家济世大爱精神将所收的香火钱作为善款交由蜂巢山社区。

蜂巢山社区居委会书记吴雅玲表示,蜂巢山社区地处老市区,困难居民比较多。朝宗宫举办民俗活动将香火钱捐献给有需要的困难家庭扶贫助学,这也是和谐社会中扶贫济困的一种美德。

S8504004

区垃圾分类演讲比赛厦港摘金夺银

晨报讯(记者 张玲玲 通讯员 危靖璟 罗长生)4月8日下午,为贯彻落实区领导关于强化垃圾分类宣传力度、组建垃圾分类宣讲团、持续开展分类宣传的具体要求,思明区垃圾分类办在区市政园林局举办了一场生活垃圾分类知识宣讲授课比赛。区委副书记张剑鸣,区市政园林局局长林强、调研员康林财,区文明办庄鹭平,市垃圾分类办邹玉莲及区垃圾分类办、中心和街道等相关领导参加了本次活动。来自区垃圾分类中心和各街道、社区的督导员、志愿者等共19名参赛选手展开激烈角逐,厦港街道代表林颖和周婉婷两位女将力战其他17

名选手,分获冠亚军。

林颖是厦港街道巡司顶社区计生干部,这是她第一次参加区级演讲比赛。她演讲的内容是巡司顶社区碧山临海小区党员在垃圾分类工作中的作用和成效。她说,巡司顶社区是垃圾分类党员先行的试点,党员们都能支持工作、主动作为,配合街道工作人员一起推动垃圾分类工作。林颖的演讲把党员的所作所为与他们带来的感动表达得淋漓尽致,赢得评委的高度肯定。

周婉婷是厦港街道垃圾分类宣讲员,“我的家在厦港,我从小到大都生活在这里。”平时酷爱唱歌的周婉婷,唱着歌走上演讲台,让评



演讲比赛颁奖现场。P184278577

委眼前一亮。为配合演讲,她还精心制作了三段小视频,穿插在演讲中。其中一个视频从一名小朋友问爷爷垃圾分类的知识,引出垃圾分类小口诀。周婉婷说,通过孩子去影响大人,更容易改变人们的观

念。随后,她又介绍了厦港片区“家校社”开展垃圾分类工作的情况,生动有趣地讲解了垃圾为什么要分类、怎么分类。演讲中不仅展现出其随机应变的能力,也体现了她为