

2023年6月8日
星期四
总第122期

邮发代号1-159
国内统一连续出版物号
CN 11-0312

老年健康报

国家卫生健康委员会主管

健康报社有限公司主办

健康报社有限公司出版



中国脑认知健康指数发布

本报讯（记者王潇雨 特约记者王蕾）近日，由国家卫生健康委能力建设和继续教育中心主办的2023年认知障碍疾病专科能力建设大会在浙江省绍兴市召开。会上，首个国家级认知障碍疾病防控综合指数体系——《中国脑认知健康指数(2023)》发布。《指数》以量化打分的形式客观反映了我国31个省(区、市)人群认知障碍疾病防控的综合能力。

根据《指数》，北京市取得了

61.31分的最高分(满分100分)，这意味着该市脑认知健康水平居全国首位；江苏省、湖北省、上海市、天津市、浙江省分别位列第二至第六位。

从整体上看，我国脑认知健康防控水平呈现东部省份得分较高，中部和西部省份排名相互交叉的趋势。具体而言，在认知障碍疾病流行情况及疾病负担维度，得分较高的省(市)为江西省、北京市、贵州省、黑龙江省、辽宁省，提示这些地区要更加重视认知疾病的防控工作；在危险因素暴露维度，得分较高的省(区、市)为广东省、西藏自治区、上海市、福建省和海南省，表明这些地区要更多关注消除、减少疾病相关风险因素；在危险因素防控维度，得分较高的省(区、市)为北京市、天津市、宁夏回族自治区、浙江省和江苏省，代表这些地区的防控水平较高；在认知障碍疾病诊治维度，得分较高的省(市)为北京市、湖北省、天津市、江苏省和上海市，意味着这

些地区的相关诊疗能力较强。

“认知障碍疾病是可以预防的，通过改善生活方式、控制危险因素以及早期筛查和干预疾病，四成认知障碍老年患者可以避免出现痴呆。”首都医科大学宣武医院神经内科主任医师唐毅教授说，非常期待指数落地应用，促进认知障碍疾病防控策略优化，加快我国认知障碍疾病诊疗的规范化、标准化、同质化发展进程。



老年大学 开课了

近日，内蒙古自治区阿拉善盟额济纳旗老年大学新学期开班，开设了声乐、舞蹈、蒙古象棋、柔力球等特色课程。图为老人们在学声乐。

图文/视觉中国

宜居环境不是“高配”而是“标配”

随着人口老龄化不断加剧，住宅不够适老，以及大多数城乡基础设施、公共服务设施建设没有充分考虑老龄社会需求的问题愈发突出。

比如某些老旧小区楼房的轮椅坡道，或是坡度过大，好像“滑道”；或是转弯的地方太窄，轮椅

基本上不能用。又如，由于无障碍公交车尚未完全普及，依靠轮椅出行的老年人如果想乘坐公交车困难不小。再如，天桥的楼梯犹如“天梯”，原本为行人提供便利的过街天桥，成为老年人的“过街难题”；很多过街天桥没有无障碍设施，许多行动不便的老年人

只能“望桥兴叹”。

营造一个能够让老年人感到惬意与安定的外部环境，是老年人心理和生理的双重需求。国内外大量研究表明，老年友好环境对延长老年人独立生活的时间、提高老年人的生活质量、提高老年人的社会参与度均有

积极意义。如果没有宜居环境作为支撑，我们一直以来倡导的健康老龄化、积极老龄化将难以实现。因此，宜居环境建设是老龄化社会的“标配”而非“高配”，全社会应该主动为老年人提供宜居环境。

文/甘贝贝



扫码订阅

老年健康报

每周一期 周四出版

全国各地邮局均可订阅

全国老龄工作委员会办公室指导

红枣这样吃 更有益

市场上有红枣，也有黑枣，二者有什么不同？怎样吃红枣对身体更有益？我们来听听专家怎么说。

2版

新闻热线：(010)64621355

E-mail: lnjkb2020@163.com

编辑：尤颖康 电话：(010)64621193

本报所刊方药，请在医生指导下使用

长时间咳嗽 当心间质性肺疾病

林先生6年前体检时，就已查出“肺间质性病变”，由于当时没有任何症状，就没有做进一步检查。如今，林先生的肺功能已经严重受损……

3版

炎炎夏日 说说腹泻那些事儿

为何夏季人们容易腹泻？腹泻后如何治疗？今天，我们邀请专家为您解答。

4版

体检常见问题 答案在这儿

体检就像在做一份“健康考卷”，让人们及时发现身体存在的问题，进而有针对性地“查漏补缺”。

6版