本版编辑:潘嘉毅 视觉设计:戚黎明

除了孤独外,老年人 还要面对社会角色剧变导 致的心理落差,身体机能 的退化,慢性病痛的折磨, 甚至死亡的恐惧, 这些都 非常容易让老年人患上 "心灵感冒"--抑郁症。

# 老人"烦差慢 警惕抑郁症来袭



抑郁症,是以情绪低落、悲观消 极、懒言少动、思维迟钝等为主要特 征的一种老年期最常见的精神障 碍,也是自杀的最常见原因之一。国 内有关调查表明:55 岁以上老年人 罹患抑郁症的比例高达 10%~15%, 在患有躯体疾病的老年人中,抑郁 症的发生率高达 50%~55%。

然而, 老年抑郁症的表现和青 壮年有所不同, 具有隐匿性和不典 型性,也因此常常被误诊和漏诊。老 年抑郁症的表现有三个特点:

#### 啥都没兴趣,心里特别"烦"

抑郁症最核心的症状是情绪低 落,但是在老年抑郁症患者中,主动 表示"心情不好"的很少,自信心下 降、兴趣减退、干啥都不起劲,倒是很

常见。细心观察的家人会发现,老人 以前爱做的事情现在都不爱做了,以 前爱串门聊天的现在闭门不出了,以 前喜欢跳广场舞的最近不爱动了, 反而常常发呆,叹气,甚至流泪。

老年抑郁症患者的焦虑情绪会 很突出,甚至有时会掩盖低落的情绪。 还有一些老人表现为特别爱生气,看 啥都不顺眼,总是乱发脾气。

### 身体特别"差",浑身不舒服

老年抑郁症患者总是觉得自己 的身体状况很"差"。

很多抑郁症患者都有多种身体 不适的症状,如厌食、腹部不适、便 秘、体重减轻、心慌、胸闷、喉部堵塞 感、头痛、头晕、颈背疼痛、失眠、周 身乏力等。这些症状会误导医生讲 患者在多个科室反复就诊,症状却 无法改善。

老年抑郁症患者疑病的症状非 常突出而普遍, 总是担心自己患有 严重的身体疾病。通常以某一种不 太严重的躯体疾病开始, 虽然身体 症状日益好转,但抑郁、焦虑情绪以 及对疾病的怀疑和担忧却与日俱 增。尤其是如果近期有亲朋好友不 幸离世, 更是觉得自己身体状况日 益恶化,来日无多。

### 脑子反应"慢",身体动不了

老年抑郁症患者更多表现为身 体和大脑都"动不了"。思维明显迟 缓,思考问题困难,发呆沉默,语速 缓慢,行动迟缓。严重时出现双目凝 视,情感淡漠,对外界无动于衷。不 能体验乐趣,不愿参加正常活动,甚 至远离人群。但是通过有效的抗抑 郁治疗,患者的认知功能可以快速 恢复到发病前的正常水平。

早期发现、及时规范治疗抑郁 症,对维护老年人身心健康、维护家 庭的和谐都非常重要。老年抑郁症 通过及时规范的治疗,通常都会获 得较好的疗效。

刘文娟(复旦大学附属中山医 院心理科、上海市医学会行为医学

### 肝癌免疫治疗 能否让患者活得长些



### 康复有道

大部分肝癌患者就医时已是 晚期,无法实施手术切除,而药物 治疗方案仍匮乏。在复旦大学附 属中山医院 "2019 肿瘤大讲 —肝胆肿瘤治疗进展"讲座 现场,肝肿瘤内科、肝肿瘤外科、 病理科、放疗科、介入科的医生 共同探讨肝癌现状,研究诊治对 策,学术气氛热烈。专家一致认 为,在化放疗效果不理想,患者 不具备手术指征的情况下,以 PD-1/PD-L1 抑制剂为首的肿瘤 免疫治疗药物开始用干治疗晚 期肝癌,目前看来对提高疗效, 延长中位总生存期(OS)具有深 远意义。

人们百思不得其解:为什么 像肝癌这么严重的疾病,总是做 不到早期发现,并且一经检查,往 往被确诊为肝癌晚期?原来,这 和肝脏的生理特性有关。肝脏拥 有强大的解毒功能,却没有痛觉

神经的分布, 无论它受到怎样的 伤害、劳累,只要能代偿、能耐受, 未触及功能发挥的底线,就不会 有异常信号出现。一旦表现出不 适,意味着肝损伤已重度累积,获 得逆袭或寰转的机会不多矣。

正是肝脏本身具有的自我免 疫能力, 提示肿瘤免疫治疗极有 可能为晚期肝癌患者带来生存获 益。中山医院肝肿瘤内外科的临 床经验证实,肿瘤免疫治疗需联 合手术、放化疗或分子靶向治疗 等多学科综合治疗, 才能提高疗 效,延长中位总生存期(OS)。肝 脏对肿瘤免疫治疗的应答"不是 一个人的战斗",肝脏并非只有诱 导局部抗原耐受的唯一免疫功 能,还需要更多基于循证医学的 数据支持。中山医院肝肿瘤外科 副主任孙惠川教授指出, 寻找有 效预测标志物将是讲一步提高免 疫生物疗法的关键。制定肿瘤免 疫疗法的临床规范和路径, 亦势 在必行。这些都将成为肝癌免疫 治疗的研究热点。 邹鑫滢



### 科普活动

在第20次全国爱耳日来 临之际,3月2日上午8时至12 时,上海交通大学附属第六人民 医院将在官山路 600 号门诊七楼

耳鼻咽喉头颈外科, 开展爱耳科 普讲座、一对一耳病专家咨询,以 及人工耳蜗植入者现场互动等公 益活动。欢迎市民前往参与。裘迪

### 节后缺牙咨询量翻番,新民健康重磅推出: 权威原九院种植牙专家面对面答疑

## 年后首场,惠民措施多多,限定50个名额及爱牙新年礼包!

许多缺牙朋友没赶在过年前修复缺牙,亲友聚餐满桌佳肴 只能饱饱眼福,唯独缺了口福。

"吃饭用剩余的牙齿和牙龈慢慢磨,真的太痛苦了!"

"都没有牙齿可以对着咬,饭桌上吃饭花时间比别人长,消 化吸收还不如别人!"

都说缺牙修复越早,能享受一日三餐简单幸福的时间就越 长,于是很多阿姨爷叔元宵节过后都纷纷来电咨询各种关于种 植牙的问题,想尽快改变自己被缺牙折磨的生活和面貌。

### 阿姨爷叔的新年愿望:吃嘛嘛香 即刻种植当天就能实现?

上海口腔医学会口腔种植专 |||委员会委员,原力院种植牙专家 王申表示, 医学发展给缺牙老人点 燃了"重新拥有一口好牙"的希望。 种植牙能帮助人们感受食物的美 味,还原了真实的咀嚼感受,咀嚼有 力、耐用,适合单颗、多颗缺牙、半 口、甚至全口缺牙的中老年朋友。

据悉,如果牙槽骨条件允许, 当天处理缺牙, 当天恢复咀嚼能 力的愿望,目前是可能实现的。另 外一些对疼痛敏感、怕折腾、怕等 待时间长的缺牙者也不必过于担 心,如今种植牙的金标准就是舒 适、快捷、有效。恢复一口好牙吃 饭香,再也不是什么难事!

### 国际种植牙大咖现场坐阵 多年缺牙难题找权威更靠谱

王申指出,无论何种处理方 式都必须经过正规医院医生的检 查诊断,才能确定选用哪种方式 更适合。修复缺牙前,全面的检查 就如同盖楼打地基一样,"地基" 打得不牢固,处理好的缺牙使用 "寿命"也不长。

种植牙是口腔科专业性极强 的技术,不仅要求牙医具备扎实

的专业知识,丰富的处理经验,由 于种植技术发展快, 医生还要具 备很强的学习及应用能力。本周 新民健康联合沪上知名爱牙机构 举办的爱牙活动汇集了知名口腔 种植牙专家、原九院种植牙专家, 为缺牙市民答疑解惑,出谋献策, 有需要的朋友请尽快拨打021-



### 原九院专家首场爱牙见面会 免费方案设计、新年新享惠

如果您有牙齿松 动、牙齿缺失、假牙佩 戴不适、烤瓷牙失败 等,均可报名!原九院 种植牙专家王申领衔 专业团队,将帮助大 家理清缺牙误区、建 立处理缺牙的信心。 并提供专业指导建 议。仅50个名额,请 尽快报名申领!

### ■报名成功可享以下爱牙福利

- 1 原九院种植专家面对面交流答疑
- 2了解多样化、精准化种植牙设计理念
- ③领取新年爱牙礼包(科普书、牙刷、牙线等,数量有限先到先得)

■爱牙热线

021-62476396

或编辑短信"牙齿+姓名+联系方式"

发送至 18121287952

#### ■ 特邀专家简介

上海交通大学医学院口腔 医学硕士.2003 至 2013 年在上 海交大附属第九人民医院口腔 种植科任职,专业从事种植及修 复工作10余年。上海口腔医学 会口腔种植专业委员会委员、国 际口腔种植学会(ITI)会员、中 华口腔种植专业委员会会员,瑞 士 straumann 种植培训讲师,曾 赴瑞士、美国等国家深造。擅长 微创种植、即刻种植、All-on-4 种植技术。

●国内邮发代号3-5/国外发行代号D694/全国各地邮局均可订阅/广告经营许可证号: 3100020050030/社址:上海市威海路755号/邮编:200041/总机:021-22899999转各部 ● 本报 印刷: 上 海报 业 集 团 印 务 中 心 等 . 在 国 内 外 7 个 印 点 同 时 开 印 / 上 海 灵 石、上 海 龙 吴、上 海 金 桥、上 海 界 龙 / 北 京、香 港、美 国 洛 杉 矶 ●本报在23个国家地区发行海外版/美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等