如果反复出现以下表现 小心“老年痴呆”找上你

朱杰
重庆市第十一人民医院老年一科主任

阿尔茨海默病(AD),俗称“老年痴呆”,是一种常见的神经退行性疾病,会对大脑神经元造成不可逆损害,因此,尽早识别阿尔茨海默病可以为早期干预争取时间,以延缓疾病的进程,提高阿尔茨海默病老人晚年的生活质量。

如果老人反复出现以下10个表现,建议尽早就医:

1.记忆力衰退,尤其是对近期事物,说过的话做过的事转身就忘,是患者早期最常见的症状。

2.不能完成熟悉的工作。炒菜是先放油,还是先放盐呢?以前轻而易举能完成的事情现在变得困难了。

3.语言表达出现障碍。忘记简单的词语,话到嘴边不知道该如何表达。

4.搞不清时间和地点。出门常迷路,日期记不住,甚至白天黑夜都分不清楚。

5.判断力受损。丧失对一些事物的正确判断能力,比如横冲直撞地过马路等。

6.理解力下降。与人交流出现一定障碍,跟不上思路。

7.将物品或钱错放在不恰当的地方,如水果放在衣柜里等。

8.情绪或行为改变,情绪无缘无故涨落,或变得淡漠、麻木。

9.性格改变,比如变得糊涂、多疑、害怕、易怒、焦虑、抑郁等。

10.兴趣丧失。对以前喜欢的事物不再有兴趣了。

预防阿尔茨海默病,做好以下8个措施:

1.多用大脑,培养多种业余爱好;

2.纠正听力和视力障碍,如佩戴助听器、眼镜,治疗青光眼白内障等眼疾等;

3.戒烟限酒;

4.保持良好的饮食习惯,建议长期坚持“地中海饮食”;

5.保持心情舒畅;

6.适当锻炼,如温和的瑜伽、太极拳锻炼、中等强度有氧运动;

7.保持良好的生活节律,如睡眠节律、排便节律等;

8.防止空气和噪音污染。

如果能够坚持做到以上八点,就可以降低患病风险40%;

虽然目前的治疗无法完全治愈阿尔茨海默病,但在发病早期进行干预治疗,对延缓患者日常生活质量的迅速减退仍十分重要。

重庆晚报-厢遇记者 陈丹

▶扫码听医生慢慢给你摆

热点回应

车站能否增设饮料机?

轨道交通车站能否适当增加饮料贩卖机?
10号线万寿路站2C、2D出入口何时修好?
列车关门后为什么要等一会才启动?
……
近期,针对部分乘客对重庆轨道交通提出的一系列疑问,重庆交通开投轨道集团进行了解答。

问:轨道交通车站能否适当增加饮料贩卖机?

答:重庆轨道集团已在环线、3号线和6号线投放自动饮料贩卖机,其他线路自动饮料贩卖机正在准备中,将于近期陆续投放。

问:10号线万寿路站2C、2D出入口何时修好?

答:万寿路站2C、2D出入口建设受万寿路及南城大道交通导改工程影响,未能与其他出入口一起修建并开通。目前,2C出入口正在进行管线迁改,2D出入口土建已完成施工,具体开通时间请以政府管理部门和“重庆轨道交通”官方微博、微信公众号、官方网站发布的信息为准。

问:列车关门后为什么要等一会才启动?

答:为保障行车安全,司机关门后,需要确认列车满足无夹人夹物、信号正常、前方进路开放等所有条件和要求后才能发车。

问:5号线能否开行重庆西站至江北机场的直快列车?

答:由于中央公园西站未设置联络线,不具备由中央公园西站跨线至其他线路的功能,因此无法开行从重庆西站到江北机场T2航站楼、江北机场T3航站楼等站的直快列车交路。

重庆晚报-厢遇记者 张春莲

轨道随手拍

开往秋天的列车

据重庆轨道交通微博

美心红酒小镇乡村民宿受热捧

近来,一股新的旅游风尚正悄然兴起——越来越多的城市家庭选择前往周边的小城小镇,寻找那份久违的宁静与团圆。在涪陵美心红酒小镇,凭借其独特的乡村风光与丰富的特色民宿,成为今年中秋出游的热门目的地,民宿订单快速增长。

据悉,景区节前民宿酒店预订率达80%,人气持续提升,在中秋期间的民宿预订量较去年同期激增1.2倍,各类游客群体共同编织着属于他们的中秋记忆。

在美心红酒小镇,游客不仅可以入住别具特色的地宫四合院民宿、房车民宿和农家乐民宿,感受不同风格的乡村住宿体验,还能在四合院内举办团圆宴。

通讯员 田忠

商社电器渝北双龙商场国庆开业

金秋装修旺季恰逢国庆,9月28日至10月8日,商社电器渝北双龙商场盛大开业。

开业优惠力度空前,全场低至3.5折起。购物抽黄金,套购送iPhone15(128G)手机,还有低价抢大牌商品活动。不仅叠加政府“惠民补贴以旧换新”最高22%的补贴,开业再加码,补贴最高达45%,购惠民补贴家电满2000元送200元百货购物券,超市满200元送30元百货或电器购物券。商社电器渝北双龙商场将以实实在在的优惠,为消费者带来前所未有的全新购物体验。

重庆晚报-厢遇记者 刘明亚

重庆晚报 登报热线023-86622662 13368336681(微信同号)
重庆各地 证件遗失/票据挂失/环评公示/劳动仲裁/法院公告 备案 招标拍卖/注销减资/公告声明/出售转让/商业广告 登报

●重庆万友经济发展有限责任公司南坪分公司于2024年9月17日遗失财务收据,收据编号:8829681-8829700,特此声明原收据作废
●车主李纪太渝A1SK71遗失重庆市车用CNG气瓶使用登记证,登记证编号:CNG500141-02108,声明作废
●重庆捷帆网络科技有限公司遗失财务专用章(编号:5001087260885),声明作废
●江北区鸿运副食店遗失2022-09-02核发营业执照正副本,统一社会信用代码92500105MA5YJRLAXL,声明作废
●重庆沙坪坝名博士口腔门诊部有限公司遗失公章5001080470303财务专用章5001061012105,声明作废
●杜文明于2024年9月14日,不慎遗失身份证,证号512021197012254111,本人已申领新证,此证已失效,特此声明
●遗失重庆协鼎知识产权服务有限公司知识产权服务合同0001397,声明以上合同作废
●张来来遗失重庆市开州区民心出租汽车有限责任公司安全服务保证金收据:票号20014006,时间2018年7月20日,金额5000元,作废
●重庆合舍露营地服务有限公司遗失财务专用章壹枚(编号5001057249720),声明作废
●两江新区彩霞餐饮店遗失营业执照正副本,统一社会信用代码:92500000MA5YPRDK3Y,声明作废
●蔡万鹏遗失律师执业证声明,证号15001202110317647,执业证类别,专职律师,发证日期2021.5.13,声明作废
●九龙坡区行政遗会监管转账划服务部遗失公章5001141325162财务章5001141325163税务法人章5001141325164作废
●渝北区牛峰酒店遗失公章(编号5001120054204),声明作废
●重庆怡岛商贸有限公司遗失财务专用章(编号5001078389332)声明作废
●重庆璇澜科技有限公司公章5001068198401,财务专用章5001068198402的原备案回执遗失,声明作废
●声明:王翠遗失医师执业证书,证书编码:2203713020000227,声明作废
●王文慧不慎遗失重庆外事外语学院学校结业证,证号1358812020005000204,声明作废
●重庆艾筱豪斯文化创意有限公司(统一社会信用代码91500105MA5U6EMT13)遗失公章,财务章,声明作废
●重庆皇嘉雅蜜有限公司(统一社会信用代码91500105563476731 4)遗失公章,声明作废
●重庆红希企业管理咨询有限责任公司(统一社会信用代码91500109MADGB8TR2U)遗失公章,财务章,重新备法人章,作废
●杨泽明遗失重庆市开州区顺民达潮汐车有限责任公司安全服务保证金收据:票号2582735,时间2018年7月20日,金额5000元,作废
●声明:简翔警官证遗失,警号:103950,特此声明作废
●重庆新泊停车管理有限公司遗失公章5001030052128,财务专用章5001038052129,声明作废
●重庆昌新益健康管理有限公司遗失财务专用章壹枚(编号5001120501169),声明作废
●遗失江北区王燕便利店烟草专卖零售许可证正本和副本,许可证号500105121330声明作废
●重庆盛凯文化传媒有限公司遗失公章(编号5001038118651),财务专用章(编号5001038118652),声明作废
●重庆傀花树传媒科技有限公司遗失公章(编号5001018115162),声明作废
●重庆辉鸿药品有限公司遗失第二类医疗器械经营备案凭证,备案编号:渝化食药监械经营备20180011号,特此声明
●遗失重庆市筑穹雨商贸有限责任公司财务专用章一枚,编号5002211007312,声明作废
●遗失2014年7月14日核发的重庆瑞翔生物技术有限公司营业执照正副本第一社会信用代码91500112768888936L,声明作废
●重庆尊华科技有限公司遗失中国联合网络通信有限公司重庆市渝中区分公司保证金收据一张,收据编号:1473287,金额5000.00元(金额大写:伍仟圆整),声明作废
●遗失重庆锦余软装设计有限公司公章的印章备案回执,编码为5001142022031706 8,声明作废
●胡正坤(身份证513525195312061452)遗失乡村医生证书,号码:233708041195301200 8,声明作废
●江北区莱客便利店遗失烟草专卖零售许可证正本:证号500105122811,声明作废
●重庆市南岸区花园路街道南湖社区公益站遗失民办非企业单位登记证书正本:统一社会信用代码:52500108321649699 64(2020-05-20至2024-05-20),声明作废

声明:重庆市渝北区政务信息中心遗失事业单位法人证书正副本:统一社会信用代码12500112MB1G99166M(有效期:自2021年03月30日至2026年03月30日),声明作废。

●武江于2024年9月12日遗失身份证件,身份证号:510212198006083314,声明作废
●张玲于2024年9月12日遗失身份证件,身份证号:532923198610211928,声明作废

长寿经济技术开发区要素明细规划(2024年补充)环境影响评价公众参与第二次公示

长寿经济技术开发区管委会委托重庆环科源博达环保科技有限公司承担“长寿经济技术开发区要素明细规划(2024年补充)”环境影响评价工作,现将项目报求意见稿已编制完成。根据《环境影响评价公众参与办法》相关要求,已在长寿经济技术开发区管理委员会网站上发布,如需要了解详细信息,请登录该网站查询https://www.cqcsgxgw.com/jkqj/csjkqj/zwxx_10587/gsgg/202409/t20240914_13631295.html。公众可以通过信函、传真、电子邮件和现场填写等方式,在规定时间内将填写的公众意见表等提交长寿区,反映与项目环境影响有关的意见和建议。联系人:郑老师电话:19122280393;邮箱:270407765@qq.com。

招租启事

渝北区金石大道303号,渝中区上肖湾1号第1层3#,渝中区民族路96号,九龙坡区石小路175号,南岸区南湖路17号,联系电话:13883889776、13594613675

召回通知

我司于2024年5月13日生产的“朱氏山庄”48g袋装泡凤爪因质量问题,现予以召回。
重庆长欣食品有限公司
2024年9月18日

重庆市梁平区屏铜镇工业集聚区规划修编环境影响评价公示

重庆市梁平区屏铜镇工业集聚区总规划面积65.77hm²,其中镇区内工业集聚区11.41hm²,镇区外工业集聚区44.36hm²;镇区工业集聚区产业定位为农副食品加工、镇区外工业集聚区产业定位为竹木制品加工、服饰加工、纸制品加工、建材。我单位正委托评价机构开展重庆市梁平区屏铜镇工业集聚区规划修编环境影响评价工作,现根据国家法规及规定,规划环境影响报告书征求意见稿形成后,需征求社会公众意见,详细信息见重庆市梁平区人民政府网站:http://www.cqliangping.com/yj/。
联系人:蒋老师 15923877001
梁平区屏铜镇人民政府

重庆市大渡口区B01单元05街区I40-1等地块(五一互助城中村改造项目)详细规划修改环境影响评价公众参与第二次公示

根据《中华人民共和国环境影响评价法》和《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部部令第4号)等相关规定,现将“重庆市大渡口区B01单元05街区I40-1等地块(五一互助城中村改造项目)详细规划修改环境影响评价报告书”有关信息予以第二次公示。**一、环境影响报告书征求意见稿的电子文档:**链接:https://pan.baidu.com/s/1h6-_kLTsYBN5GWvjJY_5HzA提取码:oo9v。查阅纸质报告书的方式和途径:重庆市大渡口区土地整理储备中心。**二、征求意见的公众范围:**规划影响范围内的公民、法人和其他组织等。**三、公众意见表:**链接:https://pan.baidu.com/s/17O5qrg9z2NZb_0C5N15OA提取码:2p1e。**四、提交公众意见表的方式和途径:**邮箱:huxu_905@outlook.com。公众意见应于规期限:2024年9月13日-27日。

法人变更公告:重庆自由鸟旅游有限公司(统一社会信用代码91500106MAAB3XW0U3D),原法人:袁金凤,原股东:重庆钰馨超商贸有限公司。新法人:王孝金,新股东:王孝金。2024年9月14日因法人和出资人变更特此公告。自登报之日起十日内,凡与原公司有债权债务关系、法律诉讼的单位和个人请与原法人和原股东结算,过期视为已结清。并与现法人与现股东无任何债权债务关系及诉讼关系。

重庆市住房公积金管理中心案件调查通知书

案件编号:北路2024010

重庆美洛暖通设备有限公司:

夏*忠(身份证号:512322********7594)投诉你单位欠缴公积金一案,本中心已经立案调查。现将有关事项通知如下:

一、请你单位在法定代表人携带身份证及单位营业执照(副本)原件和复印件于2024年9月29日到北碚办事处接受有关本案事实的调查询问。

二、委托本单位其他人员或者律师接受调查询问,还应提供委托人身份证及单位法定代表人出具的授权委托书,授权委托书须记明委托事项和权限。

三、在本案件的调查取证进程中,你单位有权对投诉进行陈述和申辩。

联系人:李兴成,联系电话:023-68381285
办公地址:重庆市北碚区川时行路308号518室
重庆市住房公积金管理中心 2024年9月18日

结婚启事

2024年10月2日 农历 甲辰年八月州日

新郎任成林 新娘唐艺嘉

于2023年12月12日13点14分领证,于2024年10月2日12点12分婚礼。愿得一心人,白首不相离。

喜结良缘 囍 同喜同贺

“潼南绿”冷链物流及城市配送中心一期工程环境影响评价公众参与第一次登报公示

根据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部部令 第4号)的有关规定,将“潼南绿”冷链物流及城市配送中心一期工程环境影响评价的有关事项公告如下:**(一)环境影响报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径:**http://www.cqtn.gov.cn/bm/gxqwh/zwxx_25190/gsgg/202409/t20240913_13627953.html;(2)查阅纸质报告书的方式和途径:单位名称:重庆市潼南区农业科技投资(集团)有限公司;单位所在地:重庆市潼南区太安镇罐坝村一社(科技创新中心)重庆市潼南区农业科技投资(集团)有限公司;联系人:陈双;联系电话:17322488312;单位名称:重庆环奉环境治理工程有限公司;单位所在地:潼南区冬雪街190号;联系人:陈家丽;联系电话:18716912071;电子邮箱:2853683566@qq.com。**(二)征求意见的公众范围:**项目所在地5km范围内企事业单位及居民。**(三)公众提出意见的方式和途径:**公示期间,公众可向建设单位、环评单位通过电话、信件、电子邮件等方式提出对本项目建设及环评工作的意见和看法。为便于进一步了解公众的具体意见和建议,请公众在发表意见的同时尽量提供详尽的联系方式。**(四)公众提出意见的截止时间:**本公示之日起后个工作日。

减资公告:经重庆成洲警用装备有限公司(统一社会信用代码91500106MAAB3XW0U3D)股东会决议,本公司拟将注册资本从人民币200万元减少至50万元。根据《公司法》规定必须在登报之日起45日内,请债权人到本公司办理债权债务清偿手续。 2024.09.19

注销公告:重庆市北碚区晨曦磁贝乐幼儿园(统一社会信用代码52500109059861912)经决议拟将注销,根据《民办非企业单位登记暂行办法》,请相关债权人在登报之日起45天内来申报债权与相关事宜,特此公告。2024年9月19日

寻亲公告

2022年农历7月23日早晨五点左右,巫溪县文峰镇思源村居民徐某某在重庆市巫溪县文峰镇红池坝方向的公路边捡拾一名女婴,捡拾时女婴约刚出生,一件小红点被子包裹,后带回思源村家中抚养至今,取名徐日涵。现发布寻亲公告,请孩子的亲生父母或知情人士持有效证件或相关证明材料与巫溪县公安局文峰派出所李警官联系,联系电话51229600,地址:巫溪县文峰镇文峰派出所