报送单位： 北斗星 年度信息编号：2025-XX

拟稿 林春梅 审核 汤璐伊 2025年04月18日“勿忘我”脑健康知识科普讲座

为提升社区老年人对认知症的防治意识，4月18日上午，由“北斗星·社创+”大力支持的“勿忘我，忆起来”脑健康科普项目在金牛里社区活动中心正式启动。活动特别邀请了一位神经内科专家前来参加，为30余位社区长者带来一场深入浅出的认知症防治讲座，系统讲解脑卒中危险因素管理、早期症状识别及康复干预策略，以科学知识助力老年群体守护"记忆防线"。

“认知症并非正常衰老，而是大脑功能进行性退化的疾病。”专家老师以一组触目惊心的数据开场：我国60岁以上人群认知症患病率已达5.7%，其中约30%与脑卒中后损伤直接相关。这一论述立即引起在场长者的关注。

“突然出现的记忆力衰退、说话重复、物品放置混乱，这些可能是脑部发出的预警信号。”专家老师通过案例视频展示，教老人区分正常健忘与病理征兆。专家老师还讲解了脑卒中发病前兆，比如抬手不稳等。不少听众一边听着专家讲解，一边自己抬起手进行核对。

在互动环节，专家老师模拟突发中风场景：“发现嘴角歪斜立即拨打120，记下发病时间比搀扶更重要！”强调，溶栓治疗有严格的时间窗，每延误1分钟将损失190万个神经元。针对已确诊患者，他现场示范“手指操”“回忆疗法”等康复手段，现场笑声与掌声此起彼伏。

接下来，常州市新北区常乐养老服务中心将在”北斗星·社创+”的继续支持下，开展小组活动、社区倡导活动、社区早期筛查等活动，传递认知症的相关知识，打造认知症友好的社区环境。