

关注老人走失频发事件

注意防范 让老人平安回家

□本报记者 刘蓓 文/图

每一个老人走失的背后，都是家人的苦苦找寻和身心煎熬，有的甚至造成一个家庭长久的伤痛。如何防患于未然，让走失的老人尽快、平安地回家，来看看相关人士怎么说。

►1月12日，110指挥中心民警在统计上个月走失老人的相关信息



1 统计信息 预防老人二次走失

老人走失对于一个家庭来说是件大事，子女要有足够的风险意识，增强防范意识。对于走失过的老人，更要细心呵护。

“我们接处警遇到的走失老人，很多都是二次甚至是三次、四次走失的。”1月12日上午，市公安局卫东分

局特巡警大队三级警长张国良说。

1月6日，张国良值班中遇到一个警情，一名老太太在总机场附近迷路，需要帮助。他到达现场后了解到，老人1月5日晚上从家出门，已走失了一整夜。张国良第一时间将老人的照片和相关信息发送到网格民警工作微信

群里。不一会儿，一名网格民警给他发来了老人家属的联系方式。原来，老太太家住市城乡一体化示范区应滨街道薛庄村，患有精神障碍性疾病，这已经不是第一次走失了。以前家人报警过，网格化民警就将老人家属的联系方式记录下来，一旦老人二次走失，

民警在统计表中输入老人的相关信息，立即就能得到家属的联系方式。

据市公安局110指挥中心三级警长李磊介绍，这个网格民警工作微信群是市公安局110指挥中心2017年建立的，目前，他们统计的走失老人和家属信息已经超过3000条。

2 随身带卡 最直接有效的方式

张国良提醒，天气寒冷，老人外出时尽量有人陪伴，以防走失或发生意外。老人单独外出时，请尽量在他们的衣物中放入写着家庭住址、姓名、联系方式的小卡片和身份证件，或佩戴定位手环等，方便确定老人的位置。有特殊疾病的老人还应随身携带药物并标明用法用量，以备不时之需。“如果老年人对卡片之类的东西有抵触心

理，也可以直接将家属的联系方式缝制在老人经常穿的衣物上。”张国良说，他们接处警时会第一时间检查老人身上是否有联系方式等信息。

需要注意的是，老人丢失应第一时间报警，无须等待24小时。报警后通过查找监控信息迅速掌握老人走失的方向，以便尽快找到老人。此外，家属在老人走失处附近张贴带有照片的

寻人启事，走访群众寻求相关线索。

市公安局卫东分局建设路派出所民警张洋提醒老人家属，在家里可以经常强化老人的记忆，教老人记住家人电话、工作单位或户籍所在地的具体地址，以及家周围的标志性建筑，如商场、市场、学校、公园或小区名称等。平时要多给老人拍些生活照，条件允许的话，安排专人看护老人。外

出购物、游玩或在比较拥挤的公共场所，应与老人牵手而行，还要告诉老人和家人失散时在原地等待，并在老人口袋里放些食品备用。

张洋说，每个人都要尊老爱老，不管是自己的亲人还是不认识的老人，在路上遇到迷路的老人多问一句，及时帮助并拨打报警电话，也许老人就能更快回到亲人身边。

3 老人走失 要多进行心理疏导

对如何照顾患有阿尔兹海默病的老人，新华区怡林老年公寓李金荣认为要更细心、更耐心，还要尽量顺着老人，不要与老人较劲儿。此外，在生活上要对老人加强细节照顾，如用天然气做饭等危险的事别让老人去做，以

免忘记关闭天然气引发安全事故等。

现实生活中，许多老年疾病在发病初期已有各种迹象显示，只是容易被忽视，加之老人讳疾忌医，没能尽早诊治，最终导致老人走失风险的增加。

阿尔兹海默病患者应及时到医院

进行系统治疗。市第二人民医院神经内科主任孙丽萍特别指出，老人的子女应该认识到，老人缺乏的是关爱。亲情治疗对患病老人很重要，只有多关心多爱护多陪伴他们，才能减缓病程的发展。尤其是老人发生走失后要

多交流安慰，进行心理疏导，及时了解问题的原因，缓解老年人走失后的紧张恐惧感。家人可以帮助老人多做训练，适当参加社交活动，进行适度的体育运动。让老人积极用脑，保持乐观情绪，充实精神生活。

4 提高警惕 及早预防治疗阿尔兹海默病

目前，导致老年人走失最重要的原因就是因病失智，而阿尔兹海默病是这些病症中出现频率最高的。中国有500万阿尔兹海默病患者，每年有超过20万名老人发病，是世界上患者最多的国家。在中国，阿尔兹海默病治疗率很低，甚至在很多人看来，它是一种非常普遍的疾病。所以，我们需要更加重视预防和延缓病程的方法。

孙丽萍表示，阿尔兹海默病要早

发现、早预防、早治疗。发现老人有记忆力衰退或出现认知障碍时要重视，不要简单地认为是自然的衰老。被确诊的患者一般都是取药回家服用，住院治疗的很少，这就使家人的陪伴和照顾显得尤为重要。“如发现老人有记忆力减退或出现认知障碍时，要及早带老人到医院进行筛查和治疗。”孙丽萍提醒，“有一些原发病因，比如由于脑炎、甲减、缺乏维生素B₁₂等原因引

起的记忆力衰退，发现得早是可以治愈的。”

那么，人老了应该如何做才能预防阿尔兹海默病呢？孙丽萍说，老人要多读书、多唱歌、多锻炼身体，多走出家门参加社交活动，多与人交流，勤于动脑才能延缓大脑的衰老。此外，在家可以适当干一些家务活，让自己有事干，多动手也能预防阿尔兹海默病。

平常应注意饮食多样化，千万不能偏食。“有些老年人消化不好，就只吃素，这是不对的。还有一些老人不吃水果，也不合理。”孙丽萍说，多吃些深海鱼、燕麦、水果、深色蔬菜、杂粮杂豆等，注意合理饮食。男士要注意戒烟控酒，抽烟喝酒会导致脑白质疏松，而脑白质疏松是导致认知功能障碍的主要原因，还要注意补充有益的矿物质，避免使用铝制饮具。