

Khi nào sự giảm sút trí nhớ là một dấu hiệu cần lưu ý

Nhiều người thường lo lắng là bị quên nhiều hơn khi họ lớn tuổi. Bộ óc của chúng ta thay đổi đồng thời với tuổi tác cũng như cơ thể của chúng ta vậy.

Hầu hết chúng ta dần dà nhận thấy sự suy nghĩ của mình có chậm đi và chúng ta có lúc hơi khó nhớ một số điều nào đó. Tuy nhiên, chúng mất trí nhớ trầm trọng, sự lảm cẩm, cùng với các thay đổi nghiêm trọng khác trong cách suy nghĩ của chúng ta không hẳn là điều tự nhiên xảy ra cho tuổi già.

Nhiều nguyên nhân có thể làm giảm trí nhớ và giảm sự hoạt động của trí não. Các triệu chứng có thể giảm bớt nếu nguyên nhân liên hệ đến bệnh được chữa trị.

Các nguyên nhân có thể gây nên sự kém trí nhớ bao gồm:

- Sự buồn chán
- Ảnh hưởng của thuốc men đang dùng
- Uống rượu quá mức
- Các trở ngại gây nên bởi tuyến giáp
- Việc ăn uống kém dinh dưỡng
- Sự thiếu kém sinh tố
- Sự nhiễm trùng nào đó
- Bệnh mất trí nhớ và các bệnh thoái hóa não tương tự

Những ai nhận xét mình có vấn đề về trí nhớ nên tìm gặp bác sĩ càng sớm càng tốt. Các phương pháp chẩn bệnh sớm và cách đối phó càng ngày càng tiến bộ, cũng như các lựa chọn cách chữa trị và các nguồn lực trợ giúp có thể làm tăng giá trị của cuộc sống.

Sự chẩn bệnh sớm giúp người bệnh thu nhận được cách chữa trị cho các triệu chứng và có thể giúp họ tham dự vào các quyết định về sự chăm sóc, về cách sắp xếp chỗ ở, về vấn đề tài chánh cũng như vấn đề luật pháp của họ.

Nếu bạn cần giúp để tìm một bác sĩ có kinh nghiệm thẩm định về các vấn đề trí nhớ, hội Alzheimer địa phương của bạn có thể giúp đỡ.