

# Hiểu biết về chứng sa sút trí tuệ

Tờ trợ giúp này nói về chứng sa sút trí tuệ và một số dạng phổ biến nhất của nó. Nó mô tả các triệu chứng ban đầu và tầm quan trọng của việc nói chuyện với bác sĩ để tìm hiểu kỹ lưỡng bất kỳ thay đổi nào đối với trí nhớ, suy nghĩ hoặc hành vi.

- Chứng sa sút trí tuệ mô tả một tập hợp các triệu chứng do các bệnh ảnh hưởng đến não bộ gây ra. Nó không phải là một bệnh cụ thể.
- Chứng sa sút trí tuệ có thể ảnh hưởng đến suy nghĩ, trí nhớ và hành vi. Chức năng não bị ảnh hưởng đủ để can thiệp vào cuộc sống xã hội hoặc công việc bình thường của ai đó.
- Không có hai người bị chứng sa sút trí tuệ theo cùng một cách giống nhau.
- Điều cần thiết là phải được chẩn đoán y tế khi các triệu chứng vừa mới xuất hiện.
- Mọi người thường có cuộc sống năng động và viên mãn trong nhiều năm sau khi được chẩn đoán.

## Các dấu hiệu và triệu chứng của chứng sa sút trí tuệ

Các dấu hiệu ban đầu của chứng sa sút trí tuệ có thể mờ mờ và có lẽ không rõ ràng ngay.

Các triệu chứng phổ biến bao gồm:

- mất trí nhớ
- thay đổi trong khả năng lập kế hoạch và giải quyết vấn đề
- khó khăn trong việc hoàn thành các công việc hàng ngày
- nhầm lẫn về thời gian hoặc nơi chốn
- khó hiểu những gì chúng ta nhìn thấy (đồ vật, con người) và khoảng cách, độ sâu và không gian trong môi trường xung quanh chúng ta
- khó khăn trong việc nói, viết hoặc hiểu
- đặt sai vị trí các đồ vật và mất khả năng truy lại các bước

Đường dây trợ giúp người bị chứng sa sút trí tuệ  
toàn quốc **1800 100 500**



Muốn có thông dịch viên  
giúp đỡ, hãy gọi số **131 450**

- phán đoán suy giảm hoặc kém
- rút lui khỏi công việc hoặc các hoạt động xã hội
- thay đổi tâm trạng và tính cách.

## Chẩn đoán chứng sa sút trí tuệ

Một số bệnh có các triệu chứng tương tự như chứng sa sút trí tuệ. Những bệnh này thường có thể điều trị được. Chúng bao gồm thiếu một số vitamin và hormone, trầm cảm, tác dụng phụ của thuốc, nhiễm trùng và khối u não.

Điều cần thiết là nói chuyện với bác sĩ khi các triệu chứng vừa mới xuất hiện. Nếu quý vị cảm thấy thoải mái, hãy đi cùng một người thân hoặc bạn bè.

Nếu các triệu chứng là do chứng sa sút trí tuệ gây ra, chẩn đoán sớm có nghĩa là có được sớm sự hỗ trợ, thông tin và nếu có, cả thuốc men.

Nếu các triệu chứng không phải do sa sút trí tuệ gây ra, việc chẩn đoán sớm sẽ rất hữu ích để điều trị các bệnh khác.

## Ai bị chứng sa sút trí tuệ

Chứng sa sút trí tuệ có thể xảy ra với bất kỳ ai, nhưng nguy cơ tăng lên theo độ tuổi.

Nó phụ thuộc vào sự kết hợp của tuổi tác, gen, sức khỏe và lối sống.

- Trên 65 tuổi, hầu như cứ 10 người là có một người bị chứng sa sút trí tuệ.
- Trên 85 tuổi, cứ 10 người thì có 3 người bị chứng sa sút trí tuệ.
- Những người dưới 65 tuổi có thể bị chứng sa sút trí tuệ (được gọi là 'chứng sa sút trí tuệ khởi phát ở tuổi trẻ'), nhưng trường hợp này ít phổ biến hơn.
- Chứng sa sút trí tuệ đôi khi có thể do di truyền, nhưng trường hợp này khá hiếm.

Chứng sa sút trí tuệ không phải một phần bình thường của tiến trình lão hóa.

## Nguyên nhân nào gây ra chứng sa sút trí tuệ

Nhiều điều kiện khác nhau có thể gây ra chứng sa sút trí tuệ. Trong hầu hết trường hợp, nguyên nhân khiến người ta bị chứng sa sút trí tuệ vẫn còn là ẩn số.

## Các dạng sa sút trí tuệ phổ biến

### **Bệnh Alzheimer (Alzheimer's disease)**

Bệnh Alzheimer là dạng sa sút trí tuệ phổ biến nhất. Bệnh này làm rối loạn các tế bào thần kinh của não. Bệnh ảnh hưởng đến cách chúng hoạt động và giao tiếp với nhau. Sự sụt giảm các hóa chất quan trọng ngăn chặn các thông điệp thường được truyền đi qua não. Nó làm suy giảm dần khả năng nhận thức (khi suy nghĩ của ai đó bị ảnh hưởng), thường bắt đầu bằng mất trí nhớ và tiến triển thành những thay đổi về suy nghĩ và hành vi.

### **Bệnh sa sút trí tuệ não mạch (Vascular dementia)**

Chứng sa sút trí tuệ não mạch xảy ra khi lượng máu cung cấp cho não bị giảm, khiến các tế bào chết đi. Đây có thể là hậu quả của trường hợp tai biến mạch máu não nghiêm trọng, nhiều trường hợp tai biến mạch máu não nhẹ hơn hoặc bệnh mạch máu ở các mạch máu nhỏ nằm sâu trong não. Các triệu chứng khác nhau tùy thuộc vào vị trí và độ lớn của phần não bị tổn thương. Nó có thể ảnh hưởng đến một hoặc một vài chức năng nhận thức cụ thể.

### **Bệnh thể dạng Lewy (Lewy body disease)**

Trong bệnh thể dạng Lewy, các cấu trúc nhỏ gọi là thể dạng Lewy có thể được nhìn thấy bên trong các tế bào não đang chết. Các protein trong các cấu trúc này làm rối loạn cách thức hoạt động của não, gây ra những thay đổi trong việc chuyển động, suy nghĩ và hành vi. Bệnh thể dạng Lewy được coi là một bệnh phổ. Các bệnh trong phổ là chứng sa sút trí tuệ thể dạng Lewy, bệnh Parkinson và chứng sa sút trí tuệ do bệnh Parkinson.

### **Chứng sa sút trí tuệ tiền đình thái dương (Frontotemporal dementia)**

Chứng sa sút trí tuệ tiền đình thái dương gây tổn thương dần ở một trong hai hoặc cả hai thùy tiền đình hoặc thái dương của não. Các triệu chứng phụ thuộc vào vùng nào của não bị tổn thương. Các triệu chứng ban đầu ảnh hưởng đến thùy trán thường là các triệu chứng về hành vi và thay đổi tính cách. Các triệu chứng ban đầu ảnh hưởng đến thùy thái dương liên quan đến những thay đổi về kỹ năng ngôn ngữ (nói và hiểu).

Trí nhớ thường không bị ảnh hưởng, đặc biệt là trong giai đoạn đầu của bệnh này. Chứng sa sút trí tuệ tiền đình thái dương thường được chẩn đoán ở những người dưới 65 tuổi.

## Tìm kiếm hỗ trợ

Chứng sa sút trí tuệ tiến triển dần dần. Các triệu chứng thường bắt đầu một cách chậm chạp và dần dà tệ hơn.

Chưa có cách chữa trị nào cho chứng sa sút trí tuệ được biết đến. Có các chuyên gia chăm sóc sức khỏe, thuốc men và các liệu pháp khác có thể giúp giảm một số triệu chứng và hỗ trợ quý vị chăm sóc sức khỏe và an sinh của mình.

Hỗ trợ là điều rất quan trọng đối với những người bị chứng sa sút trí tuệ. Sự giúp đỡ của gia đình, bạn bè và người chăm sóc có thể tạo ra sự khác biệt tích cực trong việc kiểm soát bệnh và sống khỏe.

## Bài đọc thêm và các nguồn tài liệu

- **Tờ trợ giúp về các dạng sa sút trí tuệ phổ biến**  
Truy cập: [dementia.org.au/help-sheets](https://dementia.org.au/help-sheets)
- **Dịch vụ thư viện về Chứng Sa sút Trí tuệ Úc**  
Truy cập: [dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- **Các dịch vụ và chương trình hỗ trợ Chứng Sa sút Trí tuệ Úc**  
Truy cập: [dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- **Giáo dục về chứng Sa sút Trí tuệ Úc**  
Truy cập: [dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

## Thông tin thêm

Dementia Australia cung cấp hỗ trợ, thông tin, giáo dục và tư vấn.

**Đường dây Trợ giúp người bị Chứng Sa sút Trí tuệ Toàn quốc:  
1800 100 500**

**Để được trợ giúp về ngôn ngữ: 131 450**

**Truy cập trang mạng của chúng tôi: [dementia.org.au](https://dementia.org.au)**