Служба здоровья

Самая коварная болезнь пожилого возраста — ДЕМЕНЦИЯ



Деменция — это состояние, которое сопровождается ухудшением памяти, внимания, мышления, а также нарушением способности выполнять повседневные дела.

Деменция не является нормальным проявлением старения

Болезнь Альцгеймера является наиболее распространенной причиной деменции

Профилактика деменции

- Своевременное лечение заболеваний: гипертония, сахарный диабет, сердечная недостаточность, нарушение функции щитовидной железы.
- Физическая активность: пешие прогулки, скандинавская ходьба, работа в саду на свежем воздухе
- Общение с друзьями, близкими людьми
- Тренировка интеллекта: разгадывание ребусов, кроссвордов, чтение и заучивание стихов, здоровый интерес к жизни
- Правильное питание: разнообразная, богатая витаминами, минералами пища
- Отказ от курения, алкоголя

Обратитесь к неврологу или гериатру, если пожилой человек:

- Начал хуже запоминать или переспрашивает информацию о текущих событиях. Появляются паузы, ошибки в устной или письменной речи.
- Утрачивает интерес к прежним увлечениям, стал неряшливым, агрессивным.
- С трудом выполняет привычные дела: не может правильно одеться, перестал готовить, замыкается в себе, хуже узнает знакомые лица и объекты.
- Изменилось поведение, бывает агрессивным, подозрительным.

От появления этих симптомов деменции до потери близкого человека проходит примерно 5 лет нашей невнимательности.

ПОМНИТЕ!

Ранняя диагностика и своевременно начатое лечение позволит остановить развитие деменции и обеспечит хорошее качество жизни!

Не бросайте своих близких, помогите им справиться с болезнью!

#ТЫСИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ.

Федеральный проект «Старшее поколение»
Российская ассоциация по остеопорозу
ФГБУ «НМИЦ терапии и профилактической медицины» Минздрава России
Российское общество профилактики неинфекционных заболеваний

Подготовлено:
Министерство здравоохранения Российской Федерации
ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России
Российский геронтологический научно-клинический центр
Российская ассоциация геронтологов и гериатров