

## HOẠT ĐỘNG TRÍ NÃO NHIỀU GIÚP NGĂN BỆNH ALZHEIMER

Tân Hoa Xã đưa tin, theo một công trình nghiên cứu được công bố ngày 9/9, quản lý người khác trong công việc sẽ dẫn đến những thay đổi về cấu trúc trong não, bảo vệ tốt trung tâm trí nhớ và học tập của não khi về già.

Tân Hoa Xã đưa tin, theo một công trình nghiên cứu được công bố ngày 9/9, quản lý người khác trong công việc sẽ dẫn đến những thay đổi về cấu trúc trong não, bảo vệ tốt trung tâm trí nhớ và học tập của não khi về già.

Các nhà khoa học tại trường Đại học New South Wales (UNSW) của Australia đã lần đầu tiên xác nhận một mối liên hệ rõ ràng giữa hoạt động quản lý trong công việc của một người với tính nguyên vẹn và kích cỡ lớn hơn của vùng hippocampus (khu vực của bộ não phụ trách học tập và ghi nhớ) ở tuổi 80.

Tiến sĩ Michael Valenzuela, trưởng nhóm khoa học thần kinh phục hồi thuộc Trường Tâm thần học trong UNSW nói ngày 9/9/: “Chúng tôi đã tìm thấy mối liên hệ rõ nét giữa những người có thể làm quản lý hoặc phụ trách và kích cỡ của vùng hippocampus. Điều này có thể liên quan đến những nhu cầu trí óc đặc biệt quản lý người khác, vốn đòi hỏi giải quyết vấn đề liên tục, ghi nhớ ngắn hạn và nhiều phẩm chất như khả năng đặt mình vào địa vị người khác. Qua thời gian, nó có thể dẫn đến những thay đổi về cấu trúc não mà chúng tôi quan sát được.”

Nghiên cứu xác nhận rằng hoạt động trí óc liên tục có thể làm tăng sức khỏe bộ não, có khả năng ngăn chặn những căn bệnh suy thoái thần kinh như Alzheimer.

Bằng việc sử dụng phương pháp chụp cộng hưởng từ (MRI) với một nhóm người có độ tuổi từ 75-92, các nhà nghiên cứu phát hiện những khối lượng hippocampal lớn hơn ở những người từng làm quản lý so với những người không làm. Kết quả này cũng được ghi nhận ở những phụ nữ đảm nhận các vị trí quản lý trong lĩnh vực như điều dưỡng và dạy học.

Nghiên cứu trên được trình bày tại hội nghị chuyên đề “Brain Plasticity - The Adaptable Brain” của UNSW diễn ra trong tuần này tại Australia.