

BỆNH ALZHEIMER CÓ THỂ PHÒNG NGỪA ĐƯỢC

Theo kết quả nghiên cứu mới, dẫn đầu bởi Tiến sĩ Deborah Barnes, nhà nghiên cứu sức khỏe tâm thần tại Trung tâm Y tế San Francisco, Hoa Kỳ: Hơn một nửa trong số tất cả các trường hợp bệnh Alzheimer có thể được ngăn chặn được, thông qua kết hợp giữa việc điều trị và thay đổi lối sống trong gi

Theo kết quả nghiên cứu mới, dẫn đầu bởi Tiến sĩ Deborah Barnes, nhà nghiên cứu sức khỏe tâm thần tại Trung tâm Y tế San Francisco, Hoa Kỳ: Hơn một nửa trong số tất cả các trường hợp bệnh Alzheimer có thể được ngăn chặn được, thông qua kết hợp giữa việc điều trị và thay đổi lối sống trong giai đoạn đầu của bệnh, phòng ngừa bệnh chuyển sang mãn tính.

Phân tích dữ liệu từ các nghiên cứu về căn bệnh Alzheimer trên khắp thế giới với sự tham gia của hàng trăm ngàn người, Barnes kết luận: Trên thế giới, những yếu tố nguy cơ lớn nhất (cho một người nào đó mắc phải căn bệnh Alzheimer) nhưng hoàn toàn có thể cải biến được, theo thứ tự giảm dần như sau: học vấn thấp, hút thuốc lá, ít vận động, trầm cảm, cao huyết áp ở tuổi trung niên, tiểu đường và béo phì ở tuổi trung niên. Tình trạng này cũng diễn ra tương tự ở Hoa Kỳ.

Alzheimer là bệnh thoái hóa cả não bộ không hồi phục, gây nên chứng sa sút trí tuệ ở người cao tuổi. Tổn thương tế bào thần kinh ở vỏ não và những cấu trúc xung quanh làm sa sút trí nhớ, giảm phối hợp vận động, giảm cảm giác, nhận cảm sai..., cuối cùng là mất trí nhớ và chức năng tâm thần. Hình trên là so sánh bộ não của người bệnh Alzheimer.

Những yếu tố nguy cơ này liên quan đến khoảng 51% các trường hợp bệnh Alzheimer trên toàn thế giới (17,2 triệu trường hợp) và tính riêng ở Hoa Kỳ đã có đến 54% các trường hợp bệnh Alzheimer (2,9 triệu trường hợp), theo Barnes.

"Điều này cho thấy, đơn giản nhất bằng việc thay đổi lối sống: như tăng hoạt động thể chất và bỏ hút thuốc, đã có thể tác động to lớn vào việc ngăn ngừa bệnh Alzheimer và các triệu chứng sa sút trí tuệ khác ở Hoa Kỳ và trên phạm vi toàn thế giới," theo Barnes, cũng là phó giáo sư tâm thần học, làm việc tại Đại học California, San Francisco, Hoa Kỳ.

Kết quả nghiên cứu được trình bày tại Hội nghị quốc tế về bệnh Alzheimer do Hiệp hội Alzheimer Quốc tế tổ chức tại Paris, Pháp và đã được đăng tải trực tuyến vào ngày 19 tháng 7 năm 2011 trên tạp chí The Lancet Neurology.

Barnes cảnh báo rằng kết luận của mình dựa trên giả định rằng có một mối liên quan nhân quả giữa các yếu tố nguy cơ và bệnh Alzheimer. Barnes cho biết: "Chúng tôi giả định khi bạn thay đổi các yếu tố nguy cơ, sau đó bạn thay đổi nguy cơ. Những gì chúng ta cần làm là tìm ra liệu giả định đó là chính xác".

Điều tra viên cao cấp Kristine Yaffe, trưởng Khoa tâm thần học người cao tuổi của Chương trình nghiên cứu Y tế SFVAMC, và là giáo sư tâm thần học, thần kinh học và dịch tễ học tại đại học California, San Francisco, Hoa Kỳ, lưu ý rằng số lượng người mắc bệnh Alzheimer sẽ tăng gấp ba lần trong vòng 40 năm tới. "Sẽ rất là hữu ích nếu chúng ta tìm ra những cách thức đơn giản để ngăn chặn những trường hợp bùng phát bệnh Alzheimer," Yaffe nói.

Nghiên cứu được hỗ trợ kinh phí từ Hiệp hội Alzheimer; Liên minh Quốc gia Nghiên cứu về tâm thần phân liệt và Trầm cảm; Trường Y Khoa, đại học California, San Francisco, Hoa Kỳ và Viện lão hóa quốc gia.