

NGƯỜI CÔ ĐƠN DỄ BỊ MẤT TRÍ NHỚ

Những ai sống cô độc sẽ có khả năng phát triển căn bệnh Alzheimer gây mất trí nhớ ở tuổi già cao gấp 2 lần. Kết quả đến từ nghiên cứu trên 800 bệnh nhân cao tuổi kéo dài trong 4 năm tại Mỹ.

Sự cô lập với xã hội đã được biết đến là liên quan tới chứng mất trí, nhưng đây là lần đầu tiên các nhà nghiên cứu tìm hiểu người cô đơn thực sự cảm thấy thế nào.

Giáo sư Robert Wilson và cộng sự tại Đại học Rush đã đánh giá mức độ cô đơn của những người tham gia bằng cách yêu cầu họ xếp hạng từ 1 đến 5 về việc họ có đồng ý với một số câu nói liên quan đến sự cô đơn hay không. Các câu nói bao gồm: "Tôi luôn có cảm giác trống rỗng", "Tôi thường xuyên cảm thấy bị bỏ rơi"...

Những người tham gia cũng được kiểm tra dấu hiệu của chứng mất trí và căn bệnh Alzheimer. Nhóm tìm thấy nguy cơ mắc bệnh Alzheimer tăng lên 51% tương ứng với mỗi mức điểm cô đơn tăng lên.

Những ai có chỉ số cô đơn cao nhất (3,2) thì tăng gấp 2,1 lần nguy cơ bị bệnh Alzheimer so với người có chỉ số thấp nhất là 1,4.

Giáo sư Wilson cho rằng kết quả loại trừ khả năng rằng sự cô đơn là phản ứng của chứng mất trí. Có thể sự lẻ loi ảnh hưởng lên các hệ thống trong não liên quan tới sự nhận thức và ghi nhớ, khiến người cô đơn dễ bị tác động của sự suy giảm thần kinh do tuổi già.

"Chúng ta cần phải nhận rõ rằng sự cô đơn không chỉ có tác động tâm lý mà còn ảnh hưởng tới thể chất", Wilson nói.

"Điều thú vị của nghiên cứu này là sự cảm nhận cô đơn của mỗi người, chứ không phải mức độ tách biệt với xã hội, mới liên quan chặt chẽ tới nguy cơ bị Alzheimer", tiến sĩ Susan Sorensen, tại Tổ chức Alzheimer, nhận định.

M.T.