

# CHẨN ĐOÁN BỆNH SA SÚT TRÍ TUỆ

VIETNAMESE | ENGLISH

Tài liệu Trợ giúp này cung cấp thông tin về những dấu hiệu ban đầu của bệnh sa sút trí tuệ, những kỹ thuật chẩn đoán và tầm quan trọng của việc chẩn đoán từ sớm và chính xác.

## Những dấu hiệu ban đầu của bệnh sa sút trí tuệ là gì?

Vì những căn bệnh gây nên chứng sa sút trí tuệ tiến triển dần dần nên những dấu hiệu ban đầu của bệnh sa sút trí tuệ rất nhẹ và có thể không nhận biết được ngay. Những triệu chứng ban đầu cũng tùy thuộc vào loại bệnh sa sút trí tuệ và mỗi người bệnh lại rất khác nhau.

### Những triệu chứng thông thường ban đầu bao gồm:

- Trở ngại về trí nhớ, đặc biệt là nhớ lại các sự việc mới xảy ra
- Nhầm lẫn ngày càng tăng
- Khả năng tập trung bị suy giảm
- Cá tính và hành vi thay đổi
- Thờ ơ và thu mình lại hoặc trầm cảm
- Mất khả năng thực hiện những công việc hàng ngày

Đôi khi người ta không nhận thức được rằng những triệu chứng này là dấu hiệu cho thấy đang có điều gì không ổn nào đó xảy ra cho họ. Họ lầm tưởng rằng cách cư xử của bản thân là điều bình thường trong tiến trình lão hoá. Hoặc có khi những triệu chứng này phát triển một cách từ từ và không được để ý tới trong một thời gian dài. Đôi khi người ta có thể từ chối không chịu hành động ngay cả khi họ biết rằng đang có điều gì không ổn.

Đối với người đang bị các triệu chứng này, chính bản chất của những thay đổi bên trong não của họ có thể hàm ý là bản thân họ không nhận ra được rằng đã có những thay đổi.

## Những Dấu Hiệu Cảnh Báo

Đây là một danh sách kiểm tra những triệu chứng thông thường của bệnh sa sút trí tuệ. Hãy đọc qua danh sách này và đánh dấu những triệu chứng hiện đang có. Nếu có nhiều ô được đánh dấu, hãy hỏi ý kiến của bác sĩ để được đánh giá đầy đủ.

### Mất trí nhớ làm ảnh hưởng đến chức năng hàng ngày

Việc thỉnh thoảng quên các cuộc hẹn hay số điện thoại của bạn bè và sau đó mới nhớ ra là một điều bình thường. Người bị bệnh sa sút trí tuệ có thể quên các sự việc thường xuyên hơn hoặc không nhớ một chút nào.

### Thấy khó làm những công việc quen thuộc

Đôi lúc người ta có thể bị phân tâm và họ có thể quên không dọn một món nào đó trong bữa ăn. Người bị bệnh sa sút trí tuệ có thể gặp trở ngại với mọi bước liên quan trong khi chuẩn bị bữa ăn.

### Lẫn lộn về thời gian và nơi chốn

Một người bị sa sút trí tuệ có thể thấy khó tìm đường đến một nơi quen thuộc, hoặc cảm thấy bối rối về vị trí hiện nay của họ, hoặc nghĩ rằng họ đang sống tại một thời điểm quá khứ trong đời họ.

### Trở ngại về ngôn ngữ

Đôi lúc tất cả mọi người đều cảm thấy khó tìm một từ ngữ thích hợp, những người bị bệnh sa sút trí tuệ có thể quên cả những từ ngữ đơn giản, hay dùng những từ ngữ không thích hợp để thay thế, khiến cho câu nói của họ trở nên khó hiểu. Họ cũng có thể thấy khó hiểu người khác.

### Trở ngại về tư duy trừu tượng

Quản lý tài chính có thể là điều khó khăn đối với bất cứ ai, nhưng người mắc bệnh sa sút trí tuệ có thể thấy khó hiểu ý nghĩa của những con số hoặc phải làm gì với những con số đó.

### Khả năng phán đoán kém hoặc bị suy giảm

Nhiều hoạt động đòi hỏi khả năng phán đoán tốt. Khi khả năng này bị bệnh sa sút trí tuệ ảnh hưởng, người bệnh có thể thấy khó đưa ra quyết định phù hợp, chẳng hạn như phải mặc đồ gì khi trời lạnh.

### Trở ngại về các kỹ năng không gian

Người bị bệnh sa sút trí tuệ có thể cảm thấy khó ước tính khoảng cách hay xác định phương hướng khi lái xe.

### Trở ngại về việc để quên đồ đạc ở đâu đó

Bất kỳ người nào cũng có thể nhất thời để quên ví hay chìa khóa ở đâu đó. Người bị bệnh sa sút trí tuệ có thể thường để đồ đạc ở những nơi không thích hợp.

### Thay đổi tâm trạng, cá tính hoặc hành vi

Tất cả mọi người đều có lúc cảm thấy buồn bã hay ủ rũ. Người bị bệnh sa sút trí tuệ có thể biểu lộ sự thay đổi tâm trạng rất nhanh mà không có lý do rõ ràng. Họ có thể cảm thấy lẫn lộn, hoài nghi hay thu mình lại. Có người lại trở nên không bị ức chế hoặc cởi mở hơn.

### Mất sáng kiến

Việc cảm thấy chán một số hoạt động là điều bình thường. Tuy nhiên, bệnh sa sút trí tuệ có thể khiến cho một người mất hứng thú với những hoạt động mà trước đó họ rất thích.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

UNDERSTAND ALZHEIMER'S  
EDUCATE AUSTRALIA

Tờ Trợ giúp này được Chính phủ Úc tài trợ

## Có thể đó không phải là bệnh sa sút trí tuệ

Xin nhớ rằng nhiều bệnh trạng có những triệu chứng tương tự như bệnh sa sút trí tuệ, vì vậy xin đừng vội cho rằng một người nào đó bị bệnh sa sút trí tuệ chỉ vì xuất hiện một vài triệu chứng ở trên. Tất cả những bệnh trạng như đột quỵ, trầm cảm, nghiện rượu bia, nhiễm trùng, tình trạng rối loạn kích thích tố, thiếu hụt dinh dưỡng và bướu não đều có thể gây ra những triệu chứng tương tự như bệnh sa sút trí tuệ. Phần nhiều những bệnh trạng này đều có thể điều trị được.

## Việc chẩn đoán chính xác rất quan trọng

Việc tham khảo ý kiến với bác sĩ ở giai đoạn từ sớm là rất quan trọng. Chỉ có bác sĩ mới có thể chẩn đoán bệnh sa sút trí tuệ. Một cuộc đánh giá y khoa toàn diện có thể giúp xác định được một bệnh trạng có thể chữa trị được, đồng thời đảm bảo bệnh trạng này được điều trị một cách đúng đắn, hoặc xác nhận đó là bệnh sa sút trí tuệ.

### Một cuộc đánh giá có thể bao gồm những việc sau:

- Bệnh sử - bác sĩ sẽ hỏi về các bệnh trạng trước đây và hiện nay, bệnh sử gia đình, bất kỳ loại thuốc nào đang sử dụng, và các vấn đề về trí nhớ, tư duy hoặc hành vi gây lo ngại. Bác sĩ cũng có thể muốn nói chuyện với một người nhà thân thiết với bệnh nhân để họ có thể giúp cung cấp tất cả các thông tin cần thiết.
- Khám thể chất - có thể bao gồm các xét nghiệm về các giác quan và chức năng vận động, cũng như chức năng tim và phổi, để giúp loại trừ các bệnh trạng khác.
- Xét nghiệm trong phòng thí nghiệm, bao gồm nhiều xét nghiệm máu và nước tiểu để xác định những chứng bệnh có thể xảy ra và là nguyên nhân gây ra các triệu chứng này. Trong một số trường hợp có thể cần phải lấy mẫu dịch tủy sống để xét nghiệm.
- Xét nghiệm tâm lý thần kinh hoặc nhận thức – rất nhiều xét nghiệm được sử dụng để đánh giá khả năng tư duy bao gồm trí nhớ, ngôn ngữ, sự chú ý và giải quyết vấn đề. Điều này có thể giúp xác định các lĩnh vực trở ngại cụ thể, từ đó giúp xác định nguyên nhân căn cơ hoặc loại bệnh sa sút trí tuệ.
- Chụp hình não - có một số xét nghiệm chụp hình nhất định khảo sát cấu trúc não bộ và được sử dụng để loại trừ trường hợp khối u hoặc máu đông trong não là nguyên nhân gây ra các triệu chứng cũng như để phát hiện các mô hình tổn thất mô não qua đó có thể phân biệt các loại bệnh sa sút trí tuệ. Các xét nghiệm chụp hình khác xem xét mức độ hoạt động của các vùng não bộ nhất định và cũng có thể giúp phân biệt được các loại bệnh sa sút trí tuệ.
- Đánh giá tâm thần - để xác định các rối loạn có thể điều trị được như trầm cảm, và để quản lý bất kỳ triệu chứng tâm thần nào như lo âu hay ảo tưởng có thể xảy ra kèm với sa sút trí tuệ.

## Cần bắt đầu từ đâu

Điểm bắt đầu tốt nhất là với bác sĩ của người bệnh. Sau khi xem xét các triệu chứng và sắp xếp các xét nghiệm tầm soát, bác sĩ có thể đề nghị thực hiện chẩn đoán sơ khởi và lý tưởng nhất là giới thiệu bệnh nhân tới một bác sĩ chuyên khoa chẳng hạn như bác sĩ chuyên khoa thần kinh, bác sĩ lão khoa hay bác sĩ tâm thần.

Một số người có thể chống lại ý tưởng cần phải đến gặp bác sĩ. Đôi khi họ không nhận thức được rằng họ đang bị gì đó không ổn vì chính những thay đổi trong não bộ khi bị sa sút trí tuệ cản trở khả năng nhận thức hay đánh giá đúng mức những thay đổi đang xảy ra. Có những bệnh nhân khác hiểu rất nhiều về bệnh trạng của họ lại có thể e ngại rằng điều họ lo sợ sẽ được xác nhận là đúng sự thật. Một trong những cách hữu hiệu nhất để vượt qua trở ngại này là tìm một lý do khác để đến gặp bác sĩ. Có thể đề nghị đi kiểm tra huyết áp hoặc tái khám một bệnh kinh niên nào đó hoặc duyệt lại thuốc men sử dụng lâu dài. Một cách nữa là hãy đề nghị rằng đã tới lúc cả bạn và họ nên đi khám thể chất tổng quát. Một thái độ bình tĩnh vào lúc này có thể giúp bệnh nhân vượt qua những lo ngại và lo lắng.

### Nếu người bệnh vẫn không chịu đến gặp bác sĩ:

- Hãy nói chuyện với bác sĩ của họ để được tư vấn
- Liên lạc với Ban Đánh giá Việc Chăm Sóc Người Cao Niên (Aged Care Assessment Team) (ACAT) tại My Aged Care qua số **1800 200 422** để biết thêm thông tin
- Điện thoại cho Đường Dây Giúp Đỡ Toàn Quốc về Bệnh Sa Sút Trí Tuệ qua số **1800 100 500**

Nếu bạn cảm thấy bác sĩ của bạn không nghiêm túc xem xét điều bạn lo ngại thì bạn nên tìm kiếm ý kiến của một bác sĩ khác.

Để biết thêm thông tin chi tiết về các dấu hiệu ban đầu của bệnh sa sút trí tuệ và tìm kiếm sự giúp đỡ của bác sĩ, hãy tải về tập sách *Worried About Your Memory? (Lo lắng Về Trí Nhớ Của Bạn?)* từ website của tổ chức Alzheimer's Australia hoặc gọi cho Đường Dây Trợ Giúp Sa sút trí tuệ Toàn quốc để xin một bản.

## THÔNG TIN THÊM

Alzheimer's Australia cung cấp việc hỗ trợ, thông tin, giáo dục và cố vấn. Xin liên lạc tới Đường Dây Giúp Đỡ Toàn Quốc về Bệnh Sa Sút Trí Tuệ **1800 100 500**. Muốn biết thêm thông tin và đọc các Tài Giúp Đỡ khác, xin ghé xem trang mạng của chúng tôi tại [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)



Muốn được trợ giúp về ngôn ngữ, xin gọi Dịch Vụ Thông Ngôn và Phiên Dịch qua số **131 450**

# DIAGNOSING DEMENTIA

This Help Sheet provides information about the early signs of dementia, the techniques used to diagnose dementia and the importance of an early and correct diagnosis.

## What are the early signs of dementia?

Because the diseases that cause dementia develop gradually, the early signs may be very subtle and not immediately obvious. Early symptoms also depend on the type of dementia and vary a great deal from person to person.

### Common early symptoms include:

- Memory problems, particularly remembering recent events
- Increasing confusion
- Reduced concentration
- Personality or behaviour changes
- Apathy and withdrawal or depression
- Loss of ability to do everyday tasks

Sometimes people fail to recognise that these symptoms indicate that something is wrong. They may mistakenly assume that such behaviour is a normal part of ageing, or symptoms may develop so gradually they go unnoticed for a long time. Sometimes people may be reluctant to act even when they know something is wrong.

For the person experiencing the symptoms, the very nature of these changes within the brain may mean that the person is unable to recognise that there are changes.

## Warning signs

This is a checklist of common symptoms of dementia. Go through the list and tick any symptoms that are present. If there are several ticks, consult a doctor for a complete assessment.

### Memory loss that affects day-to-day function

It's normal to occasionally forget appointments and remember them later. A person with dementia may forget things more often or not remember them at all.

### Difficulty performing familiar tasks

People can get distracted and they may forget to serve part of a meal. A person with dementia may have trouble with all the steps involved in preparing a meal.

### Disorientation to time and place

A person with dementia may have difficulty finding their way to a familiar place, or feel confused about where they are, or think they are back in some past time of their life.

### Problems with language

Everyone has trouble finding the right word sometimes, but a person with dementia may forget simple words or substitute inappropriate words, making them difficult to understand. They might also have trouble understanding others.

### Problems with abstract thinking

Managing finances can be difficult for anyone, but a person with dementia may have trouble knowing what the numbers mean or what to do with them.

### Poor or decreased judgement

Many activities require good judgement. When this ability is affected by dementia, the person may have difficulty making appropriate decisions, such as what to wear in cold weather.

### Problems with spatial skills

A person with dementia may have difficulty judging distance or direction when driving a car.

### Problems misplacing things

Anyone can temporarily misplace a wallet or keys. A person with dementia may often put things in inappropriate places.

### Changes in mood, personality or behaviour

Everyone becomes sad or moody from time to time. Someone with dementia can exhibit rapid mood swings for no apparent reason. They can become confused, suspicious or withdrawn. Some can become disinhibited or more outgoing.

### A loss of initiative

It's normal to tire of some activities. However, dementia may cause a person to lose interest in previously enjoyed activities.

**FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500**

### It may not be dementia

Remember that many conditions have symptoms similar to dementia, so do not assume that someone has dementia just because some of the above symptoms are present. Strokes, depression, alcoholism, infections, hormone disorders, nutritional deficiencies and brain tumours can all cause dementia-like symptoms. Many of these conditions can be treated.

### A correct diagnosis is important

Consulting a doctor at an early stage is critical. Only a medical practitioner can diagnose dementia. A complete medical assessment may identify a treatable condition and ensure that it is treated correctly, or it might confirm the presence of dementia.

#### An assessment may include the following:

- Medical history – the doctor will ask about past and current medical problems, family medical history, any medications being taken, and the problems with memory, thinking or behaviour that are causing concern. The doctor may also wish to speak to a close family member who can help provide all the necessary information.
- Physical examination – this may include tests of the senses and movement function, as well as heart and lung function, to help rule out other conditions.
- Laboratory tests – will include a variety of blood and urine tests to identify any possible illness which could be responsible for the symptoms. In some cases, a small sample of spinal fluid may be collected for testing.
- Neuropsychological or cognitive testing – a variety of tests are used to assess thinking abilities including memory, language, attention and problem solving. This can help identify specific problem areas, which in turn helps identify the underlying cause or the type of dementia.
- Brain imaging – there are certain scans that look at the structure of the brain and are used to rule out brain tumours or blood clots in the brain as the reason for symptoms, and to detect patterns of brain tissue loss that can differentiate between different types of dementia. Other scans look at how active certain parts of the brain are and can also help discriminate the type of dementia.
- Psychiatric assessment – to identify treatable disorders such as depression, and to manage any psychiatric symptoms such as anxiety or delusions which may occur alongside dementia

### Where to begin

The best place to start is with the person's doctor. After considering the symptoms and ordering screening tests, the doctor may offer a preliminary diagnosis and will, ideally, refer the person to a medical specialist such as a neurologist, geriatrician or psychiatrist.

Some people may be resistant to the idea of visiting a doctor. Sometimes people do not realise that there is anything wrong with them because the brain changes that occur with dementia interfere with the ability to recognise or appreciate the changes occurring. Others, who do have insight into their condition, may be afraid of having their fears confirmed. One of the best ways to overcome this problem is to find another reason to visit the doctor. Perhaps suggest a blood pressure check or a review of a long-term condition or medication. Another way is to suggest that it is time for both of you to have a physical check-up. A calm attitude at this time can help overcome the person's worries and fears.

#### If the person still will not visit the doctor:

- Talk to the person's doctor for advice
- Contact your local Aged Care Assessment Team (ACAT) via My Aged Care on **1800 200 422** for information
- Call the National Dementia Helpline on **1800 100 500**

If you feel your doctor is not taking your concerns seriously, consider seeking a second opinion.

For more detailed information about the early signs of dementia and seeking help from a doctor, download the *Worried About Your Memory?* booklet from the Alzheimer's Australia website or call the National Dementia Helpline to order a copy.

### FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**