

BỆNH ALZHEIMER'S

VIETNAMESE | ENGLISH

Tài Liệu Trợ giúp này mô tả những triệu chứng của bệnh Alzheimer's, là dạng thông thường nhất của bệnh sa sút trí tuệ cũng như những nguyên nhân, diễn tiến và điều trị của bệnh này.

Bệnh Alzheimer's là gì?

Bệnh Alzheimer's là một bệnh về thể lý não bộ gây nên tình trạng sa sút trí tuệ, hậu quả là trí nhớ, tư duy và hành vi bị suy giảm. Bệnh này được đặt theo tên Alois Alzheimer's là vị bác sĩ người Đức đã mô tả bệnh này lần đầu tiên vào năm 1907.

Bệnh Alzheimer's là bệnh sa sút trí tuệ tiến triển - do tế bào não thoái hoá tiến triển. Não bộ là trung tâm kiểm soát toàn bộ cơ thể và các vùng khác nhau của não bộ chịu trách nhiệm cho các hành vi khác nhau. Hiện tượng não bộ thoái hóa xảy ra trong bệnh Alzheimer's ảnh hưởng đến trí nhớ, kỹ năng tư duy, cảm xúc, hành vi và tâm trạng. Hậu quả là, khả năng thực hiện các hoạt động đời thường của người bệnh trở nên khiếm khuyết. Khi bệnh tiến triển, các triệu chứng trở nên nặng hơn.

Bệnh Alzheimer's có đặc trưng từ những thay đổi đặc thù trong não bộ. Có sự hình thành bất thường của một protein gọi là beta amyloid, tạo thành "các mảng bám" bên ngoài tế bào não. Bên trong các tế bào não, một protein khác gọi là tau tích tụ thành "các đám rối". Những tích tụ protein bất thường này làm gián đoạn việc truyền thông tin trong não vì chúng phá hỏng liên kết giữa các tế bào não. Cuối cùng tế bào não bộ chết và khối lượng não co lại. Những thay đổi não bộ này xảy ra dần dần và thực sự bắt đầu từ nhiều năm (trung bình khoảng 15 năm) trước khi xuất hiện triệu chứng bệnh sa sút trí tuệ. Não bộ có thể bù đắp cho những hư hại ban đầu, nhưng cuối cùng sự hư hại trở nên quá lớn và chức năng não bị ảnh hưởng.

Khi bệnh Alzheimer's ảnh hưởng đến các khu vực não bộ khác nhau, các chức năng hoặc năng lực đặc thù bị mất đi. Kí ức về các sự kiện mới xảy ra thường sẽ bị ảnh hưởng trước tiên, nhưng khi bệnh tiến triển, kí ức dài hạn cũng bị mất. Bệnh cũng ảnh hưởng nhiều đến các chức năng khác của não bộ và vì thế, ngôn ngữ, sự chú ý, phán đoán và nhiều phương diện hành vi khác đều bị ảnh hưởng.

Bệnh có những triệu chứng gì?

Bệnh Alzheimer's thường bắt đầu rất chậm và trong giai đoạn đầu, các triệu chứng có thể rất nhẹ. Tuy nhiên, khi bệnh tiến triển, các triệu chứng trở nên dễ nhận thấy hơn và ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày. Bệnh ảnh hưởng đến mỗi người một khác và các triệu chứng tương ứng cũng khác nhau.

Những triệu chứng phổ biến có thể bao gồm:

- Mất trí nhớ thường xuyên và kéo dài, đặc biệt là những sự kiện gần đây
- Nói đi nói lại cùng một nội dung
- Sự mơ hồ trong cuộc nói chuyện hàng ngày
- Khả năng lập kế hoạch, giải quyết vấn đề, tổ chức và tư duy logic kém hơn trước
- Những khó khăn về ngôn ngữ chẳng hạn như khó tìm từ thích hợp và hiểu rõ nội dung cuộc nói chuyện
- Kém hăng hái thấy rõ đối với những hoạt động từng thích thú trước đây
- Mất nhiều thời gian hơn để làm những công việc thường lệ
- Trở nên bối rối và mất phương hướng, ngay cả khi ở những nơi rất quen thuộc
- Không có khả năng xử lý câu hỏi và làm theo hướng dẫn
- Suy giảm các kỹ năng xã hội
- Cảm xúc thất thường
- Thay đổi về hành vi, tính cách và tâm trạng

Các triệu chứng thay đổi theo thời gian khi bệnh tiến triển và những vùng não bộ khác nhau bị ảnh hưởng. Năng lực của một người có thể dao động mỗi ngày mỗi khác, thậm chí năng lực thay đổi thất thường trong cùng một ngày, và còn có thể trở nên nặng hơn khi bị căng thẳng, kiệt sức hoặc đau yếu.

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.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Ai mắc bệnh Alzheimer's?

Bất cứ ai cũng có thể phát bệnh Alzheimer's, nhưng bệnh này thường phổ biến hơn nhiều đối với người cao tuổi. Như với tất cả các dạng bệnh sa sút trí tuệ, nguy cơ mắc bệnh Alzheimer's gia tăng theo tuổi tác.

Trong một vài trường hợp, bệnh Alzheimer's có tính di truyền, do một tình trạng đột biến gen di truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác. Lúc này bệnh được gọi là bệnh Alzheimer's gia đình và hậu quả là các triệu chứng xuất hiện ở độ tuổi tương đối sớm, thường ở độ tuổi 50 nhưng có khi còn sớm hơn nữa. Loại bệnh Alzheimer's này ảnh hưởng đến số lượng người rất ít.

Các gen khác và các yếu tố sức khỏe cũng như lối sống có liên quan đến nguy cơ phát bệnh Alzheimer's tăng cao. Ít năng động hơn về tinh thần và thể chất và bị các yếu tố nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe tim và não (hút thuốc, béo phì, tiểu đường, cholesterol cao, huyết áp cao) dường như có liên quan đến xác suất mắc bệnh Alzheimer's cao hơn, nhưng cũng đừng khẳng định chắc chắn. Thông tin thêm về các yếu tố nguy cơ gây ra bệnh sa sút trí tuệ và cách giảm nguy cơ đều có sẵn tại yourbrainmatters.org.au

Nguyên nhân gây bệnh Alzheimer's?

Các nhà nghiên cứu đang nhanh chóng tìm hiểu thêm về những thay đổi hóa học gây tổn hại tế bào não trong bệnh Alzheimer's. Tuy nhiên, ngoài số ít người bệnh bị Alzheimer's di truyền trong gia đình, hiện y học vẫn chưa biết rõ lý do vì sao có người bị bệnh Alzheimer's trong khi người khác lại không bị. Rất có khả năng là nhiều yếu tố khác nhau cùng góp phần gây phát bệnh này bao gồm các yếu tố môi trường, di truyền và sức khỏe.

Bệnh Alzheimer's được chẩn đoán như thế nào?

Hiện nay vẫn chưa có một xét nghiệm riêng lẻ nào để chẩn đoán bệnh Alzheimer's. Kết quả chẩn đoán chỉ có thể đạt được sau khi có hội chẩn lâm sàng kỹ lưỡng. Việc chẩn đoán có thể bao gồm bệnh sử chi tiết, khám thể chất, xét nghiệm máu và nước tiểu, đánh giá tâm thần, xét nghiệm tâm lý thần kinh (để đánh giá năng lực trí nhớ và tư duy) và chụp hình não bộ. Sau khi loại bỏ các nguyên nhân khác mới có thể chẩn đoán lâm sàng là bệnh nhân bị bệnh Alzheimer's. Chỉ có thể xác nhận kết quả chẩn đoán sau khi bệnh nhân qua đời bằng cách khám nghiệm mô não để xác định các mảng bám và đám rối.

Hiện đang xuất hiện nhiều kỹ thuật mới nhằm phát hiện bệnh Alzheimer. Hiện nay có thể nhìn thấy được các mảng bám trong não bằng kỹ thuật chuyên biệt chụp hình não và những thay đổi mức protein có thể được xác định ngay trong dịch não tủy (đây là chất dịch bao quanh não và tủy

sống và có thể lấy mẫu bằng kỹ thuật chọc dò tủy sống). Những kỹ thuật mới này có nghĩa rằng bệnh Alzheimer's có thể được chẩn đoán ngay cả trước khi xuất hiện các triệu chứng. Điều này sẽ trở nên rất quan trọng trong tương lai khi chúng ta có biện pháp điều trị có thể ngăn chặn bệnh này.

Điều quan trọng là phải chẩn đoán sớm và chính xác để xác định xem tình trạng này là do bệnh Alzheimer's gây ra hay là một bệnh trạng khác cần đặc trị đang gây ra các triệu chứng này.

Bệnh Alzheimer's diễn tiến như thế nào?

Tốc độ diễn tiến bệnh ở mỗi người mỗi khác. Tuy nhiên, các triệu chứng chắc chắn sẽ ngày càng nặng hơn và bệnh này sẽ khiến bệnh nhân phải sống phụ thuộc hoàn toàn và cuối cùng là tử vong. Thời gian trung bình một người có thể sống với bệnh Alzheimer's là từ 7 đến 10 năm, nhưng con số này ở mỗi bệnh nhân lại rất khác nhau.

Có phương thức điều trị nào không?

Hiện nay vẫn chưa có phương pháp chữa lành bệnh Alzheimer's và vẫn chưa có cách điều trị nào có thể ngăn chặn bệnh tình tiến triển. Tuy nhiên, vẫn có những loại thuốc có thể giúp ổn định hoặc làm chậm lại tình trạng suy giảm trí nhớ và khả năng tư duy trong một khoảng thời gian. Bác sĩ cũng có thể kê toa thuốc cho các triệu chứng thứ phát như kích động hoặc trầm cảm, hoặc để giúp người bệnh Alzheimer's ngủ ngon hơn. Thông tin thêm về các loại thuốc này có sẵn trong Tờ Trợ giúp Về Chứng Sa sút Trí tuệ: Điều trị bằng thuốc và chứng sa sút trí tuệ.

Các liệu pháp không dùng thuốc, sống năng động và giao lưu xã hội, cũng như quản lý sự căng thẳng có thể đem lại lợi ích cho người bệnh Alzheimer. Giáo dục về bệnh này và hỗ trợ chuyên môn là quan trọng đối với người mắc bệnh Alzheimer's, gia đình và người chăm sóc của họ. Sự hỗ trợ này có thể giúp việc quản lý bệnh trạng này đạt kết quả tích cực.

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 Tờ Giúp Đỡ khác, xin ghé xem trang mạng của chúng tôi tại fightdementia.org.au



Interpreter

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

ALZHEIMER'S DISEASE

This Help Sheet describes the symptoms of Alzheimer's disease, the most common form of dementia, as well as its causes, progression and treatment.

What is Alzheimer's disease?

Alzheimer's disease is a physical brain disease that causes dementia, resulting in impaired memory, thinking and behaviour. It is named after Alois Alzheimer, the German doctor who first described it in 1907.

Alzheimer's disease is a progressive dementia – caused by a progressive degeneration of brain cells. The brain is the control centre for your whole body and different regions of the brain are responsible for different behaviours. The brain degeneration that occurs in Alzheimer's disease affects memory, thinking skills, emotions, behaviour and mood. As a result, a person's ability to carry out daily activities becomes impaired. As the disease progresses, symptoms worsen.

Alzheimer's disease is characterised by specific changes in the brain. There is an abnormal build up of a protein called beta amyloid, which forms "plaques" outside the brain cells. Inside the brain cells, another protein called tau builds up into "tangles". These abnormal protein accumulations disrupt messages within the brain because they damage connections between brain cells. The brain cells eventually die and brain volume shrinks. These brain changes occur gradually and actually begin many years (on average around 15 years) before symptoms of dementia occur. The brain is able to compensate for the early damage, but eventually the damage becomes too great and brain function is affected.

As Alzheimer's disease affects different areas of the brain, specific functions or abilities are lost. Memory of recent events is often the first to be affected, but as the disease progresses, long-term memory is also lost. The disease also affects many of the brain's other functions and consequently language, attention, judgement and many other aspects of behaviour are affected.

What are the symptoms?

Alzheimer's disease typically starts slowly and in the early stages, the symptoms can be very subtle. However, as the disease progresses, symptoms become more noticeable and interfere with daily life. The disease affects each person differently and the symptoms experienced vary.

Common symptoms may include:

- Persistent and frequent memory loss, especially of recent events
- Repeatedly saying the same thing
- Vagueness in everyday conversation
- Being less able to plan, problem solve, organise and think logically
- Language difficulties such as finding the right word and understanding conversations
- Apparent loss of enthusiasm for previously enjoyed activities
- Taking longer to do routine tasks
- Becoming confused and disoriented, even in well-known places
- Inability to process questions and instructions
- Deterioration of social skills
- Emotional unpredictability
- Changes in behaviour, personality and mood

Symptoms vary over time as the disease progresses and different areas of the brain are affected. A person's abilities may fluctuate from day-to-day, or even within the one day, and can become worse in times of stress, fatigue or ill-health.

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

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

Who gets Alzheimer's disease?

Any person can develop Alzheimer's disease, but it is much more common in older age. As for all forms of dementia, the risk of Alzheimer's increases with age.

In a few cases, Alzheimer's disease is inherited, caused by a genetic mutation passed from one generation to the next. This is called familial Alzheimer's disease and results in symptoms occurring at a relatively young age, usually in the 50s but sometimes younger. This type of Alzheimer's disease affects a very small number of people.

Other genes and lifestyle and health factors are associated with an increased risk of someone developing Alzheimer's disease. Being less mentally and physically active and having risk factors that affect heart and brain health (smoking, obesity, diabetes, high cholesterol, high blood pressure) seem to be associated with a higher chance of getting Alzheimer's disease, but do not make it certain. Further information about dementia risk factors and risk reduction is available at yourbrainmatters.org.au

What causes Alzheimer's disease?

Researchers are rapidly learning more about the chemical changes that damage brain cells in Alzheimer's disease. However, apart from the few individuals with familial Alzheimer's disease, it is not known why some people develop Alzheimer's disease and others do not. It is likely that a number of factors contribute to development of the disease, including environmental, genetic and health factors.

How is Alzheimer's disease diagnosed?

Currently there is no single test to diagnose Alzheimer's disease. The diagnosis is made after careful clinical consultation. The assessment might include a detailed medical history, a physical examination, blood and urine tests, a psychiatric assessment, neuropsychological tests (to assess memory and thinking abilities) and brain scans. After eliminating other causes, a clinical diagnosis of Alzheimer's disease can be made. The diagnosis can only be confirmed after death by examination of the brain tissue to identify the plaques and tangles.

New techniques for detecting the presence of Alzheimer's disease are becoming available. Plaques in the brain can now be seen using special brain scans and changes in protein levels can be identified in the cerebrospinal fluid (this is the fluid that surrounds the brain and spinal cord and a sample can be taken using a lumbar puncture). These new techniques mean that Alzheimer's disease can be diagnosed even before symptoms begin, which will become very important in the future when we have treatments that can stop the disease.

It is important to have an early and accurate diagnosis to determine whether the condition is caused by Alzheimer's disease or whether a different condition requiring its own specific treatment is causing the symptoms.

How does Alzheimer's disease progress?

The rate of progression varies greatly from person to person. However, the symptoms will get worse and the disease does lead eventually to complete dependence and finally death. The average time a person lives with Alzheimer's disease is 7 to 10 years, but this varies greatly from person to person.

Is there treatment available?

At present there is no cure for Alzheimer's disease and no treatment that can stop the disease progressing. However, there are medications available that can help stabilise or slow the decline in memory and thinking abilities for a time. Drugs may also be prescribed for secondary symptoms such as agitation or depression, or to help a person with Alzheimer's disease sleep better. Further information about these medications is available in the Help Sheet *About Dementia 9: Drug treatments and dementia*.

Non-drug therapies, staying active and socially connected, and managing stress can be beneficial for people with Alzheimer's disease. Education about the disease and professional support are important for the person with Alzheimer's disease, their family and carers. This support can make a positive difference to managing the condition.

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



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