

Đã Có Thuốc Chữa Bệnh Alzheimer

Trong hôm thứ hai ngày 7 tháng 6, cơ quan đặc trách về thực phẩm và dược phẩm Hoa Kỳ (FAA) đã chuẩn y cho việc dùng thuốc **Aducanumab** của công ty Biogen trong việc điều trị bệnh Alzheimer's. Và đây là lần đầu tiên trong vòng 30 năm qua, đã có thuốc chữa bệnh lãng trí.

Với những tin tức được loan báo, giá cổ phiếu của công ty Biogen gia tăng \$107.76 và ở mức \$393.90 một cổ phiếu trên thị trường chứng khoán New York. Loại thuốc Aducanumab có nhiệm vụ tách rời một loại protein có tên là amyloid beta trên não của bệnh nhân, những người bắt đầu có triệu chứng của bệnh lãng trí. Loại protein amyloid beta bám trên màng não sẽ gây cho bệnh nhân bị mất trí nhớ, không có khả năng tự chăm sóc lấy mình.

Theo những ước tính thì trong năm 2020 có khoảng trên 6 triệu người Mỹ bị bệnh Alzheimer's và có khoảng 1 triệu người Anh cũng bị bệnh này.

Khác biệt giữa dementia và Alzheimer's: dementia là các triệu chứng quên trong khi Alzheimer's là bệnh quên, bệnh mất trí nhớ. 60 phần trăm cho đến 70 phần trăm những người có các triệu chứng quên sẽ dần dần biến thành bệnh. Đa số những người bị bệnh mất trí nhớ là những người trên 65 tuổi. Trước đây không có thuốc chữa cho nên một người có những triệu chứng quên, dần dần biến thành bệnh và cuối cùng cũng chết.

Các triệu chứng của bệnh mất trí nhớ

- Khó nhớ những thông tin mới học
- Không nhớ phương hướng
- Tính tình thay đổi bất ngờ
- Luôn luôn nghi ngờ về gia đình, bạn bè và những người chăm sóc, không tin những người này
- Dần dần sự mất trí nhớ trở nên nghiêm trọng
- Khó nói, khó nuốt đồ ăn và khó khăn trong việc đi lại.

Những cách phòng ngừa bệnh mất trí nhớ

Người ta thường nói phòng bệnh hơn trị bệnh: nếu chúng ta có thể phòng ngừa được bệnh mất trí nhớ xảy ra thì đó là cách tốt nhất.

Sau đây là những cách phòng ngừa bệnh mất trí nhớ theo tài liệu của bệnh viện Mayo ở thành phố New York:

- Không hút thuốc
- kiểm soát không để gia tăng áp huyết, lượng cholesterol và bệnh tiểu đường.
- Ăn uống theo kiểu Địa Trung Hải : ăn nhiều rau trái, chất đạm nạc (lean protein) và có chất omega -3.
- Tránh không ăn nhiều chất bột, chất đường, nước soda, nước tăng lực, không ăn nhiều thịt đỏ, cơm trắng, các loại bánh ngọt, khoai tây chiên, các thứ đồ ăn fast foods.
- Giảm những thực phẩm đã chế biến (processed foods) như lạp xưởng, hotdog, các đồ hộp
- Nên ăn cơm gạo đỏ hay nâu, ăn các loại hạt (nuts), dầu olive, cá (nhưng tránh ăn những loại cá có nhiều thủy ngân như cá tuna)
- Tập thể dục đều đặn nhất là aerobics (thể dục nhịp điệu)
- Tránh bị suy thoái tâm thần
- Tìm cách học hỏi những thứ cần suy nghĩ, cần trí nhớ như học sinh ngữ, học chơi đàn
- Ngủ đủ giấc mỗi đêm
- Tham dự những sinh hoạt xã hội cộng đồng như học khiêu vũ, học hát, học đàn... tình nguyện làm việc giúp người nghèo trong cộng đồng..