

得了老年痴呆，就等于患上“绝症”？东南大学附属中大医院神经内科谢春明博士指出，老年痴呆是种病，不同于普通的衰老健忘，早发现、早就诊对于疾病治疗很关键……很多人觉得患上老年痴呆症就觉得患上不能治的病，就把老人扔在治疗所不去照顾，老年痴呆症需要照顾和关怀，需要亲属的关怀和理解。

老人有可能犯糊涂不是小事，如果发现老人犯糊涂就觉得自然衰老，有些老人觉得老了记忆力就会差是很正常的事，要注意了。不是所有老糊涂都是老年痴呆，但是不是所有自然衰老都是老糊涂了。

如果刚发生的事容易忘记，但过去发生的事却记得很清楚。这种情况就要及时检查，有可能是老年痴呆的征兆。

其实多种因素都会导致老年痴呆，随着人口老龄化的加剧，高龄、空巢、留守老人逐渐增多，老年痴呆的发病率也日益上升。老年痴呆症最常见的七大危险因素有：糖尿病、高血压、高胆固醇、肥胖及有痴呆家族史、低文化程度、有脑外伤病史等。另外，如果年轻人的生活方式、饮食习惯不健康，比如熬夜、不运动、饮食不健康、用脑过度、压力大、焦虑抑郁等，日后也易得老年痴呆的，所以我们要在这些方面去休息老人，有时间多陪陪老人，走可能会减少发病率。

如何预防老年痴呆：

第一#合理安排饮食

第二#一定有适当的体育锻炼

第三#要多用脑

第四#多跟人接触