

Những quan niệm sai lầm phổ biến về dementia (đi-men-cha) Sự Thật

Quên hoặc lẫn lộn là một phần tự nhiên khi già đi.	Chúng ta thường có những thay đổi về trí nhớ và tư duy khi già đi. Tuy nhiên sự giảm trí nhớ hoặc lẫn lộn không nên quá nhanh hoặc làm ảnh hưởng đến các sinh hoạt hàng ngày. Nếu điều này xảy ra, hãy đến gặp bác sĩ để được thăm khám.
Mọi người già đều bị bệnh dementia	Tuổi già là một yếu tố nguy cơ của bệnh dementia nhưng không phải ai già đi cũng gặp bệnh này.
Mất trí nhớ là dấu hiệu đầu tiên của bệnh dementia	Những dấu hiệu sớm của bệnh dementia rất khác nhau. Một số người có sự thay đổi về tính cách, hành vi, ngôn ngữ, hoặc khả năng thay vì trí nhớ.
Nếu tôi còn nhớ rõ nhiều sự việc trong quá khứ tức là tôi không có bệnh dementia.	Tùy thuộc vào loại dementia, những ký ức cũ, như những ký ức từ thời thơ ấu, vẫn được giữ lại lâu dài trong quá trình sa sút trí tuệ. Những ký ức gần hơn có xu hướng bị mất đi trước.
Tôi nên che dấu những khó khăn đang gặp phải để người khác không biết.	Việc che dấu những khó khăn cá nhân không giúp gì cho bạn cả. Hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn để hiểu rõ về nguyên nhân của những thay đổi này, để được chữa trị và nhận những dịch vụ hỗ trợ cần thiết.
Nếu bạn sống lành mạnh bạn sẽ không bị bệnh Dementia.	Một lối sống lành mạnh sẽ giảm nguy cơ mắc bệnh dementia nhưng không đảm bảo rằng bạn sẽ không bị bệnh này.
Nếu gia đình tôi chăm sóc kỹ lưỡng cho tôi. Tôi sẽ không bị bệnh dementia.	Duy trì các mối quan hệ bền chặt trong gia đình là một trong nhiều yếu tố giúp bạn giảm đi nguy cơ mắc bệnh dementia (thí dụ như ăn uống lành mạnh, hoạt động thể lực). Tuy nhiên những người được chăm sóc tốt vẫn có thể mắc bệnh dementia.
Uống vitamin và thực phẩm bổ sung sẽ ngăn ngừa được bệnh dementia.	Một lối sống lành mạnh sẽ giảm đi nguy cơ bị bệnh dementia nhưng vitamin và thực phẩm bổ sung sẽ không ngăn được bệnh dementia.
Thuốc ngừa covid-19 là nguyên nhân gây bệnh dementia.	Thuốc ngừa covid-19 không phải là nguyên nhân gây bệnh dementia.
Nếu tôi bị bệnh dementia thì con của tôi cũng sẽ bị bệnh này.	Dementia không phải là bệnh di truyền. Người có các thành viên trong gia đình mắc bệnh Dementia sẽ có nguy cơ mắc bệnh này cao hơn những người khác, nhưng lối sống mới là yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến nguy cơ mắc bệnh dementia.
Không có cách nào chữa trị cho người mắc bệnh dementia.	Có nhiều phương pháp trị liệu và chương trình giúp giảm đi các triệu chứng của bệnh dementia.
Nếu mắc bệnh dementia, tôi không nên ra ngoài và gặp gỡ người khác.	Giữ cho tinh thần lạc quan, thể chất khỏe mạnh và duy trì hoạt động xã hội có thể làm chậm quá trình tiến triển của bệnh dementia. Điều quan trọng đối với những người sống chung với bệnh dementia là ra ngoài và gặp gỡ người khác càng nhiều càng tốt.
Bệnh dementia làm cho bệnh nhân trở nên vô dụng và cần phải sống trong các trung tâm điều dưỡng.	Bệnh nhân ở giai đoạn đầu của bệnh dementia vẫn có thể tự chăm sóc cho bản thân và gia đình. Hầu hết đều tiếp tục sống tại nhà của họ.
Cuộc sống không còn ý nghĩa khi bạn mắc bệnh dementia.	Nhiều bệnh nhân dementia vẫn sống vui vẻ và có ý nghĩa. Nhận được những trợ giúp phù hợp sẽ giúp bệnh nhân và gia đình của họ sống tốt hơn.
Những người mắc bệnh dementia trở nên tức giận và hung hăng	Sự tức giận và hung hăng của bệnh nhân dementia thường tránh được vì họ thường phản ứng như thế khi nhu cầu của họ không được đáp ứng (thí dụ như đói, buồn chán).
Alzheimer là bệnh dementia	Dementia là tên của nhóm bệnh liên quan đến não bộ. Bệnh Alzheimer là dạng phổ biến nhất của dementia.



Hãy cùng
đổi mặt
với Dementia

Điện thư info@facedementia.au hoặc
điện thoại Đường dây nóng Quốc gia về Sa
sút trí tuệ 1800 100 500



Common thoughts & concerns The facts & reality

Losing your memory and getting confused is just a natural part of aging

We usually experience some gradual changes in memory and thinking with age. But memory loss or confusion should not get worse very quickly or affect daily life. If this happens, ask your GP for an assessment.

All older people get dementia

Old age is a risk factor for dementia, but it is not inevitable.

Memory loss is the first sign of dementia

Early signs of dementia vary. Some people have changes in personality, behaviour, language, or abilities rather than memory.

If I have a good memory for things in the past, I don't have dementia

Depending on the type of dementia, older memories, like those of early life are retained long into the course of dementia. More recent memories tend to be lost first.

I should hide any difficulties I have, so that other people don't realise.

Hiding difficulties won't help. Talk to your GP. Understanding any medical reasons for the changes can lead to treatments for symptoms and services which can help you.

If I lead a healthy lifestyle, I will not get dementia.

A healthy lifestyle will reduce your risk of dementia but does not guarantee you won't get dementia.

If my family cares for me properly, I won't get dementia

Having strong family relationships is one of many factors (e.g. healthy diet, physical activity) that reduce your risk of developing dementia. But even the best cared for people may develop dementia

If I take vitamins and supplements that will prevent dementia.

Having a healthy lifestyle reduces your risk of dementia, but vitamins and supplements do not prevent dementia.

The COVID-19 vaccine causes dementia

The COVID-19 vaccine does not cause dementia.

If I have dementia, then my children will get dementia

Dementia is not just caused by genes. While family members have a small increase in risk of getting dementia, lifestyle has a big contribution to dementia risk.

There is nothing to treat / help the people with dementia

There are treatments and strategies that reduce dementia symptoms.

I should not go out to society or meet people progression of dementia.

Staying mentally, socially and physically active can slow the progression of dementia. It is important for people living with dementia to go out and stay as socially, mentally and physically active as possible.

People with dementia become useless and have to live in a nursing home

People with early dementia can continue to do things for themselves and their families. Most people with dementia continue to live at home.

Life is not worth living if you have dementia

Many people with dementia lead full and meaningful lives. Getting the right support helps people with dementia and their family to live well.

People with dementia become angry and aggressive.

Anger and aggression might be avoidable in people with dementia. It is usually a reaction to an unmet need (e.g. hunger, boredom).

Alzheimer's is the same as dementia

Dementia is the name of a group of brain diseases. Alzheimer's is the most common brain disease causing dementia.



Email info@facedementia.au
Call the National Dementia Helpline
1800 100 500

