

뇌 건강

치매

치매는 기억, 언어, 문제 해결 및 기타 사고 능력의 상실을 지칭하는 일반적인 용어입니다. 치매는 대부분 고령자에게 영향을 미치지만, 정상적인 노화의 일부가 아닙니다. 증상이 악화될수록 개인의 일상생활에 지장을 줄 수 있습니다.

자세한 정보

- [치매란 무엇인가요?](#)
- [노화와 치매에 대한 진실](#)
- [치매의 유형](#)

징후 및 증상

치매는 일반적인 용어이기 때문에 그 증상은 사람마다 다를 수 있습니다. 치매 환자는 다음과 같은 문제를 겪습니다.

- 기억
- 집중
- 의사소통
- 추론, 판단 및 문제 해결
- 시각적 이미지와 공간적 관계를 이해하는 데 어려움

치매 가능성을 암시하는 징후

- 익숙한 동네에서 길을 잃음
- 익숙한 물체를 지칭할 때 특이한 단어 사용
- 가까운 가족 구성원이나 친구의 이름을 잊어버림
- 예전 기억을 잊어버림
- 혼자 일을 완수할 수 없음

자세한 내용은 [알츠하이머병 및 관련 치매의 10 가지 경고 징후를 참조하십시오.](#)

위험 요인 및 예방 치료

DC에서 인지 저하 및 치매와 관련해 개선할 수 있는 주요 위험 요인은 다음과 같습니다.

- [당뇨병](#)
- 높은 콜레스테롤 수치
- 고혈압증 또는 고혈압
- [비만](#)
- [흡연](#)
- 적은 신체 활동량

잠재적으로 개선할 수 있는 기타 위험 요인으로는 건강에 해로운 식습관, 지나친 음주, 우울증, 심각한 머리 부상 등이 있습니다. 이러한 위험 요인을 관리하면 인지 기능 저하 및 치매의 위험을 줄일 수 있습니다.

자세한 정보

- [치매 위험 요인 및 예방 치료](#)
- [치매 서비스 및 자료](#)

