



Думая о хорошем можно избежать деменции в старости – к такому выводу пришли ученые, оценив результаты масштабного исследования.

По данным нового исследования, люди, которые оценивают свое здоровье как плохое, более склонны к развитию деменции в старости. Причем, эта оценка не как не связана с текущим соматическим статусом пациента, и является субъективным мнением человека.

Более восьми тысяч человек в возрасте 65 лет и старше дали свою субъективную оценку собственному здоровью, после чего наблюдались специалистами в течение семи лет. В ходе исследования, у 618 людей развилась деменция. Ученые отметили, то риск развития слабоумия был выше на 70 процентов у тех, кто дал низкую оценку своему здоровью по сравнению с теми, кто оценил свое здоровье как хорошее.

Ведущий специалист исследования, доктор Кристоф Тзорио, отметил: "Субъективная оценка человека своего здоровья, может быть для врачей простым инструментом, что бы определить риск деменции, даже у тех пациентов, у которых нет симптомов снижения памяти".

Кроме этого, ученые отметили, что у людей уже имеющих когнитивные нарушения и плохую оценку своего здоровья риск деменции увеличивается в два раза.

Думайте о хорошем и живите счастливо и здорово!