

Проверь своих бабушку и дедушку на деменцию!

Если ваши пожилые родственники стали:

- забывчивые;
- путают события;
- плохо ориентируются на знакомом маршруте;
- не узнают близких и знакомых;
- неправильно надевают одежду;
- у них спутанная речь с ошибками, забывают простые слова, имена родных;
- перестали выходить из дома и прекратили общение с друзьями и близкими;
- стали рассеянными.

Все это симптомы деменции.

Деменция – это тяжелые расстройства в интеллектуальной сфере, приобретаемые, как правило, в пожилом возрасте, вследствие заболевания или повреждения головного мозга. Чем раньше вы выявите тревожные симптомы, тем больше шансов сохранить ум и память.

Профилактика деменции:

- питайтесь правильно;
- занимайтесь физической активностью;
- поддерживайте общение с людьми;
- тренируйте интеллект.