

مغز شما چند ساله است؟

مغز شما در مقایسه با سن تقویمی چند ساله است؟



مغز شما در مقایسه با سن تقویمی چند ساله است؟ با توجه به نتایج تحقیق منتشر شده در مجله آلزایمر و دمانس در اول ژوئن، اندازه گیری جدیدی از سلامت مغز که توسط محققان در مرکز پزشکی دانشگاه راش ایجاد شده است، ممکن است یک روش جدید برای شناسایی افراد در معرض خطر حافظه و مشکلات تفکر ارائه دهد.

به گزارش سرویس خواندنی های انتخاب، این ابزار که توسط محققان "ساعت شناختی" لقب گرفته است، ابزاری برای سنجش سلامت مغز بر اساس عملکرد شناختی است و ممکن است در آینده برای پیش بینی احتمال مشکلات حافظه و تفکر که با افزایش سن فرد ایجاد می شود، استفاده شود.

سخنگوی این تیم تحقیقاتی می گوید: "بیماری آلزایمر، که شایع ترین علت زوال عقل است، و سایر بیماری های مغز با گذشت زمان به تدریج با افزایش سن جمع می شوند. سن به طور گسترده ای به عنوان عامل اصلی خطر ابتلا به بیماری آلزایمر شناخته می شود، اما یک پیش بینی کننده بسیار ناقص است، زیرا همه با افزایش سن دچار زوال عقل نمی شوند. ساعت شناختی جدید ما اندازه گیری سلامت مغز را ارائه می دهد که در مورد عملکرد مغز یک شخص بیشتر از سن تقویمی به ما می گوید. به این ترتیب، ساعت می تواند به ما کمک کند تا تشخیص دهیم چه کسی بیشترین خطر را در معرض نقص شناختی در سال های آینده دارد."

بوئل افزود: "برای برخی از افراد، شناخت با پیری نسبتاً ثابت باقی می ماند. اما، برای دیگران، شناخت با گذشت زمان به آرامی کاهش می یابد و افت های شیب دار نشان می دهند."

مغز

ساعت شناختی برای اولین بار با استفاده از داده های ۷۵۰۱ شرکت کننده در پروژه حافظه و پیری، بدون نقص شناختی آغاز شد و تا ۲۴ سال تحت ارزیابی سالانه شناختی قرار گرفت. ارزیابی شناختی شامل آزمون دولتی خرد ذهنی بود، آزمایشی که به طور گسترده در عملکرد شناختی در بین افراد مسن مورد استفاده قرار می گیرد و جهت گیری، توجه، حافظه، زبان و مهارت های دیداری-مکانی را اندازه گیری می کند.

سن شناختی شاخص سلامت مغز است. بوئل گفت: "ما دریافتیم که به طور متوسط، شناخت تا یک سن شناختی در حدود ۸۰ سال پایدار می ماند، سپس تا ۹۰ سال متوسط رو به کاهش می رود و تا زمان مرگ با سرعت بیشتری کاهش می یابد. علاوه بر این، ما دریافتیم که سن شناختی پیش بینی بسیار بهتری نسبت به سن تقویمی زوال عقل، اختلال شناختی خفیف و مرگ و میر است. همچنین با جنبه های دیگر سلامت مغز ارتباط بیشتری دارد."

محققان سپس ساعت را در یک نمونه مستقل از ۲۵۹۲ شرکت کننده در پروژه بهداشت و پیری شیکاگو استفاده کردند تا صحت آن را برای پیش بینی نتایج مانند زوال عقل آلزایمر، اختلال شناختی خفیف و مرگ و میر تأیید کنند، آن ها دریافتند که سن شناختی پیش بینی بهتری از این نتایج نسبت به سن تقویمی است.