



Nguyên nhân và Hiệu quả

Các nghiên cứu cho thấy việc sử dụng và lạm dụng chất gây nghiện và/hoặc thức uống có cồn thường là một yếu tố góp phần trong các tai nạn dẫn đến tổn thương não.

Khi việc lạm dụng chất gây nghiện được tiếp tục sau khi bị chấn thương não có tác động tiêu cực nhân lên và có thể gây ra sự phục hồi sau chấn thương não chậm hơn, hơn nữa sẽ có những trở ngại về sự cân bằng, đi lại, và nói chuyện, gia tăng tần số các hành vi hung hăng và phản xã hội, và sự can thiệp nhiều hơn với độ tập trung và trí nhớ.

Lạm dụng chất gây nghiện sẽ là cho chứng trầm cảm tệ hơn và có thể làm tăng nguy cơ bị động kinh. Lạm dụng chất gây nghiện và thức uống có cồn cũng làm gia tăng thêm khả năng bị chấn thương não.

Trợ giúp và Nguồn lực

Bước đầu tiên cho người hoặc bị trầm cảm hoặc lạm dụng chất gây nghiện là thừa nhận đây là vấn đề.

Nếu bạn hay một người thân đang có dấu hiệu trầm cảm hoặc đang uống hay sử dụng các loại chất gây nghiện khác là đang có những vấn đề liên quan đến tài chính, pháp lý, y tế hay các vấn đề khác, đây chính là thời điểm cần để tìm kiếm sự giúp đỡ.

Hiệp hội về Chấn thương não của Massachusetts (BIA-MA) có thể cung cấp thông tin và các nguồn lực về các chuyên viên tâm lý, chuyên viên tâm lý trị liệu, các trung tâm phục hồi chức năng, các chương trình dành cho lạm dụng chất gây nghiện và nhiều hơn nữa.

Thắc mắc? Gọi BIA-MA Đường dây Thông tin và Nguồn lực về Chấn thương não dành cho Người cao tuổi (844) 839-7154 hoặc email elders@biama.org.



Ủy ban Phục hồi chức năng Massachusetts (MRC), thông qua Chương trình Chấn thương Đầu toàn quốc (SHIP), đề nghị Dự án “Cải thiện các Hệ thống Chăm sóc sức khỏe dành cho Người cao tuổi bị Chấn thương não”

Dự án này được thiết lập nhằm thực hiện những mục tiêu của Chương trình Hợp tác Nhà nước Thực hiện về Chấn thương não thuộc Cơ quan Quản lý các Dịch vụ Nguồn lực Y tế. MRC làm việc như là một tổ chức dẫn đầu trong việc quản lý dự án được tài trợ này.



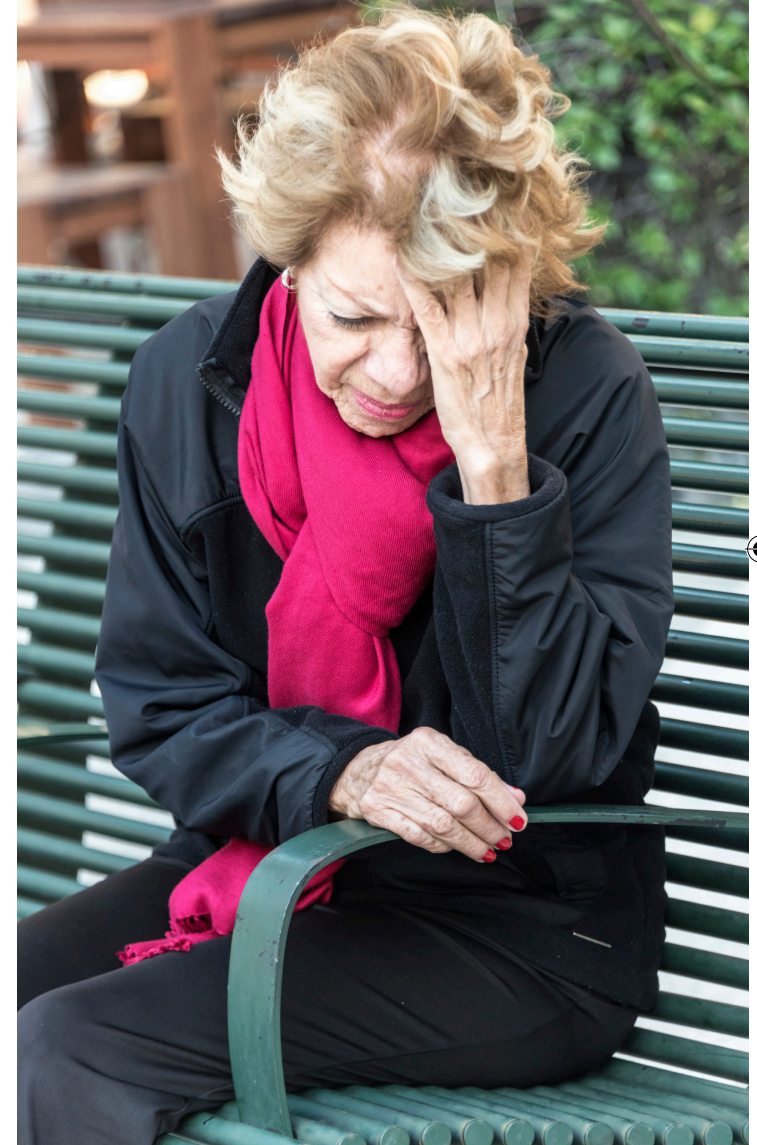
BIA-MA là một tổ chức tư nhận, phi lợi nhuận cung cấp: **Hỗ trợ** cho những người sống sót khi bị tổn thương não và gia đình của họ; **Các chương trình Phòng ngừa** dành cho công chúng; **Giáo dục** cho các chuyên gia và tất cả những ai bị ảnh hưởng bởi tổn thương não; và **Biện hộ Lập pháp** cho các luật lệ về an toàn và cải thiện dịch vụ công đồng dành cho những người sống sót.

BIA-MA cộng tác với Ủy ban Phục hồi Chức năng Massachusetts (MRC), Sở Y tế Công cộng (DPH), Cơ quan đăng ký Xe có động cơ (RMV), Văn phòng Điều hành Công việc cho Người cao tuổi (EOEA) và các hiệp hội khác nhằm ngăn ngừa các tổn thương não và cung cấp các dịch vụ cho những người sống sót.

“Dự án này được/đã được hỗ trợ bởi Cơ quan Quản lý các Dịch vụ và Nguồn lực Y tế (HRSA) thuộc Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ số H21MC26927, “Cải thiện các Hệ thống Chăm sóc sức khỏe dành cho Người cao tuổi bị Chấn thương não của MA”, dành cho 1 triệu người từ nguồn lực phi chính phủ phi lợi nhuận Thông tin này hay nội dung và các kết luận là của các tác giả và hoặc sẽ không được xem như vị trí hay chính sách chính thức, hoặc bất kỳ xác nhận nào được suy luận từ HRSA, HHS hoặc Chính phủ Hoa Kỳ”.

Substance Abuse & Depression - Vietnamese - May 2016

Lạm Dụng Chất Gây Nghiện & Chứng Trầm Cảm Ở Người Cao Tuổi Với Chấn Thương Não



Thông Tin Chấn Thương Não

844-839-7154 | www.biama.org/elders



Hồi phục sau tổn thương não và sống với những ảnh hưởng do chấn thương não gây ra có thể có rất nhiều thử thách. Chấn thương não có thể làm thay đổi cuộc sống của một người mãi mãi. Những người bị chấn thương não thường bị trầm cảm hoặc vật lộn với lạm dụng thuốc gây nghiện, hoặc trong đó cũng có thể đó là vấn đề có trước khi chấn thương não.

Trầm cảm

Trầm cảm là một bệnh phổ biến, thường suy nhược, và đôi khi dẫn đến tử vong. Đối với những người bị chấn thương não, trầm cảm thậm chí còn phổ biến hơn những người bình thường khác. Nghiên cứu cho thấy tổn thương não làm tăng đáng kể khả năng làm cho người đó bị trầm cảm. Đối với những người bị chấn thương não, trầm cảm sẽ làm cho những thách thức.

Nguy cơ tự tử đối với những người sống sót sau chấn thương não có thể tăng. Những người trầm cảm cũng có nguy cơ tự tử cao hơn, chiếm tỷ lệ tự tử cao nhất trong số người cao tuổi.

-Tổ chức Phòng chống Tự tử Hoa Kỳ

Biểu hiện & Triệu chứng

Mỗi người sẽ bị trầm cảm theo các mức độ khác nhau. Một số người cảm thấy mệt mỏi mỗi lần át hoặc mất cảm giác ngon miệng, trong khi những người khác trở nên giận dữ. Trầm cảm cũng có thể làm trầm trọng thêm triệu chứng biểu hiện nhận thức.

Các triệu chứng về cơ thể:

- Những thay đổi trong giấc ngủ
- Những thay đổi trong sự thèm ăn
- Mệt mỏi

Các triệu chứng về cảm xúc:

- Quá buồn bực
- Cảm giá bất lực
- Cáu gắt

Những thay đổi đối với hành vi:

- Không có khả năng vui hưởng các hoạt động thú vị
- Không muốn tiếp xúc người khác
- Không thể tự chăm sóc tốt bản thân hay quan tâm đến về bên ngoài

Lạm dụng chất gây nghiện

Lạm dụng chất gây nghiện có tác động lớn đến cuộc sống của một cá nhân. Nghiên cứu cho thấy khi chấn thương não và lạm dụng chất gây nghiện kết hợp nhau, chúng có tác động tiêu cực đối với não nhiều hơn khi chỉ mang một bệnh.

Dựa trên thông tin về việc sử dụng thức uống có cồn và chấn thương não kết hợp nhau gây ảnh hưởng cho não như thế nào, Hiệp hội Chấn thương não của Hoa Kỳ đã kết luận rằng **không an toàn cho người bị tổn thương não sử dụng thức uống có cồn.**

Ngoài khía cạnh pháp lý, chất gây nghiện và thức uống có cồn có thể tương tác với các loại thuốc kê toa và gây thêm tác động không tốt. Uống các thuốc theo toa với số lượng lớn hơn mức cho phép là một hình thức khác của việc lạm dụng chất gây nghiện và điều này không được khuyến khích.

Điều trị & Phục hồi

Các thành viên trong gia đình và bạn bè đóng một phần rất quan trọng trong việc giúp đỡ một người bị trầm cảm hay người đang lạm dụng các chất gây nghiện. Họ sẽ hỗ trợ, không chỉ trích người bệnh. Thí dụ, họ có thể giúp tìm kiếm thông tin về các nguồn lực trong cộng đồng, khuyến khích những người bệnh đặt cuộc hẹn đầu tiên hoặc tham dự một cuộc họp đầu tiên, và hỗ trợ phương tiện đi lại.

Những người sống sót sau chấn thương não đã nhận thấy rằng việc tập thể dục như đi bộ sẽ làm cho họ cảm thấy khỏe hơn. Các hoạt động hữu ích khác nhằm làm giảm nhẹ trầm cảm bao gồm các phương pháp phi y tế, điều trị như phản hồi sinh học, thôi miên, xoa bóp, yoga, Tai Chi, làm tình nguyện, hoặc các hoạt động khác như tham gia một lớp học hay tham dự các sự kiện mang tính tâm linh.

Hầu hết các y bác sĩ tin rằng những phương pháp kỹ thuật có hiệu quả trong điều trị lạm dụng chất gây nghiện đối với những người bình thường khác cũng có thể có tác dụng đối với những người bị chấn thương não. Tuy nhiên, những xem xét đặc biệt hoặc các tiện nghi có thể cần thiết để giải quyết các nhu cầu của người bị chấn thương não. Các phương pháp điều trị phổ biến bao gồm những can thiệp thúc đẩy, liệu pháp nhận thức hành vi, nhóm hỗ trợ người nghiện, hoặc những thuốc theo toa.

