



Jika Demensia tidak segera ditangani?

- **PENURUNAN KUALITAS HIDUP**

Seperti: Kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan berinteraksi sosial.

- **MASALAH KESEHATAN TAMBAHAN**

Seperti: malnutrisi, pneumonia akibat aspirasi, dan penurunan sistem kekebalan tubuh.

- **KOMA HINGGA KEMATIAN**

akibat komplikasi berbagai risiko gangguan kesehatan pada demensia tahap lanjut.

Faktor Demensia



- Minim Aktivitas Fisik
- Merokok
- Obesitas
- Diabetes
- Tekanan Darah Tinggi
- Kadar Kolesterol LDL Tinggi
- Polusi Udara
- Riwayat Cedera Otak
- Depresi
- Kurang Bersosialisasi
- Gangguan Pendengaran
- Gangguan Pengelihan
- Tingkat Pendidikan yang Lebih Rendah

Penyebab Demensia

- Penumpukan protein abnormal yang merusak sel otak sehat
- Kerusakan pembuluh darah otak
- Kerusakan atau hilangnya sel-sel saraf dan koneksinya di otak



DEMENSIA

Demensia adalah kondisi penurunan fungsi otak yang memengaruhi daya ingat, cara berpikir, dan kemampuan berkomunikasi

PEMBIMBING:
DR. CICI JULIA SRI DEWI, SP.PK
PRESENTED BY GROUP 15 & 16

Gejala

1. **Penurunan Daya Ingat**
2. **Kesulitan Berkomunikasi**
3. **Kebingungan mengenai waktu, tempat, atau orang.**
4. **Mudah marah, depresi, atau menarik diri dari interaksi sosial.**
5. **Kesulitan Melakukan Tugas Sehari-hari**
6. **Gangguan visuospasial**
7. **Menaruh Barang Tidak Pada Tempatnya**
8. **Salah Membuat Keputusan**
9. **Menarik Diri Dari Pergaulan**
10. **Perubahan Perilaku dan Kepribadian**

Pencegahan Demensia

Cek kesehatan rutin
Edukasi Otak (belajar hal baru)
Rajin olahraga
Diet seimbang
Aktif bersosialisasi
Stop Rokok dan Alkohol

Lain-lain :

- Menjaga kecukupan asupan vitamin : B kompleks, C, dan D
- Kelola stres untuk penanganan depresi dan gangguan cemas
- Aktivitas sosial : berinteraksi dengan keluarga, teman, lingkungan, dan komunitas



Saat ini, belum ada obat yang dapat menyembuhkan demensia. Namun, kita bisa **memperlambat perburukannya** dan **mengurangi gejalanya** dengan langkah bijak sejak dini. **Mari jaga ingatan kita, karena kenangan adalah harta yang tak ternilai.**