

آلزامر؛ راهکارهای تشخیص آسان

تألیف و ترجمه: زهره هنری

کارشناس ارشد علوم بهداشتی در تغذیه

کارشناس مواد غذایی معاونت غذا داروی دانشگاه علوم پزشکی ایران

عنوان: آلزایمر؛ راهکارهای تشخیص آسان

تألیف و ترجمه: گروه علمی - کارشناس ارشد علوم بهداشتی در تغذیه
(کارشناس مواد غذایی، معاونت غذا و دارو، دانشگاه علوم پزشکی ایران)

سال انتشار: ۱۳۹۷

طراح و صفحات: عصمت گلزار

طراح جلد و مدیریت چاپ: مهرداد سهرانفانی - ۰۹۱۲۵۲۷۰۹۶۹

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

تعداد صفحات: ۸

شابک: ۸-۳۱-۳۹-۸-۹۷۸

ارزش: ۹۰۰۰ تومان

نشانی: تهران - پاسداران - اختیاریه - یزدانیان یکم پ ۱ - تلفکس: ۰۲۲۵۰۱۲۷۴

نشانی زاهدان: امیرالمومنین ۲۷ - مجتمع قصر - ۳۳۲۵۲۳۳ - ۰۵۴

سرشناسه: هنری، زهره، ۱۳۴۰ -

عنوان و نام پدیدآور: آلزایمر؛ راهکارهای تشخیص آسان/تالیف و ترجمه زهره هنری.

مشخصات نشر: تهران: پرریان اندیش، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۵۸ص: مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۲۳۹-۳۳-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

پدیداشت: نمایه.

موضوع: آلزایمر - به زبان ساده

موضوع: Alzheimer's disease - Popular works

رده بندی کنگره: RC ۲۳/۲/۵۹۱۸ . ۱۷

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۳۱

شماره کتابشناسی ملی: ۰۲۴۹۶۴۰

نمایه

- ۹..... مقدمه
- ۱۲..... آرام باشید و ببینید دوباره اتفاق می افتد؟
- ۱۴..... همیشه هم جزئیات اهمیت ندارد
- ۱۶..... نسبت به آرام هوشیار باشید
- ۱۸..... دیگر شوخ و بازیگوش نیست
- ۲۰..... کجا گذاشته است
- ۲۲..... امروز چه روزی است؟
- ۲۴..... چطور به اینجا رسیده ام؟
- ۲۶..... نوک زبانم است!
- ۲۸..... زمان کمی برای خودم می خواهم
- ۳۰..... جوانی، کجایی؟!
- ۳۲..... از دست دادن موقعیت مراقبت از خود
- ۳۴..... موضوع جدی نیست
- ۳۶..... اگر عادی نیست، پس چیست؟

- ۳۸.....چه هنگام باید به دکتر مراجعه نمود؟
- ۴۰.....چگونه مانع از دست رفتن حافظه شویم؟
- ۴۲.....عادت های نامناسب که می تواند به مغز آسیب بزند
- ۴۴.....ساعات تنهایی زیادی دارید
- ۴۶.....خواب های بی خاصیت زیادی می خورید!
- ۴۸.....لشوی های نامنظم را دور بیندازید!
- ۵۰.....جنبش بارش و زندگی بسنده ندارید
- ۵۲.....هنوز سیگاری نیستید
- ۵۴.....زیاد می خورید؟؟
- ۵۶.....برای مدت طولانی در تاسی نمیانید

مقدمه

بیماری فراموشی مجموعه بیماری هایی است که در آن فرد به تدریج و به طرز پیش رونده توانایی های عالی ذهنی خود را از دست می دهد و دچار آسیب در زندگی فردی و اجتماعی می شود. براساس مطالعات جهان در سال ۲۰۰۵ در سراسر جهان ۲۴.۵ میلیون تن به فراموشی مبتلا شده اند که این رقم تا سال ۲۰۴۰ به ۸۰ میلیون تن خواهد رسید.

با افزایش رفاه اجتماعی، گسترش امکانات بهداشتی و درمانی و افزایش طول عمر و به علت بهبود شاخص های اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی، بیماری های دوران سالمندی بیش از هر زمان دیگر در کشورهای جهان شیوع پیدا کرده است.

جامعه ی ایران که طی سه دهه ی اخیر نیز با افزایش شاخص طول عمر روبه رو بوده است، در آستانه ی افزایش چشمگیر بیماری های مربوط به دوران سالمندی قرار دارد.

یکی از این بیماری‌ها آلزایمر است که در آیینۀ آمار تعداد مبتلایان به آن رشد زیادی داشته و طبق برآوردها بیشتر نیز اهد شد.

به باور کارشناسان، تعداد مبتلایان به آلزایمر در کشور در حالی پیش از ۶۵ تا ۷۰۰ هزار تن رسیده که سن ابتلا به آن زیر ۶۰ سال است و طریقه دهه‌ی آینده بیش از یک میلیون تن به این بیماری دچار خواهند شد.

هم چنین به گفته‌ی مدیرعامل انجمن آلزایمر ایران، در جهان هر ۷ ثانیه یک تن و در ایران هر ۱۲ دقیقه یک تن به آلزایمر مبتلا می‌شوند. وی آمار مبتلایان به آلزایمر در ایران را براساس تخمین سازمان جهانی آلزایمر، ۲۵۰ تا ۳۰۰ هزار تن ذکر می‌نماید.