

Profilaktyka choroby Alzheimera tematem „Środy z Profilaktyką”



Profilaktyka choroby Alzheimera tematem „Środy z Profilaktyką”

Data publikacji

Wrzesień ustanowiony został Światowym Miesiącem Choroby Alzheimera. Stąd, najbliższa "Środa z Profilaktyką" organizowana przez NFZ poświęcona będzie profilaktyce choroby Alzheimera i chorób mózgu.

- Choroba Alzheimera jest jedną z najczęstszych przyczyn otępienia u osób powyżej 65 roku życia. Choroba charakteryzuje się takimi objawami jak: utrata pamięci, upośledzenie osądu i trudności w mówieniu. Z czasem objawy ulegają nasileniu, a tempo tego procesu jest zależne od indywidualnych cech pacjenta.
- W przebiegu choroby Alzheimera w mózgu dochodzi do odkładania się białka tau i płytek starczych, co doprowadza to do zmniejszenia ilości komórek nerwowych. Konsekwencją jest upośledzenie przekazywania nerwowego prowadzącego m.in. do zaburzeń pamięci i otępienia. W późnej fazie choroby pacjenci z tym schorzeniem często mają problemy z samodzielnym przyjmowaniem pokarmów, a nawet zapominają o tym, aby spożyć posiłek.
- Obecne badania potwierdzają pozytywne działanie diety śródziemnomorskiej na hamowanie rozwoju choroby Alzheimera. Dieta ta charakteryzuje się dużą ilością błonnika, antyoksydantów, wielonienasyconych kwasów tłuszczowych pochodzących od ryb, witamin, tłuszczów roślinnych oraz niską zawartością tłuszczów zwierzęcych.

[Ulotka informacyjna](#)

[Film informacyjny](#)

Źródło: <https://akademia.nfz.gov.pl/wp-content/uploads/2020/06/%C5%9ARODA-Z-PROFILAKTYK%C4%84-ALZHEIMER-A3.pdf>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)
- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)