

۲۱۰۹۹ ✓

بیماری خاموش آلزایمر

مؤلف:

دکتر امیر محمد باقی



۱۳۹۹

سرشناسه	:	باقی، امیر محمد، ۱۳۷۳-
عنوان و نام پدیدآور	:	بیماری خاموش آلزایمر /تالیف امیر محمد باقی.
مشخصات نشر	:	تهران: تفکر آینده ساز، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۱۱۱ص: مصور.
شابک	:	978-622-708128-2
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	آلزایمر
موضوع	:	Alzheimer's disease
موضوع	:	آلزایمر -- تأثیر تغذیه
موضوع	:	Alzheimer's disease -- Nutritional aspects
موضوع	:	آلزایمر -- درمان
موضوع	:	Alzheimer's disease -- Treatment
رده بندی کنگره	:	۵۷۲RC
رده بندی دیویی	:	۶۱۱/۶۴۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۴۱۰۳۳

حقوق مادی و معنوی برای مؤلف و انتشارات محفوظ است و هرگونه کپی برداری پیگرد قانونی دارد

دفتر انتشارات: میدان انقلاب خیابان زاندمری پلاک ۱۲۷ واحد ۳ ۰۲۱-۶۶۵۷۹۴۲ - ۰۲۱-۹۱۰۷۴۰۳	
--	---

عنوان کتاب بیماری خاموش آلزایمر

مؤلف دکتر امیر محمد باقی

صفحه آرا تفکر آینده ساز

طراح جلد تفکر آینده ساز

ناشر تفکر آینده ساز

شمارگان ۱۰۰۰ جلد

کتابت چاپ اول، ۱۳۹۹

قیمت ۴۶ هزار تومان

ISBN: 978-622-708128-2

فهرست مطالب

۱۴	بیماری آلزایمر چیست؟
۱۴	علائم و نشانه‌های بیماری آلزایمر
۱۶	علت بیماری آلزایمر
۱۷	دوره بیماری آلزایمر چقدر است؟
۱۸	تشخیص آسیب مغزی و آلزایمر با آزمایش‌های
۱۹	۹ نکته در ارتباط با بیماری آلزایمر
۲۱	با آلزایمر کنار می‌آیم.
۲۱	درمان بیماری آلزایمر
۲۲	با مواد غذایی آلزایمر را از خود دور کنید.
۲۳	اگر می‌خواهید از آلزایمر در امان باشید!
۲۳	دارچین چه می‌کند؟
۲۳	ترکیبات ضد آلزایمر دارچین
۲۴	بهترین روش‌های مصرف دارچین برای بهره‌مندی از خواص آن
۲۴	قهوه با طعم دارچین
۲۵	دارچین روی میوه‌های خام
۲۵	چای با طعم دارچین و عسل
۲۶	برای بهبود حافظه و پیشگیری از آلزایمر، سالم زندگی کنید
۲۶	مصرف چغندر به درمان آلزایمر کمک می‌کند
۲۸	غذاهای ضد آلزایمر کدامند؟

۲۸	اسیدهای چرب امگا.....
۲۹	ویتامین های گروه B.....
۲۹	رژیم غذایی مدیترانه ای.....
۳۰	آنتی اکسیدان ها.....
۳۰	سبزیجات پر برگ سبز.....
۳۰	انواع توت ها.....
۳۱	میوه و سبزیجات.....
۳۱	حبوبات.....
۳۱	غذای دریایی.....
۳۱	روغن زیتون.....
۳۲	ویتامین B پادزهری در برابر آلزایمر.....
۳۲	کاهش شیوع آلزایمر.....
۳۳	گیاه جینکوبیوبا و اثرات ضد آلزایمر.....
۳۳	جینکوبیوبا؛ گیاهی کهن سال از سرزمین چین.....
۳۴	جینکوبیوبا، گیاهی سرشار از آنتی اکسیدان ها.....
۳۴	جینکوبیوبا و اثرات ضد آلزایمر.....
۳۵	جینکوبیوبا علیه آسم.....
۳۵	اثرات درمانی دیگر جینکوبیوبا.....
۳۶	جینکوبیوبا، بی خطر نیست.....
۳۶	ابداع تست تشخیص آلزایمر با کره بادام زمینی!.....
۳۷	نحوه تست تشخیص آلزایمر با کره بادام زمینی!.....
۳۷	دلیل استفاده از بادام زمینی در تست تشخیص آلزایمر.....
۳۹	رابطه خوراکی های شیرین و الزایمر.....
۴۰	ابتلا به آلزایمر با سبزی اسفناج.....
۴۱	نکاتی در مورد فواید توت برای تمام بدن.....
۴۳	ماست و تأثیرات آن بر آلزایمر.....
۴۴	تأثیر فوق العاده مصرف شیر در جلوگیری از آلزایمر.....

- ۴۶ علل و راههای پیشگیری از آلزایمر
- ۴۶ چند علت بروز آلزایمر
- ۴۷ چطور می توان عملکرد مغز را تقویت کرد و جلوی بروز آلزایمر را گرفت؟
- ۴۸ ایجاد فضایی امن و حمایت کننده
- ۴۸ آلزایمر چگونه آغاز می شود؟
- ۴۸ مشکلات حافظه
- ۴۹ مشکل در یافتن کلمات
- ۴۹ فراموش کردن زمان و مکان حوادث
- ۴۹ کاهش سرزندگی و اشتیاق
- ۵۰ فراموش کردن برخی آموخته ها
- ۵۰ مشکل در شناخت اطرافیان
- ۵۰ غمگینی و در خود فرو رفتگی
- ۵۱ بی اشتها
- ۵۱ مشکل در نگارش
- ۵۱ استرس بی دلیل
- ۵۲ هذیان گویی
- ۵۲ تغییر در شخصیت و رفتار
- ۵۳ خوراکی های سنتی برای پیشگیری از آلزایمر
- ۵۳ ۱۰ نشانه اولیه آلزایمر
- ۵۶ زوال عقل ناشی از بالا رفتن سن و سایر تغییرات آن در مقایسه با آلزایمر
- ۵۶ اگر این علائم را مشاهده کردید چه کنید
- ۵۷ با تشخیص زودهنگام می توانید
- ۵۷ وقتی با پزشکشان ملاقات می کنید
- ۵۸ ده نشانه هشداردهنده در بروز آلزایمر
- ۶۰ پیشگیری از آلزایمر با مطالعه
- ۶۱ تشخیص آلزایمر از روی چشم
- ۶۲ ارتباط آکنه پوست و احتمال ابتلا به آلزایمر

۶۵	با خاطرات سالمند آلزایمری چه باید کرد؟
۶۶	علل بیماری آلزایمر و راهکارهایی برای کمک به مبتلایان به آلزایمر
۶۶	علل بیماری آلزایمر چه چیزهایی هستند؟
۶۸	راهکار برای کمک به مبتلایان به آلزایمر
۶۸	شرکت در فعالیت‌ها و بازی‌های گروهی
۶۹	رسیدگی به وضع ظاهر
۶۹	نحوه رفتار با افراد مبتلا به بیماری آلزایمر
۷۱	عوامل خطر
۷۳	عوارض
۷۴	سوالاتی که می‌توانید از پزشک پرسید
۷۵	چه انتظاری می‌توانید از پزشک داشته باشید؟
۷۶	چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟
۷۷	آزمایش‌های تشخیصی
۷۷	آزمایشات جسمی و نورولوژیکی
۷۷	بررسی‌های آزمایشگاهی
۷۸	بررسی وضعیت ذهنی
۷۸	آزمایشات عصبی
۷۸	تصویربرداری از مغز
۷۹	ابزارهای جدید تحت بررسی دارای ویژگی‌های زیر می‌باشد
۸۰	درمان دارویی
۸۰	انواع داروی درمانگر بیماری آلزایمر
۸۱	داروهای مخصوص بیماری آلزایمر
۸۱	داروی ضد آلزایمر کدام است؟
۸۲	داروی درمانی برای مبارزه با آلزایمر
۸۲	تاثیرات داروی آلزایمر و عوارض آن
۸۳	نحوه تاثیرگذاری انواع داروی آلزایمر آدوکانوماب
۸۳	درمان آلزایمر با داروهای ضد افسردگی

۸۴	درمان کامل آلزایمر با داروی ضد التهاب
۸۵	مصرف این قرص ها آلزایمر را به همراه دارند
۸۵	قرص هایی که موجب بروز آلزایمر می شوند
۸۷	راه و روش درمان زنی که آلزایمر را شکست داد
۸۷	راهی برای بازیابی حافظه رو به زوال
۸۸	مشکلات حافظه (به ویژه کوتاه مدت)
۸۸	۳ راه و نسخه طبیعی که بیمار ۸۲ ساله مبتلا به آلزایمر را درمان کرد
۹۱	وقتی چرت زد! نشانه آلزایمر است!
۹۲	ماساژ سر و صورت راهی برای درمان بیماری آلزایمر
۹۲	ماساژ درمانی راهی برای بهبود بیماری آلزایمر
۹۴	می ترسید آلزایمر بگیرید! باش سونه جنگش بروید
۹۵	گریه
۹۵	علائم خطرناک و هشدار دهنده بیماری آلزایمر
۹۶	زیاد خوابیدن و ابتلا به آلزایمر
۹۷	رابطه زیاد خوابیدن و ابتلا به آلزایمر
۹۷	برای پیشگیری از آلزایمر به سونا بروید
۹۸	پیشگیری از زوال عقل با سونا
۹۹	آیا آلزایمر زودرس گرفته ام؟
۹۹	زوال عقل چیست؟
۱۰۰	چه چیزی طبیعی است؟
۱۰۰	چه زمانی باید نگران شوم؟
۱۰۰	یک طبیعی جدید بسازید
۱۰۳	تشخیص آلزایمر با آزمایش خون
۱۱۱	فهرست منابع

کتاب که پیش رو دارید نه تنها جهت آموزشی "آشنایی بابیماری الزایمر، پیشگیری و درمان این بیماری" تهیه شده بلکه به منظور ارتقا سطح آگاهی شما با خصوصیات این بیماری و اثرات دارویی و آموزش این طالب به جامعه تحت پوشش خود می باشد. همانطور که می دانید آموزش برنامه های بسلامت اولین و دراز مدت برای مراقبت های اولیه بهداشتی و یکی از وظائف اصلی خانواده ها می باشد. آموزش مطالب مورد نیاز جامعه تحت پوشش در زمینه های مختلف آموزشی، موجبات ارتقا سطح سلامت آنان در سطوح مختلف فراهم می آورد.

مطالب تهیه شده منحصر در حد سطح آشنایی، برای آشنایی با بابیماری الزایمر می باشد. وقتی شما مطالب این کتاب را مطالعه می کنید متوجه می شوید که در هر بخش شامل، معرفی، روش درمان آن مطلب بطور ساده و خلاصه می باشد. امید است مطالب تهیه شده مفید واقع شود.

دکتر امیر محمد باقی