

## Profilaktyka choroby Alzheimera tematem „Środy z Profilaktyką”



## **Profilaktyka choroby Alzheimera tematem „Środy z Profilaktyką”**

Data publikacji

22.09.2020 12:01

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

- Choroba Alzheimer 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 Alzheimer w mózgu dochodzi do odkładania się białka tau i płytek starczych, co doprowadza to do zmniejszenia ilości komórek nerwowych. Konsekwencją jest upośledzenie przekaźnictwa 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 Alzheimer. Dieta ta charakteryzuje się dużą ilością błonnika, antyoksydantów, wielonienasyconych kwasów tłuszczowych pochodzących od ryb, witamin, tłuszczu roślinnych oraz niską zawartością tłuszczu 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](#)