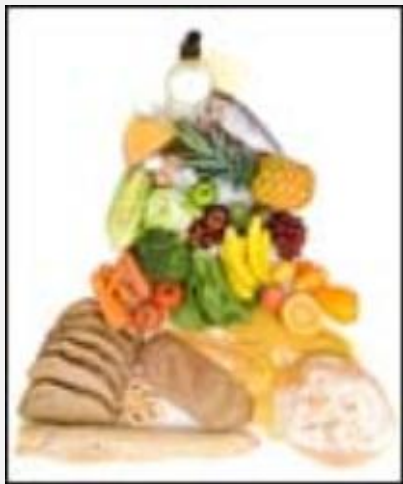


نقش مؤثر تغذیه سالم در پیشگیری از آلزایمر

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایران ؛ رئیس انجمن آلزایمر ایران گفت: شیوه زندگی و تغذیه سالم نقش مؤثری در پیشگیری از آلزایمر دارد.



سلامت نیوز : به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایران ؛ رئیس انجمن آلزایمر ایران گفت: شیوه زندگی و تغذیه سالم نقش مؤثری در پیشگیری از آلزایمر دارد.

اینگونه غذاها زمینه‌ساز بروز انواع بیماری‌ها از جمله بیماری‌های قلبی، عروقی و آلزایمر است. وی به سالمندان توصیه کرد در هفته دو بار از ماهی استفاده کنند و مصرف سبزی و میوه تازه را در وعده غذایی روزانه خود بگنجانند. رئیس انجمن آلزایمر ایران گفت: طبق آمار جهانی، بطور متوسط هفت تا هشت درصد جمعیت 65 سال به بالا به آلزایمر مبتلا می‌شوند که این آمار متأسفانه رو به افزایش است. صالحی با تأکید بر تشخیص بموقع بیماری آلزایمر افزود: هر يك سال که بیماری آلزایمر زودتر تشخیص داده شود، معلولیت‌های ناشی از آلزایمر را پنج سال به تأخیر می‌اندازد.