

راه های پیشگیری از آلزایمر



ترک سیگار
و دخانیات



مصرف روزانه
سبزیجات



مصرف روزانه
میوه جات



داشتن ارتباطات
اجتماعی



رعایت بهداشت
دهان و دندان



خواندن و
نوشتن



نوشیدن مایعات
به اندازه کافی



داروهایی که در حال حاضر برای
بیماری آلزایمر تجویز می شود، تنها
برای مدتی به کنترل علائم و سایر
مشکلات شناختی کمک می کنند.

اداره بهداشت و سلامت دانشگاه الزهراء



انجام دادن
بازی های فکری