

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

σελ. **xi**

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

σελ. **xiii**

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Ο γηρασμός του πληθυσμού

- ◇ Τύποι γηρασμού
- ◇ Αιτίες γηρασμού
- ◇ Αλλαγές που μας συμβαίνουν

σελ.

1

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 Μνήμη

- ◇ Χαρακτηριστικά
- ◇ Κατηγορίες

σελ.

8

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 Άνοια

- ◇ Ορισμός άνοιας
- ◇ Στατιστικά στοιχεία στην Ελλάδα και παγκοσμίως

σελ.

14

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Η νόσος Αλτσχάιμερ

- ◇ Επιδημιολογία
- ◇ Πρόγνωση
- ◇ Διάγνωση
- ◇ Πρόληψη
- ◇ Αντιμετώπιση

σελ.

18

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 Νόσος Αλτσχάιμερ

- ◇ Στάδια
- ◇ Εξέλιξη
- ◇ Διαταραχές

σελ.

25

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Μνήμη και νόσος Αλτσχάιμερ

σελ.

34

σελ.

37

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 Εκτελεστικές λειτουργίες και νόσος Αλτσχάιμερ

- ◇ Πώς επηρεάζεται η καθημερινότητα των ανοϊκών ασθενών;

σελ.

43

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 Γενικές συμβουλές προσβασιμότητας και μετρολογίας

- ◇ Γενικά στοιχεία μετρολογίας σε κτήριο κοινής διαβίωσης
- ◇ Μέτρα πρόληψης πιθανής πτώσης

σελ.

55

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9 Εργονομικό σπίτι-νέες τεχνολογίες

σελ.

62

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10 Οι βοηθοί-φροντιστές

σελ.

68

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1 Πώς μπορούμε να επικοινωνήσουμε με έναν ασθενή με νόσο Αλτσχάιμερ που βρίσκεται σε προχωρημένο στάδιο;

σελ.

82

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2 Προγράμματα-Δραστηριότητες νοητικής ενδυνάμωσης

σελ.

95

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3 Πρόγραμμα επανεκπαίδευσης πλυσίματος δοντιών

σελ.

97

ΕΠΙΛΟΓΟΣ