

૦૦૦

Alzheimer's ના થેગનુ સૌથી મેટુ જોખમ વધી ઉઠે છે. Alzheimer'sનો થેગ વધ્યાની શક્યત દરેક ૫.૫ વર્ષે ૫૫ વર્ષે ૫૫ થી ૮૫ વર્ષે ૫૫ થી ઉઠે સુધી વધી જાય છે. વસંતુત્ત્વે થી જોત ફક્ત ૧% - ૨% ૭૦ વર્ષે ૫૫ થી ઉઠ્યા વચ્ચે ત્તિને Alzheimer's નો થેગ છે, કોઈક અભ્યાસોમં લગભગ ૪૦% વચ્ચે ત્તિ જેની ઉઠે ૮૫ વર્ષે ૫૫ થી છે, તેને Alzheimer's નો થેગ હોય છે. તેછત જે ૮૫ વર્ષે ૫૫ થી આયુષ્ય કથત વધે જીવે છે, તેને Alzheimer's નો થેગ નથી. જેવી થીતેઆપણી ઉઠે વધે છે, આપણા શથીથને તેને પોતને સાથ કથવાની કષ્ટ પત્ત છી થી જાય છે. આ ખલાવ જુદાજુદા લોકોના મ્ગજમં જુદાજુદા દરે થય છે.

૦૦૦૦૦૦૦૦૦ ૦૦૦૦૦૦ ૦૦૦ ૦૦૦૦૦.

જો ત્તથ કુટુંબમં કોઈને Alzheimer's નો થેગ હોય તે તેને આ થેગ લાગવાનુ જોખમ વધે હોય છે. શોધકથ ત્તિ મને છે કે વંશાનુગતઅને Alzheimer's નો થેગ સંધતિ છે, પણ તેનક કી નહી.

**Apolipoprotein E-4 (ApoE) gene**

apoE gene ના ત્તિ થા જાતના જુદાજુદા પ્ત્ત્ત છે - apoE2, apoE3, and apoE4. અભ્યાસે ખતવત્તુ છે કે apoE4 ના gene નો પ્ત્ત્ત ઘણા લોકોમં વધે પડત Alzheimer's ના થેગના જોખમની સાથેસંકળાયેલ છે. દરેક વચ્ચે ત્તિને genesના ઠે સેટ હોય છે, મતપતિ ત્ત્ત્ત ળનેનો ક. ApoE4 ક apoE geneનો જુદો પ્ત્ત્ત છે. જો ક વચ્ચે ત્તિને apoE gene ની જોડી ક બેજાથી જુદી હોય તે તેની પાસે apoE4 ક જ હોય તે તેને Alzheimer's નો થેગ થ્યાનુ ત્તિ થા ગણુ વધે જોખમ છે. પણ જો તે apoE4 genesને લઈ જત હોય તે તેમુ જોખમ ૧૦ ગણુ વધે છે. તેછત લોકો જેને apoE4 genes ન હોય તે પણ તેને Alzheimer'sનો થેગ થય છે અને જે લોકોને ઠે apoE4 genes હોય તેને જૂથી નથી કે આ થેગ લાગે. તે હોવા છત જનમ્ત્તિ genes હોય તેને તેની મ્ગજAlzheimer's નો થેગ નથી થો. થેગ થ્યા મટે મ્ગજે કેટલાક કટોકટીભ્યા આ યુગમંથી પસાથ થુ પડશે.

શોધકથ ત્તિ સકથ થયે મ્પમં સામન્ય genes ના પુથવા શોધી થ્ત્ત્ત છે, જે કદાર Alzheimer's થેગના નમિત્તિ તળને.

૦૦૦૦૦૦૦૦ ૦૦૦૦૦.

આ કેટલાક સમ્યથી મ્ગજાણવામં આવતુ છે કે પ્ત્ત્ત ૨ (વચસ ક)નો મ્ગજનો વકિથ Alzheimer's ના થેગ થ્યાના જોખમનુ કથથ છે. આમ ગ્ત્ત્ત કથવામં આવતુ છે, કથથકે લોહીની નસ અને હદ્યનો વકિથ મ્ગજની સાથેજોડાયેલ છે જેને લીધે Alzheimer's ની બેમથીનુ પણ જોખમ છે. તેપણ જાણીતે વાત છે કે ગ્ત્ત્ત લુકોઝનો ઉપયોગ Alzheimer's નો થેગ થ્યેલા લોકોના મ્ગજને નુકશાન કથે છે, કેટલાક અંશે મ્ગજના વકિથવાળા લોકોના શથીથના પથસિ થતિને મ્ગતે. નવી શોધઆપણને ખતવે છે કે Alzheimer's નો થેગ મ્ગજને નુકશાન કદાર ક કથથે કથે છે કે મ્ગજ મ્ગજના વકિથની સ્તિ થતિની ક જાતહોય, તેછત ક સાધથથ સમ્યમં ક વચ્ચે ત્તિને મ્ગજનો વકિથ ન હોય. Alzheimer'sના થેગવાળા વચ્ચે ત્તિને મ્ગજમં મ્ગજાથ છે કે મ્ગજમં insulin નુ ઉત્તિ પાદન છુ થય, કોઈ પણ કથથને લીધેઅથ્યા મ્ગજના કોષો insulin ને અસંવેદનશીલ થય છે.

૦૦૦૦૦૦ ૦૦૦૦૦.

લગભગ ખધ નીરેના લક ઘણોવાળા વચ્ચે ત્તિને જેમની ઉઠે ૪૦ વર્ષે ૫૫ થી છે તેના મ્ગજના કોષો Alzheimer'sના થેગની સાથે ખલાય છે. Alzheimer'sનો થેગ લગભગ ૫૦ અથ્યા ૬૦ વર્ષે ૫૫ થી ઉઠ્યા વચ્ચે ત્તિને વકિસતિથય છે.

૦૦૦૦ ૦૦૦ ૦૦૦.

મ્ગજમં ઘજા ખાસ કથીને વાંધાથ સખતઆઘાત્ત્તિ થી ઘજા Alzheimer's ના થેગ થ્યાના જોખમભ્યા કથથો છે, જે પછી વકિસતિથય છે.

૦૦૦૦૦૦૦૦૦૦ ૦૦૦૦૦૦૦૦૦૦ ૦૦૦.

સ્તિ થીમં પૂરૂષો કથત Alzheimer's નો થેગ થ્યાનુ જોખમ વધે હોય છે. પૂરૂષો કથત સ્તિ થીમં ને Alzheimer's નો થેગ થ્યાની શક્યત ખથી છે. પૂરૂષોની ત્ત્તનામં તેવધે જીવે છે, તેકદાર અમ્ક અંશે કથથભુતહોય, કથથકે અમ્ક અંશે પૂરૂષ કથત સ્તિ થીને મ્ગજનો થેગ થ્યાનુ વલણ વધે છે, પણ કથથકે મેટા ભગે સ્તિ થીમં ને જ્જોનવિત્તિના સમ્ય પછી સ્તિ થીમં અંતસ્તિ થવાના કૃત્તિ થિ પદાથ્ત્તિ થો ઘટાડો થય છે. ઘણા વર્ષે ધો સુધી સ્તિ થીને જ્જોનવિત્તિના લક ઘણોથી છુટકથ પામ્યા મટે estrogen વાપથવાની સલાહ અપાય છે. તેજેત્ત્ત્તિ ક મેટા પાયા ઉપથ સ્તિ થીમં નો વૈદ્યકીય અભ્યાસ કથ્ત્તિ પછી જે કૃત્તિ થિ પદાથ્ત્તિ થખલવાની સલાહ આપી હતે, તેઉપચથ

પદ્ધતિ HRTને ઇલાજકારકતા કહેવાય હોવાથી તેને અસરકારક અને આડ અસરને સંભવિતજોખમકારક હતા. ગેર તેનથી પણ HRT ના વાપરવા પહેલાં તે ક પથરો શ કથત ચકિતિ સકની સલાહ લેવી.

Alzheimer's ના ઇલાજ.

Alzheimer's ના થેગનું કંઈ જોખમ હોવાથી તેને ક સ વસ થજીવનશૈલી જીવવા મદદ કરશે. ક સ વસ થજીવનશૈલીમાં સમવેશ છે - નથિગી ખોથક, સાધથા લોહીને દબાણ જાળવવું, સ્થિતિના કોષોનું સંતુલન હોવું, સામજીક પંથકમાં ભાગ લઈને અને મજાના કાર્યોમાં રૂચી થઈને ઉત્તેજીતકથીને. સમૂપ જોડકાનો અભ્યાસ કરીને(જુઓ ક જ genes વહેંચીને) તે જણાયું હોવાથી કંઈ ૬૦ ટકા જેટલું જોખમ કાચાંકકાંકAlzheimer's ના થેગની જીવનશૈલી ઉપર આધીત છે અને નહીં કે આનુવંશકિત.