



|  |    |
|--|----|
| แรงบันดาลใจในการเขียน                                      | 11 |
| คำแนะนำในการอ่านหนังสือเล่มนี้                             | 19 |
| แนะนำตัวละคร   | 21 |
| น้ำจุก: นางเอกผู้เป็นโรคอัลไซเมอร์ในปัจจุบัน               | 22 |
| คุณยาย: แม่นางเอกผู้เริ่มเป็นโรคอัลไซเมอร์คนแรกของครอบครัว | 31 |
| คุณแม่: พี่สาวนางเอกที่เป็นน้องใหม่ในวงการอัลไซเมอร์       | 34 |
| รู้จักเพื่อนใหม่ที่ชื่อ “อัลไซเมอร์ (Alzheimer)”           | 36 |
| การตรวจวินิจฉัย  | 42 |
| พัฒนาการของโรคอัลไซเมอร์                                   | 56 |
| ระยะที่ 1: ระยะไม่แสดงอาการ                                | 56 |
| ระยะที่ 2: ระยะเริ่มเปลี่ยนแปลง                            | 59 |
| ระยะที่ 3: ระยะเริ่มถดถอย                                  | 61 |
| ระยะที่ 4: ระยะถดถอยปานกลาง                                | 66 |
| ระยะที่ 5: ระยะถดถอยปานกลางถึงรุนแรง                       | 69 |
| เรื่องการหลงทิศทาง   | 71 |
| เรื่องวันและเวลา   | 80 |
| เรื่องการจินตนาการหรือภาพหลอน                              | 83 |

|  |     |
|--|-----|
| เรื่องการแต่งตัว                                       | 89  |
| เรื่องวัยกลับ/สืบสนเรื่องอายุ                          | 92  |
| เรื่องสุขอนามัยส่วนตัว                                 | 99  |
| ระยะที่ 6: ระยะถดถอยรุนแรง                             | 108 |
| ระยะที่ 7: ระยะถดถอยรุนแรงมากหรือระยะสุดท้าย           | 111 |
| รู้ได้อย่างไรว่ากำลังก้าวสู่โรคอัลไซเมอร์              | 118 |
| แบบทดสอบเบื้องต้นของผู้เขียน                           | 119 |
| โรคอัลไซเมอร์รักษาให้หายได้หรือไม่                     | 120 |
| ยาที่ใช้รักษาโรคอัลไซเมอร์ในปัจจุบัน                   | 122 |
| การเตรียมตัวเป็นผู้ดูแลในฐานะสมาชิกครอบครัว            | 126 |
| คุณสมบัติหลักและข้อควรปฏิบัติของผู้ดูแล                | 128 |
| กรณีตัวอย่างการดูแลด้านร่างกายและจิตใจในแบบของผู้เขียน | 134 |
| ข้อคำนึงในการดูแล การป้องกัน และการแก้ปัญหา            | 196 |
| บทสรุป   | 221 |
| อ้างอิง  | 224 |
| ประวัติผู้เขียน  | 226 |