



Επικοινωνία

για τη νόσο Alzheimer

3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ >> ΤΕΥΧΟΣ 170 >> ΕΤΟΣ 7ο >> ΙΟΥΝΙΟΣ 2004

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ΑΛΖΧΕΙΜΕΡ & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Αγαπητοί φίλες και φίλοι,

Μία ακόμη ακαδημαϊκή χρονιά πέρασε χωρίς να το καταλάβουμε. Με τη βοήθεια του Θεού πραγματοποιήθηκαν πολλές εκδηλώσεις που κάλυψαν μερικές μόνο από τις ανάγκες των ανθρώπων μας.

Για τους ασθενείς μας οι ωραιότερες εκδηλώσεις ήταν αυτές του Alzheimer Café, της Χριστουγεννιάτικης γιορτής με το θεατρικό έργο "Χριστούγεννα χωρίς Χριστό", την κοπή της Βασιλόπιτας στο Κυβερνείο (Παλάτι), τη γιορτή για το τσουγκρισμα του Αυγού μετά την Ανάσταση, και την εκδρομή στον Ιδιωτικό Ζωολογικό κήπο στην Άσυρο, από όπου οι περισσότεροι φύγαμε με μικρά κοτοπουλάκια στα χέρια! Οι ασκήσεις Μνήμης, Προσοχής και Λόγου, καθώς και η εικαστική θεραπεία τους βοήθησαν πολύ στην καθημερινή τους ζωή. Οι περιθάλποντες δήλωσαν ότι και φέτος η ζωή τους έγινε πιο εύκολη και ομαλή με την ομαδική και ατομική ψυχοθεραπεία και τα εκπαιδευτικά προγράμματα στο Χαρίσειο, στην Καλαμαριά, στη Σταυρούπολη και στη Θέρμη. Οι ηλικιωμένοι που παρακολούθησαν τις πάνω από 15 ομιλίες στα ΚΑΠΗ του Νομού Θεσσαλονίκης, νιώθουν πιο ενημερωμένοι για την Άνοια και ξέρουν που θα ζητήσουν βοήθεια όταν τη χρειαστούν. Η Γραμμή Βοήθειας λειτουργεί 24 ώρες το 24ωρο για όλους που έχουν ανάγκη.

Ευχόμαστε σε όλους,
εκπαιδευτές και
εκπαιδευόμενους,
της μεγάλης
οικογένειας της
Εταιρείας μας

Καλό
Καλοκαίρι



ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

24 ΩΡΕΣ ΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΜΕΣ ΗΜΕΡΕΣ

2310 909 000

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Αλεβιζόπουλος Γεώργιος (Αθήνα)
 Βαγενάς Βασίλειος (Θεσ/νίκη)
 Βασιλόπουλος Δημήτριος (Αθήνα)
 Βιολάκη Μερόπη (Αθήνα)
 Γεωργακάκης Γεώργιος (Χανιά)
 Δαβάκη Παναγιώτα (Αθήνα)
 Δέλγερης Νίκος (Πειραιάς)
 Ευκλειδή Αναστασία (Θεσ/νίκη)
 Θεοδωράκης Ιωάννης (Τρίκαλα)
 Ιεροδιακόνου Χαραλ. (Θεσ/νίκη)
 Καπινάς Κωνσταντίνος (Θεσ/νίκη)
 Καπρίνης Γεώργιος (Θεσ/νίκη)
 Καραγεωργίου Κλημεντίνη (Αθήνα)
 Κάζης Αριστείδης (Θεσ/νίκη)
 Μαΐλης Αντώνιος (Αθήνα)
 Μεντενόπουλος Γεώρ. (Θεσ/νίκη)
 Μούγιας Αθανάσιος (Αθήνα)
 Μπαλογιάννης Σταύρος (Θεσ/νίκη)
 Μυλωνάς Ιωάννης (Θεσ/νίκη)
 Οικονομίδης Δημήτριος (Θεσ/νίκη)
 Παπαναστασίου Ιωάννης (Αθήνα)
 Παπαπετρόπουλος Θεόδ. (Πάτρα)
 Παράσχος Ανδρέας (Θεσ/νίκη)
 Πετριόλης Γεώργιος (Αθήνα)
 Πήττας Ιωάννης (Θεσ/νίκη)
 Πλαϊτάκης Ανδρέας (Ηράκλειο)
 Ρουτσώνης Κορνήλιος (Θεσ/νίκη)
 Σιαμούλης Κωνσταντίνος (Θεσ/νίκη)
 Σάκκα Παρασκευή (Αθήνα)
 Σαμαρτζή Μαρία (Αθήνα)
 Σγουρόπουλος Παναγιώτης (Αθήνα)
 Σιτζόγλου Κώστας (Θεσ/νίκη)
 Τζίμος Ανδρέας (Θεσ/νίκη)
 Φιτσιώρης Ξενοφών (Θεσ/νίκη)
 Φόρτος Ανδρέας (Θεσ/νίκη)
 Φωτίου Φώτιος (Θεσ/νίκη)
 Χατζηαντωνίου Ιωάννης (Αθήνα)

Επιμέλεια:

Τσολάκη Μαγδαληνή
 Βαρσαμποπούλου Αναστασία

Το επίσημο επιστημονικό περιοδικό της εταιρίας για τη Νόσο Alzheimer και τις συναφείς διαταραχές είναι ο ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ.

Σελιδοποίηση - Φιλμ:

GΕΡΟΤΙΜΑΚΤΙ 2310/ 427.424

Εκτύπωση:

LITHOGRAMMA 2310/ 323.141

Στόχοι

της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών και του περιοδικού

Η Εταιρεία δημιουργήθηκε με στόχο:

1. Να προωθήσει την κατανόηση, την υποστήριξη καθώς και τη δράση όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση ή ενδιαφέρον που αφορά αυτή τη νόσο στα πλαίσια της ελληνικής επικράτειας.
2. Να εγκαταστήσει επαφή με άλλες όμοιες εταιρείες άλλων χωρών.
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Οίκων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς.
4. Να οργανώσει παραρτήματα της Εταιρείας σε ολόκληρη την Ελλάδα, ώστε τα οφέλη που θα προκύψουν από τις δραστηριότητες της να γίνουν κτήμα όλων των Ελλήνων.
5. Να ενθαρρύνει τη συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που θα απευθύνεται τόσο στους επαγγελματίες της υγείας όσο και σε εκείνους που δεν έχουν καμία σχέση με το χώρο αυτό.
6. Να βοηθήσει στη δημιουργία του κλίματος εκείνου, στην κοινωνία, που θα οδηγήσει στην όσο το δυνατόν μικρότερη περιθωριοποίηση των ασθενών και των οικογενειών τους, αλλά και στην πιο έγκαιρη αναζήτηση φροντίδας.
7. Να προωθήσει την επιστημονική έρευνα καθώς και την ταχεία εισαγωγή στη χώρα μας νέων θεραπευτικών μεθόδων.
8. Να οργανώσει παρεμβάσεις σε επίπεδο φορέων της Πολιτείας που διαμορφώνουν την οικονομική πολιτική και την πολιτική στο χώρο της υγείας.
9. Σκοπός της έκδοσης του περιοδικού είναι να απαντάει στα συνήθη ερωτήματα των συγγενών με Νόσο Alzheimer και Συναφείς Διαταραχές, να ανακοινώνει και να σχολιάζει τα καινούργια επιτεύγματα στο χώρο και ν' αποτελέσει μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας.
10. Υπάρχει τηλεφωνική γραμμή βοήθειας:
 - α) 2310 909 000 όλο το 24ωρο, (Μετά από καταγραφή όλων των γραπτών ή τηλεφωνικών επικοινωνιών αναφέρουμε ότι δεχθήκαμε από 1-1-2003, 450 κλήσεις για βοήθεια και ενημέρωση).
 - β) Γραμματεία & fax: 2310 925.802 ώρες 08:30-12:30.
11. Η σελίδα της Εταιρείας μας στο Internet:

www.alzheimer-hellas.gr



Οπτικοχωρική αντίληψη στη Νόσο Alzheimer

Γιούλτση Ευτέρπη, Ψυχολόγος



Στη νόσο Alzheimer εκτός από διαταραχές μνήμης, σκέψης, κρίσης και γνωστικών λειτουργιών παρατηρούνται σε ένα ποσοστό των ασθενών και οπτικοχωρικές διαταραχές. Ο όρος «οπτικοχωρικές διαταραχές» αναφέρεται σε προβλήματα ως προς την αντίληψη της σημασίας μιας εικόνας, τη διατήρηση της προσοχής πάνω σε οπτικά ερεθίσματα, την εκτίμηση της θέσης σημείων στο χώρο κ.α. και το χειρισμό νοερών αναπαραστάσεων, εικόνων που φτιάχνουμε στο μυαλό μας για να εκτελέσουμε καλύτερα ένα έργο. Ορισμένα από τα παραπάνω προβλήματα εκδηλώνονται στη νόσο Alzheimer, ωστόσο είναι ενθαρρυντικό το γεγονός ότι η ικανότητα αναγνώρισης αντικειμένων, προσώπων και εικόνων γενικά πλήττεται πιο αργά στη χρονική εξέλιξη της νόσου. Το στοιχείο αυτό είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για τη δημιουργία παρεμβάσεων που θα βελτιώνουν την ποιότητα ζωής ασθενών και των οικογενειών τους.

Γνωστική οπτικοχωρική παρέμβαση

Μια χρήσιμη οπτικοχωρική παρέμβαση μπορεί να γίνει με την εκμάθηση γνωστικών στρατηγικών για τη σύνδεση ονομάτων με πρόσωπα. Τέτοιες παρεμβάσεις, όπως έδειξαν σχετικές έρευνες, έχουν θετικά αποτελέσματα στο βαθμό ανάκλησης ονομάτων από φωτογραφίες προσώπων ενώ τα αποτελέσματα αυτά διατηρούνται ακόμη και έξι μήνες μετά από την εξάσκηση στο συγκεκριμένο έργο.

Ενίσχυση της συναισθηματικής βαρύτητας των ερεθισμάτων

Η προσπάθεια ενίσχυσης της συναισθηματικής βαρύτητας ερεθισμάτων του περιβάλλοντος βασίζεται στη διαπίστωση ότι οι συναισθηματικές λειτουργίες διατηρούνται σε καλό επίπεδο στα πρώτα στάδια της νόσου συγκριτικά με τις γνωστικές λειτουργίες που παρουσιάζουν σημαντική πτώση. Για παράδειγμα, οι οικογένειες ασθενών με Alzheimer μπορούν να ξεχωρίσουν φωτογραφίες εκφραστικές, που αναπαριστούν οικεία αγαπημένα πρόσωπα ή μέρη.

Στο σημείο αυτό ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται στην επαναφορά του ασθενή, μετά την εκδήλωση των έντονων αυτών συναισθημάτων, στην πραγματική κατάστασή του, μέσω διαδικασιών εκλογίκευσης ή διαλόγου προκειμένου να μην αισθάνεται δυστυχής για όσα είχε στο παρελθόν και δεν έχει πια και να συμφιλιωθεί με την ύπαρξη της νόσου.

Μικρά απλά δώρα

Η ιδέα ανήκει σε μια νοσηλεύτρια από τις ΗΠΑ η οποία δώρισε στη μητέρα της που έπασχε από τη νόσο του Alzheimer ένα κόσμημα το οποίο είχε αιχμηρές άκρες. Παρότι εκείνη εκτίμησε το δώρο, της ήταν δύσκολο να το αγγίξει και να το περιεργαστεί με ασφάλεια χωρίς να πληγώσει τα χέρια της. Από τότε η νοσηλεύτρια άρχισε να σκέφτεται τι είδους δώρα θα ήταν χρήσιμα για ανθρώπους με νόσο Alzheimer. Τι είδους δώρα θα τους ευχαριστούσαν και δεν θα τους έκαναν να νιώθουν άβολα. Με τον τρόπο αυτό ξεκίνησε το πρόγραμμα «απλά

δώρα» από αμερικανικές κοινωνικές υπηρεσίες. Τα δώρα αυτά μπορούν να είναι μαλακές μπάλες, χνουδωτά κουβάρια, μαγνητάκια για το ψυγείο όπου μπορούν να κολλούν σημειώματα, ξύλινοι κύβοι ευχάριστοι στην αφή, χρωματιστά κομπολόγια, χρωματιστά χαρτόνια, χρωματιστά υφάσματα, ξύλινα ή χάρτινα κουτιά.

Τα δώρα αυτά μπορεί ένας ασθενής να τα αντιληφθεί είτε με την όραση είτε με την αφή, δεν είναι επικίνδυνα, είναι ευχάριστα στην αίσθηση, δίνουν τη δυνατότητα της επικοινωνίας, ηρεμούν και καλμάρουν και περιορίζουν τη σύγχυση που μπορεί να νιώθει ένας ασθενής επειδή δεν μπορεί να επικοινωνήσει με το περιβάλλον του.

Επαφή με μικρά παιδιά

Οι έρευνες έχουν δείξει πόσο θετικά είναι τα αποτελέσματα της επαφής ασθενών ηλικιωμένων με παιδιά. Σύμφωνα με τις έρευνες αυτές η παρουσία των παιδιών μπορεί να αλλάξει εντελώς τη διάθεση των ηλικιωμένων που νιώθουν να χάνουν τη μνήμη τους.

Από την πλευρά τους τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να βιώσουν την αγάπη των ηλικιωμένων.

Μικροπράγματα μέσα στο σπίτι

Θετική επίδραση ως προς τη μείωση του αισθήματος της σύγχυσης των ασθενών με νόσο Alzheimer μπορεί να έχουν δράσεις, όπως η τοποθέτηση παλαιών αντικειμένων που φέρνουν αναμνήσεις (μία παλιά κορνίζα, ένα παλιό ραδιόφωνο, μια παλιά τσαγιέρα, ένα παλιό κηροπήγιο), ή η επαφή με τη φύση, στο πλαίσιο ενός ασφαλούς περιβάλλοντος όπου δεν υπάρχει δυνατότητα απώλειας προσανατολισμού (επίσκεψη στο πατρικό σπίτι στην εξοχή όπου θα υπάρχει ένα παλιό αυτοκίνητο, μια παλιά βρύση, αντικείμενα από την αγροτική ζωή).

Όλα τα παραπάνω δίνουν τη δυνατότητα αξιοποίησης ορισμένων οπτικοχωρικών λειτουργιών που παραμένουν ενεργές στη νόσο του Alzheimer προκειμένου οι ασθενείς να επικοινωνούν καλύτερα με το περιβάλλον τους, να έρχονται σε επαφή με το προσωπικό τους παρελθόν, να βιώνουν αισθήματα ικανοποίησης από όσα έζησαν, να ζουν καλύτερα. #



Δωρεά εγκεφάλου

Βασιλειάδης Γιώργος Ειδ. Νευρολόγος

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΥΝΑΝΘΡΩΠΟ ΠΡΟΟΔΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΗΜΗ

Τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει σημαντικές προσπάθειες στον τομέα των ανοιών και της αντιμετώπισής τους. Αρκετά έχουν αποκαλυφθεί σε ό,τι αφορά την παθογένεια, ενώ εξίσου σημαντικά βήματα έχουν πραγματοποιηθεί σε σχέση με την θεραπεία. Παρ' όλες τις προόδους όμως η οριστική διάγνωση του τύπου της άνοιας γίνεται παθολογοανατομικά, γεγονός που ανάγει την ιστολογική εξέταση του εγκεφάλου σε αναγκαία πράξη.

Μια πράξη, η οποία λόγω της φύσης του εγκεφάλου ως όργανου, μπορεί να γίνει μόνο μετά θάνατο, σε νεκροτομικό παρασκεύασμα. Και κάτι τέτοιο ίσως στον απλό νου φαντάζει ως πράξη χωρίς νόημα αφού η νόσος που θα διαγνωστεί έχει ήδη συντελέσει το μοιραίο.

Ποιος ο λόγος να διαγνώσω με βεβαιότητα μία νόσο η οποία έχει προκαλέσει ήδη το θάνατο; Ποιο το όφελος για μία τέτοια προσπάθεια; Λογικά επιχειρήματα με μια πρώτη ματιά, που όμως - ευτυχώς για εμάς σήμερα - δεν εμπόδισαν επιστήμονες όπως τον ίδιο τον Alois Alzheimer να ψάξουν, να μάθουν και να μας αφήσουν ως σημαντική παρακαταθήκη αυτά που γνωρίζουμε για την ομώνυμο νόσο!

Γιατί είναι σίγουρο ότι αρκετές από τις σημερινές μας επιτυχίες στον τομέα της διάγνωσης και της αντιμετώπισης είναι προϊόντα παθολογοανατομικών μελετών πολλών χρόνων. Είναι προσφορά συνανθρώπων μας που έζησαν πριν από μας, που εργάστηκαν με αυταπάρνηση, που χάρισαν στην επιστήμη αλλά και στην ανθρωπότητα. Τίποτα όμως δε θα μπορούσε από τα παραπάνω να γίνει πράξη αν κάποιοι απλοί, καθημερινοί άνθρωποι, άνθρωποι που νόσησαν, δεν προσέφεραν το προς εξέταση αντικείμενο - τον εγκέφαλό τους. Μια πράξη που κατά πολλούς θα χαρακτηριζόταν ως μακάβρια μέσα στα στενά πλαίσια της ατομικότητας.

Αν όμως την ανάγουμε στο επίπεδο της

ανθρωπότητας επεκτείνοντάς την στο χρόνο, τότε μπορούμε να δούμε και να αναγνωρίσουμε τη σημαντικότητά της. Τότε είμαστε σε θέση να κατανοήσουμε το όφελος και τη σπουδαιότητα για τον «Άνθρωπο», όχι τον εαυτό μας μόνο, αλλά και τον διπλανό μας και τον «επόμενο»

μας. Μια κίνηση προσφοράς που δεν περιορίζεται από τα στενά πλαίσια του χρόνου, αλλά εκτείνεται στο διηνεκές, ες αιεί.

Ο δρόμος που έχουμε μπροστά μας να διανύσουμε είναι μακρύς και πολλά ακόμη μένουν για να μάθουμε και ακόμη περισσότερα αυτά που θα μπορούσαμε να προσφέρουμε στην αντιμετώπιση της άνοιας.

Παραμένει επομένως η ανάγκη για προσφορά. Προσφορά σε όλα τα επίπεδα και από όλους μας, όπως ανάγκη και για δωρεά εγκεφάλων.

Ας την αναγνωρίσουμε ως πράξη προσφοράς προς τον συνάνθρωπο, ίσως όχι τόσο άμεση όσο η δωρεά οργάνων, αλλά με σημαντικές θετικές επιπτώσεις στην αντιμετώπιση της άνοιας. Ας επιτρέψουμε στον εαυτό μας να σκεφτεί πόσα χρωστάμε σε προηγούμενες γενιές συνανθρώπων μας και ας μεταλαμπαδεύσουμε αυτήν την προσπάθεια με απώτερο σκοπό να δωρίσουμε καλύτερες συνθήκες διαβίωσης στις γενιές που έπονται.

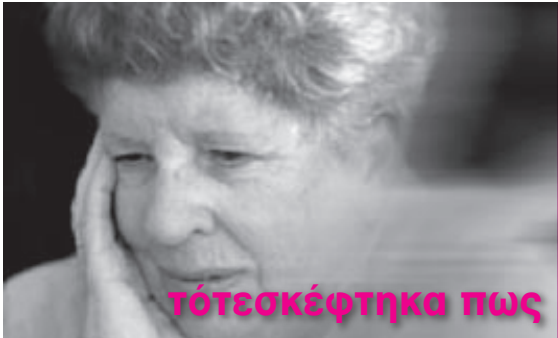
Είναι σημαντική ευκαιρία να συμβάλλουμε στο κτίσιμο ενός καλύτερου κόσμου! #





η στήλη του Περιθάλπουντα 05

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ



ΤΟΤΕ ΣΚΕΦΤΗΚΑ ΠΩΣ

ο Γιώργος φεύγει...

Είχα πάντα μια κρυφή ελπίδα, πως ο Γιώργος δε θα έμενε στο κρεβάτι, διότι ήταν γυμνασμένος και επί πλέον είχε καλή γενικά υγεία μέσα στη πορεία της ανοιξιάς του. Δυστυχώς όμως παλέψαμε τρεις μήνες με τον πυρετό. Ατελείωτες εκείνες οι μέρες και οι νύχτες, ν' ανεβαίνει ο πυρετός, να έρχονται οι σπασμοί κι εγώ να προσπαθώ να τους σταματήσω! Όταν ξημέρωνε καινούρια ελπίδα γεννιόταν με το φως της μέρας δίνοντας μου καινούρια δύναμη και πίστη για να συνεχίσω τον αγώνα... η υγεία του χειροτέρευε, δεν ήταν δυνατόν να μείνει στο σπίτι. Η αναπνοή του γινόταν πιο δύσκολη, έτσι αποφάσισα να τον μεταφέρω στο νοσοκομείο Άγιος Παύλος.

Τη Πρωτομαγιά μπαίνει επειγόντως στην εντατική όπου μένει δεκατρείς μέρες. Οι γιατροί κάνουν αγώνα για να τον σώσουν. Μένει άλλη μια βδομάδα στην παθολογική και μετά αφού υπογράφω επιστρέφουμε στο σπίτι. Στο διάστημα των τριάντα ημερών που μείναμε στο νοσοκομείο τα γεγονότα εναλλασσόταν απρόοπτα, δυσάρεστα και κάποιες φορές έπρεπε να πάρω αποφάσεις γρήγορες. Υπήρχε μια συνεχής διαδοχή της ελπίδας στην απογοήτευση, της πίστης στην απελπισία και το φόβο! Σπουδαία και μεγάλα θέματα προέκυπταν που έπρεπε να απαντηθούν γρήγορα, άμεσα! Δύσκολο να τα διαχειριστώ, έτσι αποφάσισα να τα αφήσω στα χέρια του Θεού! Λύσεις, απαντήσεις διάφορες από παντού, όμως Εκείνος έβαζε τη σφραγίδα Του, το δαισθανόμουν, το έβλεπα και αυτό μου έδινε κουράγιο να συνεχίσω τις προσπάθειές μου. Εκτός από τη συμπαράσταση των συγγενών, φίλων, είχα δίπλα μου Εκείνον! Ήταν Παρών στη παθολογική, στις προσπάθειες των γιατρών και των νοσηλευτριών, ήταν Εκείνος όταν στην Εντατική με ρώτησε ο γιατρός εάν θα μπορούσε να προχωρήσει κι εγώ του απάντησα βλέποντας το γαλήνιο βλέμμα του: «σας έχω εμπιστοσύνη γιατρέ κάντε ότι σας φωτίζει ο Θεός!» Αργότερα όταν πάλευε για τη ζωή του ο Γιώργος στην εντατική και μου ανακοίνωσαν οι γιατροί ότι το 'τέλος' ίσως ήταν πολύ κοντά, προέκυπτε ένα ακόμα μεγάλο θέμα, όπως αυτό της δωρεάς του εγκεφάλου. Ήταν κάτι που το σκεφτόμουν από καιρό, ένα μεγάλο δίλημμα! Έπρεπε να συμφωνήσουμε όλοι στην οικογένεια, όπως και έγινε! Μετά από συζήτηση πολύ, αποφασίσαμε ότι έπρεπε να βοηθήσουμε τους επιστήμονες να προχωρήσουν στο έργο

τους. Η σκέψη που κυριάρχησε είναι ότι αυτή η προσφορά θα είναι ένα ελάχιστο ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ για όλη αυτή τη σημαντική παρουσία που έχει η επιστήμη στη ζωή μας! Έμενε όμως ένα μικρό αγκαθάκι να με ενοχλεί σε αυτή την απόφαση, ήταν η απορία μου για τη θέση που έχει η θρησκεία για αυτή τη διαδικασία. Η απάντηση ήρθε ένα βράδυ ξενυχτώντας δίπλα στο Γιώργο, διάβαζα την Αγία Γραφή. Εκεί στην Α' προς Κορινθίους επιστολή του Αποστόλου Παύλου κεφ.Ε εδάφιο 50 λέει: «με αυτό δε που σας λέγω αδελφοί, εννοώ ότι η σάρκα και το αίμα, το σαρκικόν δηλαδή και φθαρτόν σώμα μας, δεν ημπορεί όπως είναισήμερα να κληρονομήσει αφθαρσίαν», και παρακάτω στο εδάφιο 52 λέει: «όσοι δε τότε ζώμεν θα υποστώμεν αμέσως ριζικήν αλλαγήν, διότι πρέπει αυτό το φθαρτό σώμα να ενδυθεί αφθαρσίαν και το θνητό τούτο σώμα να ενδυθεί αθανασίαν» και τελειώνει στο εδάφιο 58 «ώστε αδελφοί μου αγαπητοί στηριχθείτε γερά εις την μεγάλην αυτήν αλήθειαν περί της βεβαίας αναστάσεώς μας». Με τη βοήθεια του Θεού η πορεία της υγείας του Γιώργου έχει σταθεροποιηθεί, δύσκολα μεν στο κρεβάτι, παρηγορητικά δε γιατί τον έχουμε ακόμα κοντά μας!

Νιώθω την ανάγκη να ευχαριστήσω όλους τους γιατρούς στο νοσοκομείο Άγιος Παύλος για τις αποτελεσματικές προσπάθειές τους, το νοσηλευτικό προσωπικό, τους συγγενείς, τους φίλους και τα μέλη της εταιρείας που όλοι με διαφορετικό τρόπο έδειξαν και δείχνουν το ενδιαφέρον και την αγάπη τους σε αυτές τις δύσκολες στιγμές! #

Γλυκερία Τσαπικίδου

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

24 ΩΡΕΣ ΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΜΕΣ ΗΜΕΡΕΣ

2310 909 000



ΤΟ ΑΛΦΑΒΗΤΑΡΙ ΤΗΣ ALZHEIMER

Γραμμένο με βάση τα προσωπικά βιώματα του Φυσικοθεραπευτή Σάκη Παπάντσιου

ΑΝΑΠΝΟΗ Το άλφα κεφαλαίο της προσπάθειας μας. Γνωρίζουμε πως το οξυγόνο είναι από τα βασικότερα στοιχεία που χρειάζεται ο εγκέφαλος του ανθρώπου για να λειτουργεί φυσιολογικά, γι' αυτό προσέχουμε ιδιαίτερα την ομαλή λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος, με αύξηση των αναπνευστικών όγκων και τον καθαρισμό του ανάλογα με την κατάσταση του. Στα τελικά στάδια της νόσου όπου ο ασθενής δεν είναι σε θέση να συνεργαστεί ικανοποιητικά εφαρμόζουμε και παθητικές αναπνευστικές ασκήσεις. Κάθε ανάσα "ισοδυναμεί" και με μια σφαίρα, όταν είναι καλή πετυχαίνουμε κάτι και βέβαια χωρίς πυρομαχικά ή με άχρηστα θα χάσουμε όχι μόνο τη μάχη αλλά και τον πόλεμο ενάντια στη νόσο.

ΒΑΡΟΣ Πολύ σημαντικός παράγοντας που ελέγχεται με δυσκολία από τον ασθενή, δεδομένης της ηλικίας του. Η εκπαίδευση του ασθενή στον έλεγχο του παράγοντα αυτού και της κατάλληλης χρήσης του για την εκτέλεση φυσιολογικών κινήσεων πρέπει να γίνεται από την αρχή. Η έννοια βάρους σαν αριθμός κιλών μας απασχολεί επίσης όταν ο αριθμός αυτός είναι εκτός των φυσιολογικών ορίων. Ο υπέρβαρος κινητοποιείται δυσκολότερα και απαιτείται συχνά η χρήση βοηθημάτων και ειδικής αγωγής όμως και ο λιπόσαρκος, που τον συναντάμε κυρίως στα τελικά στάδια χρειάζεται ειδική αγωγή κινητοποίησης.

ΓΛΥΚΟΖΗ Είναι ουσία που τη λαμβάνουμε με τις τροφές και έχει μία μοναδική ικανότητα να περνά τον «αιματοεγκεφαλικό φραγμό», την πύλη ελέγχου των ουσιών που πηγαίνουν προς τον εγκέφαλο. Την πολύτιμη αξία της την καταλαβαίνουμε αν αναλογιστούμε πως η γλυκόζη αποτελεί το κύριο «καύσιμο» του εγκεφάλου. Χωρίς καύσιμα καμία απολύτως μηχανή δεν μπορεί να λειτουργήσει, πολύ περισσότερο μια τόσο πολύπλοκη και πολυσύνθετη. Είναι η κύρια πηγή ενέργειας του εγκεφάλου, για τον ίδιο τον εγκέφαλο και επομένως πρέπει να την παρέχουμε έστω και παθητικά στις πιο δύσκολες καταστάσεις.

ΔΥΝΑΜΗ Παράγοντας αναγκαίος για την εκτέλεση οποιασδήποτε κίνησης. Το δικό μας ζητούμενο είναι ο ασθενής να μπορεί να την ελέγχει και να κινείται αυτόνομα, παρά το γεγονός πως την πάροδο της ηλικίας ακολουθεί ανάλογη πτώση του νευρομυϊκού συστήματος. Η υποκατάσταση των χαμένων δυνάμεων με βοηθήματα ή με τις δικές μας δυνάμεις πρέπει να γίνεται πολύ προσεκτικά και μόνο όταν κρίνεται αναγκαία. Προσοχή στους φροντιστές που πολύ συχνά είτε λόγω βιασύνης είτε λόγω ψυχολογικής κόπωσης οδηγούνται στο σημείο να κουβαλούν τον

ασθενή «σαν αρσιβαρίστες» προκειμένου να τον μετακινήσουν σε κάποια νέα θέση. Κάνουν κακό και στον ασθενή αλλά και στους ίδιους.

ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ Ο ακρογωνιαίος λίθος στην δημιουργία και στήριξη μιας υγιούς σχέσης. Χτίζεται δύσκολα και καταστρέφεται εύκολα γι' αυτό πρέπει να είμαστε σε συνεχή εγρήγορση. Η δυσκολία για την απόκτηση της αυξάνεται καθώς ερχόμαστε να ταράξουμε την ησυχία του ασθενή και να του επιβάλλουμε νέο τρόπο ζωής πιο επίπονο όπου μόνος του θα πρέπει να ικανοποιεί τις ανάγκες του. Ακόμη πιο δύσκολη γίνεται η κατάσταση στα τελικά στάδια όπου η λεκτική επαφή δεν υφίσταται και κάθε δραστηριότητα μας προκαλεί έντονο φόβο και έντονο σφίξιμο γι' αυτό πρέπει να εξηγήσουμε με τον πιο κατανοητό τρόπο τις δραστηριότητες που θέλουμε να εφαρμόσουμε μαζί με τον ασθενή.

ΖΑΦΗ Αίσθημα φοβερά ενοχλητικό και ανασταλτικό για την εκτέλεση μιας δραστηριότητας. Προσέχουμε ιδιαίτερα τους χειρισμούς μας δεδομένου και του κινδύνου της πτώσης με τις όποιες συνέπειες της άμεσα στον ασθενή και έμμεσα στην σχέση μας με αυτόν. Αναζητούμε το αίτιο της και προσπαθούμε να το αντιμετωπίσουμε σε συνεργασία με την υπόλοιπη ομάδα. Η ορθοστατική υπόταση κυρίως σε ασθενείς που είναι κληήρεις μεγάλο μέρος της ημέρας, η έντονη ζέστη κυρίως τους θερινούς μήνες αλλά και η υπερπροσπάθεια είναι παράγοντες που προκαλούν αίσθημα ζάλης, γι' αυτό τόσο στη φάση της προετοιμασίας όσο και στη φάση της ανάπαυσης φροντίζουμε να έρχεται ο ασθενής σε επαφή με τον καθαρό αέρα και το ήσυχο περιβάλλον.

ΗΣΥΧΙΑ Παράγοντας αναγκαίος για συνύπαρξη και άλλων παραγόντων όπως η χαλάρωση, η συγκέντρωση αλλά και ικανότητα ακοής όπου αυτή είναι μειωμένη. Όταν του μιλάμε ταυτόχρονα πολλοί ή από πολλές κατευθύνσεις ή ακόμη εκπέμπει η τηλεόραση ή το ραδιόφωνο προκαλούμε στον ασθενή φοβερή σύγχυση και σαφώς αδυναμία εκτέλεσης άσκησης, σύγχυση που οδηγεί στην πλήρη απραξία κυρίως στα τελικά στάδια της νόσου. Ακόμη και το «σσσσς...» με το οποίο ζητάμε την ησυχία είναι ερέθισμα αποτρεπτικό. Η ησυχία χρειάζεται και κατά την φάση χαλάρωσης ώστε να μπορέσει να επεξεργαστεί στο μέτρο του δυνατού τα στοιχεία που έλαβε κατά την άσκηση.

ΘΕΛΩ Μία έννοια αρκετά παρεξηγημένη. Πιστεύουμε πως ο άνθρωπος μας την έχασε μαζί με την μνήμη του και κοπιάζουμε μάταια να του επιβάλλουμε τα δικά μας «θέλω» με τον τρόπο που



ΑΒΓΔΕΖΗΘΙΚΑΜΝΞ
Α Ε Ζ Η Θ Ι Κ Λ Μ Ν Ξ
Ο Π Ρ Σ Τ Υ Φ Χ Ψ Ω

ΤΟ ΑΛΦΑΒΗΤΑΡΙ ΤΗΣ ALZHEIMER 07

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

εμείς θέλουμε. Η ανταπόκριση του γίνεται καλύτερη όταν του ζητάμε κάτι αλλά με τρόπο ευκολονόητο και ευγενικό. Πάντα αρχίζουμε την πρόταση μας με τη φράση «θέλεις να ...» και καταλήγουμε με το όνομα που πάντα τον καλούσαμε έστω και το υποκοριστικό του. Χρησιμοποιούμε πληθυντικό στα ρήματα με τα οποία του απευθυνόμαστε (θέλεις να σηκωθούμε... όχι θέλεις να σηκωθείς) και αν δεν καταλαβαίνει του κάνουμε επίδειξη εμείς αλλά προσοχή λειτουργούμε σαν είδωλα του εαυτού του δηλαδή οι έννοιες δεξιά και αριστερά αλλάζουν ανάλογα.

ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ Γνωρίζουμε πως οι ικανότητες μας αναπτύσσονται με την προσπάθεια και την επανάληψη, όπως και το ότι μειώνονται με το πέρασμα του χρόνου. Στους ασθενείς μας, οι ικανότητες του εγκεφάλου περιορίζονται συνεχώς και καταλήγουν στην πλήρη απραξία, γι αυτό πρέπει να εκμεταλλευόμαστε τις υπάρχουσες στο μέγιστο δυνατό βαθμό, για να τις διατηρήσουμε περισσότερο καιρό. Πρέπει λοιπόν να μην αντικαθιστούμε τη δράση του ασθενή με δική μας, έστω κι αν είναι λανθασμένη, αλλά να την «συνοδηγούμε» προς την σωστή κατεύθυνση, δηλαδή μην ξυρίζετε τον ασθενή αλλά βοηθήστε τον να ξυριστεί, μην τον σηκώνετε αλλά βοηθήστε τον να το κάνει.

ΚΙΝΗΤΡΟ Η ισχυρότερη ορμή που κινεί σχεδόν τα πάντα, το μυαλό, το σώμα, την ψυχή. Η σωστή χρήση του επιβάλλεται για να πετύχουμε το αποτέλεσμα που θέλουμε με το μικρότερο κόστος χρόνου και ενέργειας. Τι κίνητρο θα προσαρμόζεται ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες, δηλαδή χώρο, χρόνο, διάθεση, στόχο, δυνατότητες, συνεργασία και απόδοση του κινήτρου. Ως προς την απόδοση, πρέπει να χρησιμοποιούμε και το «αντικίνητρο», για να αποτρέψουμε λανθασμένη πορεία δράσης ή λανθασμένο τελικό αποτέλεσμα. Το κίνητρο προσπαθούμε να είναι απλό και κατανοητό και πάντα εξειδικευμένο, αλλά προσέχουμε παράλληλα την χρήση ή κατάχρηση του, γιατί θα φέρει αντίθετο αποτέλεσμα, δηλαδή απραξία μαζί με όλα τα επακόλουθα της.

ΠΟΙΜΩΞΗ Ένας από τους μεγαλύτερους μας φόβους, που πολύ συχνά συναντούμε μπροστά μας. Έχουμε ασθενείς που παλεύουν με μια νόσο η οποία τους χτυπά στα αδύνατα σημεία τους στο κέντρο ελέγχου και οργάνωσης και κάθε άλλη ασθένεια τους αποδιοργανώνει και τους αφήνει έρμαιο στα «χέρια» της νόσου ALZHEIMER. Η ουρολοίμωξη που είναι πολύ συχνά εμφανιζόμενη, προκαλεί ενοχλήσεις που μεταφράζονται σαν πόνος και συμβάλλουν στο μπλοκάρισμα των δράσεων του ασθενούς, ιδιαίτερα σε φάσεις που χρησιμοποιεί καθέτηρα ή πάμπερ. Ακόμη πιο σοβαρή είναι η λοίμωξη του αναπνευστικού όπου πλήττεται το κέντρο της τόσο αναγκαίας και

σημαντικής αναπνοής με τελική κατάληξη τον πλήρη αποσυντονισμό και κατάρρευση του ασθενή.

ΜΗΝΥΜΑΤΑ Η επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων πολλές φορές γίνεται χωρίς τη χρήση της ομιλίας αλλά με τη μορφή των μηνυμάτων. Πρέπει να είμαστε καλοί δέκτες αυτών για να μπορούμε να τα επεξεργαστούμε και να τα αποκωδικοποιήσουμε και να βοηθήσουμε τον ασθενή μας. Η οπτική επαφή μας βοηθά να καταλάβουμε τη διάθεση του, η άρνηση του να εκτελέσει μια δράση μας δείχνει πως κάτι συμβαίνει πιθανόν από τα ακόλουθα: φοβάμαι, πονώ, ζαλιζομαι, κουράστικα, δεν καταλαβαίνω, διψώ, πεινώ, είμαι λερωμένος, ή δεν θέλω. Τα δικά μας μηνύματα πρέπει να είναι πάντα ανάλογα με αυτά που δεχόμαστε να είναι σύντομα, απλά, κατανοητά από τον ασθενή και ποτέ προσταγές. Μπορούμε να δείξουμε πρώτα εμείς τη δράση προσέχοντας να λειτουργούμε σαν καθρέπτης για τον ασθενή, να του χαμογελάμε έστω και αν ζορίζεται στην εκτέλεση, να του δείξουμε πως συμπάσχουμε και συμμετέχουμε στη ζωή του ενεργά όπως και αν είναι αυτή.

ΝΕΥΡΩΝΑΣ Ένα κύτταρο όπως και όλα τα άλλα του ανθρώπινου οργανισμού αλλά με κάποιες ιδιαιτερότητες όπως η αδυναμία ανάπλασης ή αντικατάστασης του και η προσβολή των συνδέσεων του στην νόσο Alzheimer. Οι νευρώνες επικοινωνούν μεταξύ τους με τους νευροδιαβιβαστές, ουσίες των οποίων η ποσότητα και η ποιότητα διαταράσσονται και το αποτέλεσμα είναι να προσπαθεί ο ασθενής να εκτελέσει κάτι και να του προκύπτει κάτι άλλο ή να μην γίνεται τίποτα. Λόγω των παραπάνω πρέπει να διατηρούμε τους υπάρχοντες νευρώνες στην βέλτιστη κατάσταση τους, εφαρμόζοντας προγράμματα ασκήσεων ιδιοδέκτρειας νευρομυϊκής διευκόλυνσης και νευροφυσιολογικής ανάπτυξης σε συνδυασμό με αναπνευστικές ασκήσεις για να διατηρήσουμε τις συνδέσεις μεταξύ των υπαρχόντων.

ΞΕΚΟΥΡΑΣΗ Μετά από κάθε προσπάθεια μικρή ή μεγαλύτερη επιβάλλεται να υπάρχει αρκετός χρόνος ξεκούρασης για δύο κυρίως λόγους: χαλάρωση του σώματος και χρόνος αναγκαίος να επεξεργαστεί ο εγκέφαλος με τις «περιορισμένες δυνατότητες» τα στοιχεία που έχει λάβει. Η ελλιπής πληροφόρηση που θεωρεί πως έχει για κάθε ένα από τα εκατομμύρια στοιχεία του περιβάλλοντος του, τον οδηγούν σε αδιάκοπο σφίξιμο όλου του σώματος ταυτόχρονα και σε πλήρη εξάντληση των δυνάμεων του σε λίγο χρόνο. Η επανάληψη των ίδιων κατά το δυνατό προγραμμάτων τον βοηθά να νιώθει πιο οικείο το περιβάλλον και να είναι πιο χαλαρός ενώ ο εγκέφαλος του λόγω της επανάληψης των ερεθισμάτων που δέχεται τα επεξεργάζεται καλύτερα και σε μικρότερο διάστημα.

>> Η συνέχεια στο επόμενο τεύχος

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

24 ΩΡΕΣ ΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΜΕΣ ΗΜΕΡΕΣ

2310 909 000



Η χρήση της Μεμαντίνης σε ήπια έως μέτρια νόσο Alzheimer

Η υπερδιέγερση των υποδοχέων N-μεθυλ-D-ασπαρτικού (NMDA) από γλουταμινικό, ενέχεται στην παθογένεια των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων. Με αυτό το σκεπτικό ερευνήθηκε η χρήση της μεμαντίνης στην ήπια έως μέτρια νόσο Alzheimer και τα αποτελέσματά της παρουσιάστηκαν πρόσφατα στο Παγκόσμιο Γηριατρικό συνέδριο.

Πρόκειται για μια μελέτη στην οποία συμμετείχαν ασθενείς με ήπια έως μέτρια νόσο Alzheimer οι οποίοι τυχαιοποιήθηκαν σε δύο ομάδες. Στη μία χορηγήθηκε εικονικό φάρμακο και στη δεύτερη 20 mg μεμαντίνη για 28 εβδομάδες. Οι κύριες μεταβλητές αξιολόγησης της αποτελεσματικότητας ήταν κυρίως οι κλίμακες CIBIC-plus (Γενική εντύπωση του ιατρού βασισμένη σε συνέντευξη με τον ασθενή και τον φροντιστή) και η ADAS-cog (γνωστική ικανότητα). Στους δευτερεύοντες δείκτες αποτελεσματικότητας συμπεριλήφθηκε η ADCS-ADL₂₃ (δραστηριότητες καθημερινής ζωής) και η NPI (κλίμακα αξιολόγησης των συμπεριφορικών συμπτωμάτων). Η αξιολόγηση έγινε με τη μέτρηση της διαφοράς στις βαθμολογίες μεταξύ της αρχικής, πριν την θεραπεία

μέτρησης και της μέτρησης στο τέλος της θεραπευτικής δοκιμής. Το δείγμα που αναλύθηκε αποτελείται από 403 ασθενείς από 42 ιατρικά κέντρα των ΗΠΑ. Οι ασθενείς στην ομάδα της μεμαντίνης είχαν καλύτερη έκβαση στη γνωστική ικανότητα σε σύγκριση με τους αντίστοιχους της ομάδας του εικονικού φαρμάκου σύμφωνα με τις βαθμολογίες στη ADAS-cog ($p=0.003$) καθώς και στις βαθμολογίες της CIBIC-plus ($p=0.004$). Παρόμοιο ήταν το αποτέλεσμα και σύμφωνα με τις βαθμολογίες της NPI ($p=0.011$). Γενικά το ποσοστό των καταγραφέντων ανεπιθύμητων ενεργειών, σχετιζόμενων με τη θεραπεία, για την ομάδα της μεμαντίνης ήταν παρόμοιο με αυτό του εικονικού φαρμάκου. Συμπερασματικά το κύριο εύρημα αυτής της μελέτης είναι ότι η θεραπεία με μεμαντίνη σε ασθενείς με ήπια έως μέτρια νόσο του Alzheimer είναι αποτελεσματικότερη του εικονικού φαρμάκου σε παραμέτρους όπως η νοητική (γνωστική) κατάσταση την γενική κλινική εικόνα και τα συμπεριφορικά συμπτώματα.

Peskind et al: Poster presented at AAGP 2004

Εκδρομή στον Ιδιωτικό Ζωολογικό Κήπο Α.Καρακόλη στην Άσσυρο (Ναγκαδά)

Ιούλιος 2004

Υπεύθυνη διοργάνωσης
Φωτεινή Καρατζόγλου - περιθάλπουσα

Θα αρχίσω τη περιγραφή αυτής της εκδρομής με το συμπέρασμα που βγήκε όταν το Μάρτιο του περασμένου χρόνου, έγινε η πρώτη εκδρομή στη Μηχανιώνα.: **«...όταν οι άνθρωποι καταφέρνουν να συμμετέχουν σε ευκαιρίες με σκοπό να χαρούν, η χαρά είναι δίπλα τους, αρκεί να το πιστέψουν, να το θελήσουν, τότε και θα πραγματοποιήσουν αυτό που επιθυμούν!»**

Αυτό συνέβη και στη φετινή εκδρομή μας στο Ιδιωτικό Ζωολογικό Κήπο που επισκεφθήκαμε.

Ο ενθουσιασμός και η χαρά άρχισε να φαίνεται μόλις το πούλμαν γέμισε.

Μετά από μισή περίπου ώρα διαδρομής, φθάσαμε σε ένα τεράστιο καλοφροντισμένο κτήμα, με πτηνά όλων των κατηγοριών, όπως παγώνια, στρουθοκάμηλοι, πάπιες κ.ά..

Η ιδιοκτήτρια κ. Καρακόλη μας υποδέχτηκε με αγάπη και μας διέθεσε αρκετό από το χρόνο της για να μας ξεναγήσει στο χώρο του κτήματος. Πρόσφερε ζεστό ή κρύο καφέ με κουλουράκια σε όλη τη μεγάλη παρέα μας, αυτής των σαράντα ατόμων, έτσι απολαύσαμε τον καφέ κάτω από τη δροσιά των δένδρων, και των φωνών όλων εκείνων των πουλιών! Επίσης είχαμε την ευκαιρία να δούμε από κοντά την εκκόλαψη 5000 αυγών και τη χαρά να πάρουμε όσοι από εμάς το επιθυμούσαν και από

ένα νεοσσό! Έτσι η εκδρομή γι αυτούς θα είχε και συνέχεια...!

Η ευχαρίστηση όμως δε σταμάτησε μόνο εκεί. Στην επιστροφή όλοι (ασθενείς και περιθάλποντες) στο πούλμαν, διατηρώντας το ευχάριστο κλίμα που είχε αναπτυχθεί, τραγουδούσαν, γελούσαν, χαιρόνταν!

Σκέφτομαι και πάλι το μήνυμα της πρώτης εκδρομής και νιώθω την ανάγκη να το ξαναεπαναλάβω: **«...η χαρά είναι μέσα μας, αρκεί να τη ψάξουμε, να τη ζητήσουμε, τότε και θα τη βρούμε!»**



**>> ΟΜΑΔΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ**



Το τσούγκρισμα του αυγού

Με μεγάλη επιτυχία έγινε και φέτος η Γιορτή για το τσούγκρισμα του αυγού, στη Φοιτητική Λέσχη Θεσ/νίκης. Η Πρόεδρος και το Δ.Σ. της εταιρείας σας ευχαριστούν που τιμήσατε με την παρουσία σας το Τσούγκρισμα του Αυγού. Η συμμετοχή σας συμβάλλει σημαντικά στην ευόδωση των στόχων μας.

Ευχαριστούμε:

- Τον Πρόεδρο του Δ.Σ. κ. Δ. Τολίκα και την Δ/ντρια κ. Δ. Μηταλίδου της Πανεπιστημιακής Φοιτητικής Λέσχης για τη διάθεση της αίθουσας.
- Τους Μουσικούς, Γ. Καλαϊτζή και Γιάννη Τσάμη που μας διασκέδασαν τραγουδώντας με την παραδοσιακή τους ορχήστρα.
- Όλους τους συμπολίτες μας, που προσέφεραν Δώρα για τη Λαχειοφόρο.



ΣΥΛΛΥΠΗΤΗΡΙΑ στις οικογένειες:
Φωτεινής Καρατζόγλου, Μάρθας Μπακλιατζόγλου, Νησαφάκη

- Όλγα Λάζου, Φαρμακοποιός, Φιλήμονος 1 & Λαμπράκη
- Φωκάς ΑΕ, Τσιμισκή 48-50
- ΙΜΑΤΙΟ Α.Ε.Β.Ε. Τσιμισκή 47 & Καρόλου Ντηλ 19
- Ανάδρασης ΑΕ (EXPERT) Β. Όλγας 129 Δ.
- Ν.Δ. Βασιλάκης ΑΕ Παπάφη 175
- Εικόνα Ήχος Α.Ε.Ε., Γρηγ. Λαμπράκη 200
- Hontos Center, Εγνατία 39
- Κοντραφούρης Καλλυντικά, Μ. Μπότσαρη 116
- Ρυθμός είδη χορού, Ε. Παπαγεωργίου, Β.Όλγας
- Σγουρού Άννα, Βιβλιοχαρτοπωλείο, Λαγκαδά
- Θειώκα Μαρία, Μιαούλη 7 (μέλος)
- Ασβεστά Ελευθερία, Ορέστου 1 (μέλος)
- Σταμπούλη Σταυρούλα, Καπετάν Άγρα (μέλος)
- Καπετανίδου Ανθή, Αισθητικός (μέλος)
- Τσακτακίρη ΚΑΒΑ κρασιών
- Βιοτεχνία Αθλητικών σάκων, Τσιριγώτης Α.
- Βιοτεχνία υποκαμίσων DI GIORGIO, Χ. Πλανιώτης
- Μπασδάρης Νίκος, ΚΑΒΑ
- Παρασκευόπουλος Γ., Ηλεκτρικά είδη, Παπαζώλη 7
- Σπυριδάκη-Σαμαρά Έφη, Μ. Μπότσαρη 121
- Πυτζάμες, Λευκά Είδη, Φρονιμόπουλος, Μ. Μπότσαρη 173, Κ. Τούμπα
- Φυτικά Καλλυντικά, Αρκουδοχωρίτης Γρηγ., Νίκαιας 18, Κ. Τούμπα
- Καρατζόγλου Φωτεινή (Μέλος)
- Καρατζόγλου Πάρη
- Ξυνοπούλου Σταυρούλα (Μέλος)
- Καταστήματα ΛΗΤΩ Τηλ.: 2310 508528

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΑ Στον κ. Βύρωνα Βοσκιδή Δικηγόρο, για την συμβολή του στο σχεδιασμό Νόμου για την Νόσο Alzheimer, που θα κατατεθεί στο Υπουργείο Υγείας - Πρόνοιας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΑ Στον κ. Μουστάκα Δημήτριο

10 δραστηριότητες της Εταιρείας

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

δραστηριότητες της Εταιρείας

ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ → ΑΘΗΝΩΝ

Η Εταιρεία ιδρύθηκε το 2002 από συγγενείς ανοϊκών ασθενών, από γιατρούς, ψυχολόγους, και άλλους επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με τη νόσο

Έχει σκοπό να προωθήσει την ενημέρωση, την κατανόηση και την υποστήριξη όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση με τη νόσο Alzheimer. Σήμερα η Εταιρεία αριθμεί περίπου 300 μέλη. Η γραμματεία λειτουργεί καθημερινά 09.00π.μ – 13.00μ. μ.εκτός Σαββάτου κα Κυριακής στο τηλέφωνο 210 6012239. Web Site: www.alzheimerathens.gr

Για το 2004 η Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Ανοϊκών Διαταραχών πραγματοποιεί τις παρακάτω δραστηριότητες:

- 1) ενημερωτικές μηνιαίες συναντήσεις για το κοινό (φροντιστές και άλλους ενδιαφερόμενους) στο Νοσοκομείο Ν.Ι.Μ.Ι.Τ.Σ.
- 2) 18 εκδηλώσεις σε ΚΑΠΗ του Δήμου Αθηναίων και άλλων Δήμων της Αττικής για ενημέρωση και έλεγχο των διαταραχών μνήμης του ευρύτερου πληθυσμού των ηλικιωμένων
- 3) έκδοση μικρού εγχειριδίου και ενημερωτικών φυλλαδίων για το κοινό με οδηγίες
- 4) λειτουργία ομάδων στήριξης φροντιστών ανοϊκών ασθενών (5 ή 6 φροντιστές με ειδικό ψυχίατρο ή ψυχολόγο) σε εβδομαδιαία συναντήσεις, σε διαφορετικά σημεία της Αθήνας
- 5) δημιουργία κέντρου ημέρας για ανοϊκούς ασθενείς και φροντιστές

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ: ΣΑΚΚΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

δραστηριότητες της Εταιρείας

ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ → ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ

Απρίλιος 2003

Πρόσκληση του Δρ. Μυνοz, Νευρολόγου με έδρα το Πανεπιστήμιο της Μαδρίτης, για σειρά διαλέξεων στη Λευκωσία και σε άλλες πόλεις, για τις τελευταίες εξελίξεις γύρω από τη νόσο.

Ιούνιος 2003

A) ο Παγκύπριος Σύνδεσμος συμμετέχει με πέντε άτομα στο Πανευρωπαϊκό - Πανελλήνιο Συνέδριο που πραγματοποιήθηκε στη Θεσσαλονίκη.

B) η επαρχιακή επιτροπή Λάρνακας σε χώρο που πραγματοποιήθηκε από το Δήμο Λάρνακας, μέσα στα πλαίσια των εορτασμών του Αγίου Πνεύματος, δένουμε ενημερωτικό υλικό σχετικά με τη νόσο.

Επίσης διοργάνωσε Παζάρι, τα έσοδα του οποίου διατέθηκαν για το πρόγραμμα της κατ' οίκον φροντίδας της Επαρχιακής Επιτροπής Λάρνακας.

Την ίδια περίπου εκδήλωση πραγματοποίησε και η Επαρχιακή Επιτροπή Πάφου.

Σεπτέμβριος 2003

Για την Παγκόσμια Ημέρα της Νόσου Alzheimer στις 21 Σεπτεμβρίου, διοργανώνεται εβδομάδα εκδηλώσεων με διάθεση ενημερωτικού υλικού, δημοσίευση άρθρων στις εφημερίδες, και ομιλίες σε ραδιοφωνικούς σταθμούς. Η κάθε επαρχία είχε το δικό της ανεξάρτητο πρόγραμμα εκδηλώσεων για καλύτερη ενημέρωση του κοινού.

Νοέμβριος 2003

Στις 8 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε το 4^ο Παγκύπριο Συνέδριο του Συνδέσμου μας με μεγάλη επιτυχία.

Μάιος 2004

Μέλη του Παγκύπριου Συνδέσμου συμμετέχουν στο 14^ο Πανευρωπαϊκό Συνέδριο της Νόσου Alzheimer στην Πράγα.

Ιούνιος 2004

A) Ο Σύνδεσμος πραγματοποίησε εκδήλωση στην Ελεύθερη Περιοχή Της Αμμοχώστου και στο Δημαρχείο Παραλιμνίου, με ομιλητή τον Επιστημονικό Σύμβουλο του Συνδέσμου Δρ. Κυριάκο Βερεσιέ με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση και αυτής της περιοχής της Κύπρου.

B) στις εκδηλώσεις του Αγίου Πνεύματος 28 Μαΐου-1 Ιουνίου, η Επαρχιακή Επιτροπή Λάρνακας συμμετείχε και φέτος, με σκοπό την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού γύρω από τη νόσο, καθώς και για τα προγράμματα της κατ' οίκον φροντίδας και ψυχολογικής στήριξης που παρέχουμε, τόσο σε ασθενείς, όσο και στις οικογένειές τους.

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ: ΙΩΣΗΦΙΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ



δραστηριότητες της Εταιρείας 11

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

δραστηριότητες της Εταιρείας

ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
& ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΞΑΝΘΗΣ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- 1) Συμμετοχή με περίπτερο στη Γενική Έκθεση που γίνεται κάθε δύο χρόνια στη πόλη της Ξάνθης, με σκοπό την ενημέρωση του ευρύτερου κοινού.
- 2) Παροχή με έξοδα του σωματείου, φυσικοθεραπευτικής αγωγής κατ' οίκον, στους ασθενείς που χρειάζονται αυτές τις υπηρεσίες.
- 3) Μηνιαίος Alzheimer café με τη παρουσία γιατρού, ψυχολόγου και φυσιοθεραπεύτριας. Οι συναντήσεις το καλοκαίρι γίνονται σε ωραίες και δροσερές περιοχές του νομού, συνδυάζοντας και την εκδρομή.
- 2) Στις 9 Μαΐου 2004 έγινε στα στενά των Τεμπών του Νέστου, το ετήσιο τραπέζι προς τους φροντιστές και ασθενείς. Ο Σύλλογός μας εξυπηρετεί τις περιοχές Χρυσούπολης - Ξάνθης - Κομοτηνής

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ: Π. ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ

δραστηριότητες της Εταιρείας

ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
& ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΒΟΛΟΥ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- 1) Την 21 Φεβρουαρίου 2004 προκάλεσαν το ενδιαφέρον για την ενοικίαση χώρου προς στέγαση της Μονάδας Αντιμετώπισης προβλημάτων Νόσου Αλτσχάιμερ στην περιοχή Βόλου. Ενδιαφέρον υπήρξε από τρεις ιδιοκτήτες. Το Διοικητικό Συμβούλιο με ομόφωνη απόφαση επέλεξε το τετραώροφο πολυτελές ξενοδοχείο « Λαζάρου» του οποίου σας παραθέτομε δύο όψεις (Εσωτερική εστιατόριο και Εξωτερική).
- 2) Την ίδια Ημέρα (21 Φεβρουαρίου) προκάλεσαμε το ενδιαφέρον για την πρόσληψη του απαιτούμενου προσωπικού (Ιατρικού, νοσηλευτικού και Διοικητικού).
- 3) Την 28 Μαΐου με Υπουργική απόφαση έγινε ένταξη στο Ε. Π. «υγεία- Πρόνοια» της Μονάδας Αντιμετώπισης Προβλημάτων νόσου Alzheimer της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Βόλου με την ανάπτυξη των εξής δραστηριοτήτων.
- 4) Οικοτροφείο: Δυναμικότητας 15 ατόμων που θα λειτουργεί επί 24ωρου βάσεως για ηλικίες άνω των 60 ετών.
- 5) Κέντρο ημέρας: Θα παρέχει υπηρεσίες θεραπείας και υποστήριξης βραχείας διάρκειας, σε 30 άτομα που πάσχουν από τη νόσο και βρίσκονται σε προχωρημένο στάδιο ενώ θα παρέχει υπηρεσίες σε ευρύτερο αριθμό ατόμων που βρίσκονται σε αρχικό στάδιο.
- 6) Υπηρεσία υποστήριξης της οικογένειας μέσω της ομάδας υποστήριξης της οικογένειας που θα στηρίζει σε επίπεδο Νομού τις οικογένειες και τα άτομα που βρίσκονται είτε σε αρχικό είτε σε προχωρημένο στάδιο της νόσου.
- 7) Εγκρινόμενος προϋπολογισμός: 998.000,00 ΕΥΡΩ.
- 8) Την 27^η Ιουνίου ανακοινώθηκαν τα ονόματα των επιλεχθέντων Ψυχολόγων, Κοινωνικών λειτουργών, Νοσηλευτών και Βοηθών Νοσηλευτών με αξιολογημένες διαδικασίες πάντα με γνώμονα το συμφέρον του ασθενούς, του περιθάλποντα, την συγκρότηση ομάδας χωρίς τριβές και την βιωσιμότητα της Μονάδας (αξιολόγηση των προσόντων, κοινωνικά κριτήρια, προσωπικές συνεντεύξεις σε 5μελή επιτροπή). Η σύνθεση της επιτροπής περιείχε: Ψυχίατρο, Νευρολόγο, Ψυχολόγο, Παθολόγο και έμπειρο περιθάλποντα.
- 9) Συνεχίζεται η επιλογή του Διοικητικού προσωπικού από άλλη επιτροπή και σύντομα θα ανακοινωθεί στον τοπικό τύπο.

Η Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ: ΕΛΕΝΗ ΠΑΠΑΡΙΖΟΥ Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ: ΑΡΙΣΤΕΙΔΗΣ ΛΙΑΠΗΣ

Εντυπώσεις από το τμήμα

Γυμναστικής

ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ALZHEIMER

→ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Θέλω να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε όσους είχαν την ιδέα, καθώς και σε όσους συνέβαλαν στην υλοποίηση του προγράμματος γυμναστικής για άτομα με άνοια, που πραγματοποιήθηκε στο γυμναστήριο του Δήμου Νεάπολης. Περισσότερο από όλους όμως θα ήθελα να ευχαριστήσω από τα βάθη της καρδιάς μου την υπεύθυνη του προγράμματος, γυμνάστρια κ. Νατάσα Παναγούλη. Ήταν εκείνη που είχε την άμεση επικοινωνία και συνεργασία με τους ασθενείς, αλλά και με εμάς τους περιθάλποντες. Τη συγχαίρω για τη μεγάλη επιμονή και υπομονή και αληθινό ενδιαφέρον που έδειξε στα άτομα που συμμετείχαν στο πρόγραμμα.

Η εμπειρία μου από τη συμμετοχή του συζύγου μου στο πρόγραμμα, ήταν ότι αυτό βοηθάει σημαντικά τους πάσχοντες, τόσο σωματικά όσο και ψυχικά, γιατί αποτελεί μια από τις λίγες διεξόδους σε δραστηριότητες που μπορούν να έχουν τα άτομα με άνοια! Ευχαριστώ θερμά την Εταιρεία Alzheimer και την κ. Νατάσα Παναγούλη!

Ελπίζουμε στη συνέχεια και ενδυνάμωση των προσπαθειών τους! #

Ειρήνη Χατζηδημητρίου



ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

24 ΩΡΕΣ ΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΜΕΣ ΗΜΕΡΕΣ

2310 909 000

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ & ΚΥΠΡΟ

ΑΘΗΝΑ

Γραμματεία: Σινετού Νόρα (Τρίτη και Πέμπτη μόνο ανταλλαγή εμπειριών μεταξύ φροντιστών)
Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με νόσο Alzheimer
Πρόεδρος: **Μερόπη Βιολάκη**,
Κάνιγγος 23, Αθήνα 106 77, Τηλ. 210 3811604
Γραμμή Βοήθειας: 210 3303678
(Ελληνική Γεροντολογική Και Γηριατρική Εταιρεία
Κάνιγγος 23, Αθήνα 106 77 Δίκτυο Νόσου Alzheimer)

ΑΘΗΝΑ

Εταιρεία νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών Αθήνας
Ασημακοπούλου 38, Αγία Παρασκευή 153 42, Αθήνα
Πρόεδρος: **Παρασκευή Σακκά** (Νευρολόγος) Τηλ. 210 6012239

ΑΡΤΑ

Σωματείο Άρτας στήριξης νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών
Πρόεδρος: **Κατερίνα Παππά**, Β. Πύρρου 56, Άρτα ΤΚ 471 00
Τηλ. 26810 78595, 6944 680586 κινητό

ΒΕΡΟΙΑ

Καρακωστή 15, ΤΚ 591 00 Βέροια
Πρόεδρος: **Συμεών Δερές** (Νευρολόγος, Ψυχίατρος)
Τηλ. 23310 28344 ιατρείο, κιν. 6974 723298

ΒΟΛΟΣ

Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Χατζηαργύρη 110, ΤΚ 383 33 Βόλος,
Πρόεδρος: **Αριστέιδης Λιάπης**, Τηλ. 24210 43448

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Εδρα: Μακρή 16, Συκιές, ΤΚ 566 25, Θεσσαλονίκη
Διεύθυνση Αλληλογραφίας: Χαρίσειο Γηροκομείο, Τέρμα Δημητρίου
Χαρίση, Άνω Τούμπα, ΤΚ 543 52.
Τηλ. & Fax : 2310 925802 - Γραμμή Βοήθειας: 2310 909000
E-mail: alzhas@med.auth.gr Ιστοσελίδα: www.alzheimer-hellas.gr
Πρόεδρος: **Μάγδα Τσολάκη**
(Αν. Καθ. Νευρολογίας - Ψυχίατρος - Θεολόγος)

ΙΩΑΝΝΙΝΑ

Γενικό Νοσοκομείο Γ. Χατζηκώστα
Λεωφ. Μακρυγιάννη, Ιωάννινα ΤΚ 450 01
Πρόεδρος: **κ. Κωνίνοσ Δήμας** (Νευρολόγος - Ψυχίατρος)
Τηλ. 26510 80420 γραφ. 6946 226589

ΚΕΡΚΥΡΑ

Σωματείο Alzheimer Κέρκυρας
Γ. Μαρασλή 36, Α' όροφος ΤΚ 491 00, Κέρκυρα
Πρόεδρος: **Κώστας Οθάλης** (Νευρολόγος)
Τηλ. 26610 43660, 6944 204071 κινητό

ΚΥΠΡΟΣ

Παγκύπριος Σύνδεσμος Στήριξης Ατόμων της νόσου Alzheimer
Πρόεδρος: **Γεωργία Ιωσηφίδου**,
Σταδίου 31 Α, Λάρνακα, ΤΚ 6020, Κύπρος
Τηλ.00357 24 627104 - Fax. 00357 24 627106

ΚΡΗΤΗ - ΧΑΝΙΑ

Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer και συγγενών διαταραχών Χανίων
Ελ. Βενιζέλου 100, Μουριές Χανίων ΤΚ 733 00, Κρήτη
Πρόεδρος: **Μαρία Τζανακάκη** (Νευρολόγος), Τηλ. 694 6462800

ΞΑΝΘΗ

Σωματείο Alzheimer Ξάνθης, Τ.Θ. 216, Ξάνθη 671 00
Πρόεδρος: **Πένυ Μιχαηλίδου** (Τηλεπικοινωνιακός μηχανικός)
Τηλ. 25410 56130 γρ , Κινητό: 6977 720669

ΠΑΤΡΑ

Γενικό Νοσοκομείο Πατρών - Άγιος Ανδρέας
Νευρολογικό Τμήμα, Τσερτίδου 1, Πάτρα ΤΚ 263 35
Πρόεδρος: **Νικόλαος Μακρής** - Διευθυντής Νευρολογικού Αγ.Ανδρέα
Τηλ. 2610 227969

ΠΕΙΡΑΙΑΣ Β΄

Ελ. Βενιζέλου 123, Κερατσίνη, ΤΚ 185 34, Αττική
Πρόεδρος: **Νίκος Σταματάκης** (Ψυχίατρος)
Γραμμή Βοήθειας: 210 4623195

ΠΙΕΡΙΑ

Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών
Πιερίας, Ουρανίας 15 – Ολυμπιακή Ακτή, ΤΚ 601 00
Κέντρο ΔΑΝΑΗ (Ιδιωτική Κλινική) Πρόεδρος: **Γ. Γεωργίου** (Ψυχίατρος)
Τηλ. 23510 64314, 64034 Fax. 23510 63045 Κινητό. 6945 313368

ΣΕΡΡΕΣ

Σύλλογος Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Σερρών
Α' ΚΑΠΗ Δήμου Σερρών. Αγίας Σοφίας, Σέρρες ΤΚ 621 22
Πρόεδρος: **Στεργιανή Βέρρου - Μιχάλογλου**
Τηλ. 23210 55789, 6976 860791

Πεδίο εκκροαφής μέλους

Επιθυμώ να γίνω μέλος / να ανανεώσω την ετήσια συνδρομή μου στην Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών και να έχω όλα τα προνόμια και συμμετοχή σε δραστηριότητες της Εταιρείας. Ποσό ετήσιας συνδρομής 30 ε.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΑΡΙΘΜ. Τ.Κ.
ΠΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΤΗΛ. e-mail:

Η διεύθυνση αποστολής της ταχυδρομικής επιταγής είναι:
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ
ΧΑΡΙΣΕΙΟ ΓΗΡΟΚΟΜΕΙΟ - ΤΕΡΜΑ ΔΗΜ. ΧΑΡΙΣΗ - ΑΝΩ ΤΟΥΜΠΑ
543 52 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΤΗΛ. - FAX: 2310/ 925.802, e_mail: alzhas@med.auth.gr