



Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 33^ο

ΕΤΟΣ 11^ο

ΙΟΥΝΙΟΣ '08

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ALZHEIMER ΟΜΙΛΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ Κ. ΜΑΓΔΑΣ ΤΣΟΛΑΚΗ

Στις 20 Μαΐου στα πλαίσια της φοιτητικής εβδομάδας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης διοργανώθηκε ημερίδα με θέμα τη νόσο Alzheimer. Η έναρξη της ημερίδας τελέστηκε με τον ακόλουθο χαιρετισμό της προέδρου της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών.

Χριστός Ανέστη!

Οφείλω να ομολογήσω ότι δύσκολα μπορώ να κρύψω σήμερα τη χαρά μου, η οποία πηγάζει από το γεγονός ότι μία ομάδα 32 φοιτητών με τους φίλους τους, την Επιστημονική Εταιρεία Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδος, το Παράρτημα της Θεσσαλονίκης και τους συνεργάτες της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer έκαναν μία ξεχωριστή επαινετή προσπάθεια. Ως αυριανοί επιστήμονες ανήγαγαν σε προτεραιότητα την προσφορά στο συνάνθρωπο. Αξιοποίησαν διαφορετικά τις διακοπές του λαμπροφύρου Πάσχα και παράλληλα με το φόρτο της προετοιμασίας της εξεταστικής περιόδου Μαΐου-Ιουνίου μεγιστοποίησαν τις δυνάμεις τους, ώστε μέσα από εντατική σπουδή και μελέτη να παρουσιάσουν σήμερα όλα τα σύγχρονα δεδομένα αναφορικά με τη συνθλιβούσα -για την προσωπικότητα του ανθρώπου- νόσο Alzheimer.

Έχω και έναν άλλο λόγο να είμαι χαρούμενη σήμερα. Σε όλο αυτό το χρονικό διάστημα της προεργασίας αυτής της Ημερίδας απήλυσαν μία δυσέυρετη στην κοινωνία μας, μία υψηλού επιπέδου, μία άφοβη συνεργασία με τους φερέλπιδες φοιτητές μας, μία συνεργασία, η οποία προσιωνίζει «το αύριο καλύτερο από το χτες».

Τους ευχαριστώ από τα βάθη της καρδιάς μου! Ο Κύριός μας να κατευθύνει τα βήματά τους «και πάσαν την βουλή τους πληρώσαι» εκφράζοντας την ευχή, ότι μεγάλο και ωραίο επιθυμούν να τους το δώσει.

Σας ευχαριστώ πολύ!

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ALZHEIMER

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΗΜΕΡΑΣ ALZHEIMER



→ Η Ελληνική Εταιρεία Alzheimer στα πλαίσια της Παγκόσμιας Ημέρας Alzheimer, διοργανώνει εκδηλώσεις στις **18 Σεπτεμβρίου 2008**, στην Αίθουσα Τελετών του ΑΠΘ και προκηρύσσει και εκλογές για την εκλογή νέου Δ.Σ. της Εταιρείας.

→ Οι Εταιρείες Alzheimer Βόλου, Αργαλαστής και Λάρισας και το Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου διοργανώνουν από κοινού εκδηλώσεις στις **17 Σεπτεμβρίου 2008** στο Πνευματικό Κέντρο της Ι.Μ. Δημητριάδος στο Βόλο.

→ Η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών διοργανώνει εκδηλώσεις από **15 έως 21 Σεπτεμβρίου 2008** στο Πολεμικό Μουσείο στην Αθήνα.

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

2310 909 000

24 ώρες τις εργάσιμες ημέρες

Στόχοι της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών και του περιοδικού

Η Ομοσπονδία 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 τις αντίστοιχες οργανώσεις άλλων χωρών
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Κέντρων Ημέρας και Οικοτροφείων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς
4. Να ενθαρρύνει τη συνεργασία, το συντονισμό των ενεργειών και των δραστηριοτήτων μεταξύ των συλλόγων για την επίτευξη κοινών πρωτοβουλιών
5. Να ενθαρρύνει τη συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που θα απευθύνεται τόσο στους επαγγελματίες 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 Συγγενών Διαταραχών, να ανακοινώνει και να σχολιάζει τα καινούρια επιτεύγματα στο χώρο και να αποτελεί μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας

Επιστημονική Ομάδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer

Ανδρέου Μάρθα (Ξάνθη)
Αργυριάδου Στέλλα (Ξάνθη)
Γάτος Κωνσταντίνος (Βόλος)
Γεωργούση Μαρία (Άρτα)
Γκλέτσος Απόστολος (Καρυώτισσα)
Δήμας Κωνσταντίνος (Ιωάννινα)
Ευθυμίου Αρετή (Αθήνα)
Κάλας Δημήτριος (Καρυώτισσα)
Καραγιώργος Αντώνιος (Πάτρα)
Καρτσακλής Λυκούργος (Αθήνα)
Κασιδιάρης Σπύρος (Πειραιάς)
Κοτσάνη Μαρίνα (Θεσ/νίκη)
Κουντή Φωτεινή (Καλαμαριά)
Κουφογιάννη Καλλιόπη (Βόλος)

Λιάπης Αριστείδης (Κόνιστρες Ευβοίας)
Μαρής Γεώργιος (Χίος)
Μαρκάτη Λέκκα Ελένη (Αθήνα)
Μελισσάρη Ιωάννα-Αικατερίνη (Χανιά)
Μεταλληνός Ιωάννης (Πάτρα)
Μηλιώτης Θεόδωρος (Ηράκλειο)
Μούγιας Αντώνιος (Αθήνα)
Μπίσσας Κωνσταντίνος (Αργίνο)
Οικονομίδης Δημήτριος (Θεσ/νίκη)
Παγίτσας Ιωάννης (Λάρισα)
Παπαδιαμαντόπουλος Κων/νος (Χίος)
Παπαλιάγκας Βασίλης (Θεσ/νίκη)
Παππά Αικατερίνη (Άρτα)
Παρασκευαΐδης Νίκος (Καλλικράτεια)

Παττακού Βασιλική (Ρέθυμνο)
Πετρούλιας Κων/νος (Βόλος)
Πόππη Ελένη (Καλαμαριά)
Πρινωτάκη Ελένη (Ηράκλειο)
Σταθάκης Κυριάκος (Βόλος)
Σταματάκης Νικόλαος (Πειραιάς)
Τζανακάκη-Μελισσάρη Μαρία (Χανιά)
Τουλούπα Ελένη (Κόνιστρες Ευβοίας)
Τσάνταλη Ελένη (Καλλικράτεια)
Τσολάκη Μαγδαληνή (Θεσ/νίκη)
Φωτειάδου Ανδρονίκη (Ιωάννινα)
Φωτόπουλος Δήμος (Ρέθυμνο)
Χατζηγεωργίου Γεώργιος (Λάρισα)

Επιμέλεια: Τσολάκη Μαγδαληνή, Νικολαΐδου Ευδοκία

Επιστημονική επιμέλεια κειμένων: Βαγενάς Βασίλειος

Φιλολογική επιμέλεια κειμένων: Τσάνταλη Ελένη

Ηλεκτρονική επιμέλεια: Λυκάκης Ελευθέριος, Νικολαΐδου Ευδοκία

Ιδιοκτήτης: Ελληνική Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών

Εκδότης: Τσολάκη Μάγδα, Αναπληρώτρια καθηγήτρια Νευρολογίας,

Επωνυμία: "Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer"

Έδρα: Πέτρου Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσ/νίκη

Τηλ./FAX: 2310 810411, 2310 925802

E-mail: info@alzheimer-hellas.gr

Site: <http://www.alzheimer-hellas.gr>

Μήνας - Τεύχος: Ιούνιος - 33^ο

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΥΤΑΝΗ ΑΠΘ Α. ΜΑΝΘΟΥ ΣΤΗ ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗ Ν. ALZHEIMER

Η Σημερινή Ημερίδα που δείχνει ευαισθησία, κοινωνική αντίληψη και ουσιαστικό ιατρικό πνεύμα, έχει πολλές διαστάσεις. Θα μου επιτρέψετε να προσεγγίσω μια πολύ σύντομα, η οποία συνήθως διαγράφει της προσοχής, αν και είναι κλεινός σημασίας. Όλοι ξέρουμε την επανάσταση που έφερε στην ιατρική ο Ιπποκράτης. Ξέρουμε δηλαδή ότι ο Ιπποκράτης μετέτρεψε την Ιατρική σε Επιστήμη, με ότι αυτό συνεπάγεται, και με τους όρους της σημερινής λειτουργίας της ιατρικής ως Επιστήμη. Μέχρι τότε, αυτό που ασκούσαν ήταν η Ασκληπιεία Ιατρική, η οποία βασιζόταν κατά 95% στο υπερβατικό Στοιχείο. Η Ιατρική είχε σχέση με τα Θεϊκά. Και αυτή η υπερβατική Διάσταση της, έφτανε σε πολύ μεγάλες Θεραπείες. Όταν ήρθε ο Ιπποκράτης δεν φέρθηκε αλαζονικά, λέγοντας ότι καταργώ το υπερβατικό Στοιχείο, διότι η Ιατρική είναι Επιστήμη. Δίδαξε, εφάρμοσε, την Ιατρική ως Επιστήμη, αλλά κράτησε το υπερβατικό Στοιχείο και μάλιστα στον ίδιο βαθμό, καλλιεργώντας το ακόμα περισσότερο.



Που θέλω να καταλήξω !

Αν μία Νόσος, που υπάρχει επί της Γης, η Νόσο Alzheimer, είναι που έχει ανάγκη το υπερβατικό Στοιχείο, είναι ακριβώς η Νόσος αυτή. Διότι μπορεί η Επιστήμη να προσεγγίσει και να δημιουργήσει συνθήκες Θεραπευτικές, ανακουφιστικές. Άλλα η υπέρβαση γίνεται μέσα από την ανθρώπινη προσέγγιση, από την κοινωνική συμμετοχή, μέσα από τις οποίες εμφανίζεται η Θεϊκότητα. Η Αγάπη του Θεού βγαίνει μέσα από την Αγάπη του Ανθρώπου. Η οποία Αγάπη του Ανθρώπου μετουσιώνεται σε αγάπη της Φύσης. Αυτή λοιπόν η ένδειξη είναι η ποίο ουσιαστική, ποίο σημαντική, της σημερινής Ημερίδας. Εντάσσεται μέσα στο Πνεύμα της Φοιτητικής εβδομάδας που έχει μια προμετωπίδα με τα Μάτια στραμμένα στο Άλλον.

Η φετινή διακήρυξη της Φοιτητικής εβδομάδας έχει αυτό το Στοιχείο «Με τα Μάτια στραμμένα στον Άνθρωπο», και αυτό προέκυψε από το ότι εντός του Πρυτανικού Συμβουλίου συζητούσαν ανακήρυξη του 2008 ως Έτος συλλογικής προσπάθειας βελτιώσεως της καθημερινότητας μας. Και η καθημερινότητα μας πάσχει, συνήθως από τους άλλους. Γιατί ο Σάτρ, πολύ το αμφισβητούν αυτό, αλλά κρύβει πολύ μεγάλη αλήθεια μέσα του, «Ότι η ισχύς όλων είναι η Άνοια». Αν αυτό έχει μία υπερβολή, μέσα από την υπερβολή κρύβει την πραγματικότητα. Εμείς λοιπόν οι «Άλλοι», για τον καθένα από σας, πρέπει να πάψουμε να είμαστε Κόλαση, αντίθετα, πρέπει να γίνουμε το μέσο, μέσα από το οποίο, μέσα από εμάς, να βγει η Πνοή της Αγάπης υπέρ του Θεού.

ΑΥΤΟ σημαίνει υπέρβαση.

ΑΥΤΟ είναι το υπερβατικό Στοιχείο.

Αυτό το στοιχείο σε μια Κοινωνία δημιουργεί συνεκτικότητα, δημιουργεί προοπτική και κάνει ασάβλινα και πολύ αποτελεσματικά τα φάρμακα τα οποία μπορεί να χρησιμοποιήσει κανείς. Διότι αν αφαιρέσει κανείς το στοιχείο το υπερβατικό σε μία Θεραπεία, από τα Φάρμακα, τα Φάρμακα δεν έχουν αποτέλεσμα. Τα άτομα που πεθαίνουν, χωρίς να έχουν κανένα νόσημα, μόνο και μόνο γιατί τους λείπει η συνεκτικότητα η κοινωνική.

Επομένως, είναι ένας συμβολισμός αυτός που γίνεται σήμερα, μέσω της Νόσο του Alzheimer, ένα από τα Νοσήματα που χρειάζεται την υπερβατικότητα, για να δοθεί το Μήνυμα ότι η υπερβατικότητα χρειάζεται όχι μόνο στην Ιατρική, και στην καθημερινή μας Ζωή, ώστε ο Βοίος μας, να γίνει όμορφος με την συνοχή των άλλων.

Καλή επιτυχία στην προσπάθειά σας.

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΚΑΘ. ΑΠΘ Γ. ΘΩΜΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΗ ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗ Ν. ALZHEIMER

Αξιότιμε κ. Πρύτανη, Αξιότιμε κ. εκπρόσωπε του Υπουργού Μακεδονίας-Θράκης, εκλεκτοί προσκεκλημένοι, αγαπητοί φοιτητές,

Εκ μέρους του Δ.Σ. της «Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών» σας καλωσορίζω στην Ημερίδα Νόσου Alzheimer που γίνεται στα πλαίσια της Φοιτητικής Εβδομάδας 2008.

Η **Νόσος Alzheimer** είναι μια ασθένεια που συνοδεύεται από άνοια, δηλ. το σύνδρομο που χαρακτηρίζεται από έκπτωση των ανωτέρων νοητικών λειτουργιών. Από την ασθένεια αυτή πάσχουν περίπου 5 εκατομμύρια άνθρωποι στην Ευρώπη και 25 εκατομμύρια σ' όλο τον κόσμο. Σε διάφορες μελέτες, η **Νόσος Alzheimer** αποτελεί το 49-60% του συνόλου των ανοιών. Η Νόσος Alzheimer είναι μια πολυπαράγοντική νόσος που οφείλεται σε γενετικούς, περιβαλλοντικούς και μεταβολικούς παράγοντες. Η σίγουρη διάγνωση της μορφής της άνοιας, και επομένως και του κατά πόσον πρόκειται όντως για νόσο Alzheimer, γίνεται σε ποσοστά 80- 90% και μόνο μετά θάνατον επιβεβαιώνεται η διάγνωση με την ιστοπαθολογική εξέταση του εγκεφάλου. Τότε στην άνοια τύπου Alzheimer διακρίνονται οι χαρακτηριστικές για τη νόσο αυτή νευροϊνδιακές αλλοιώσεις και οι πλάκες.

Η αρχική ονομασία της νόσου ήταν «**πρώιμη γεροντική άνοια**». Η νόσος Alzheimer κάνει την πρώτη της εμφάνιση με ήπια συμπτώματα στην ηλικία πάνω από τα 65 χρόνια, δείχνει προτίμηση στις γυναίκες, ενώ είναι πολύ σπάνια σε ηλικίες μικρότερες των 50 ετών. Περίπου 3% των ανδρών και των γυναικών ηλικίας 65 έως 74 ετών πάσχουν, από τη νόσο Alzheimer. Στα άτομα άνω των 85 ετών το ποσοστό αυτo ανερχεται περίπου στο 50%. Η νόσος Alzheimer μπορεί να διαρκέσει έως και 15 χρόνια. Στην ουσία προσβάλλονται όλες οι εγκεφαλικές νοητικές λειτουργίες και η προσωπικότητα του ασθενούς οδηγείται σταδιακά σε πλήρη αποσύνθεση. Ο ασθενής έχει απώλεια μνήμης, ικανότητας λήψης αποφάσεων, ευφυΐας, γλώσσας και προσανατολισμού. Εντούτοις, δεν φαίνεται να επηρεάζονται τα συναισθήματα, η αίσθηση του ρυθμού και τα κοινωνικά πρότυπα, τουλάχιστον τα πρώτα χρόνια εκδήλωσης της νόσου. Περίπου το 1/10 των ασθενών έχει γενετική προδιάθεση, ενώ πολλοί παράγοντες, ιδίως αγγειακού τύπου, επεμβαίνουν στην εκδήλωση της νόσου.

Η ασθένεια Alzheimer χαρακτηρίζεται παθολογικά από την εναπόθεση β-αμυλοειδούς πεπτιδίου σε πλάκες, την ανάπτυξη νευροϊνδιακών συσσωματωμάτων και την απώλεια των συνάψεων και των νευρώνων. Αν και η ηλικία συνδέεται στενά με τις μη αυτοσωμικές μορφές της ασθένειας Alzheimer, δεν είναι γνωστόν αν η συσσώρευση του Αβ πεπτιδίου προάγεται από αλλαγές στο γηράσκοντα εγκέφαλο ή είναι απλά μια στοχαστική διεργασία που σχετίζεται με την ενηλικίωση. Η συσσώρευση του Αβ πεπτιδίου μπορεί να προκαλέσει νευροεκφυλισμό μέσω πολλών διαφορετικών μονοπατιών. Μια υπόθεση αναφέρει ότι ο νευροεκφυλισμός προκαλείται από χρόνια φλεγμονή στα αμυλοειδή που σχηματίζουν τις πλάκες, ενώ μια άλλη ότι οι διάφορες μορφές των Αβ συσσωματωμάτων προκαλούν άμεσα νευροτοξικότητα.

Καλά όλους εκείνους οι οποίοι αισθάνονται ευαισθητοποιημένοι σε θέματα τρίτης ηλικίας να προσφέρουν τη βοήθειά τους σ' αυτήν τη σημαντική προσπάθεια. Ποτέ δεν είναι αργά, ποτέ δεν είναι νωρίς. Τέλος εκφράζω τα θερμά συγχαρητήρια σε όλους όσους συνέβαλαν στην ιδέα και την πραγματοποίηση της εκδήλωσης αυτής και εύχομαι, ως Πανεπιστημιακός δάσκαλος, καλή επιτυχία στην Ημερίδα σας.

Γεώργιος Ν. Θωμόπουλος
Καθηγητής Κυτταρικής Βιολογίας
Τμήμα Βιολογίας, Α.Π.Θ.

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ALZHEIMER*Ελένη Μαργιώτη, Ψυχολόγος**Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών*

Στις 21 Σεπτεμβρίου 2007, η Alzheimer Europe, η Ευρωπαϊκή Εταιρεία για τη νόσο Alzheimer, κατόρθωσε να συγκεντρώσει την υποστήριξη 42 μελών του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου από 19 διαφορετικές χώρες για την εκστρατεία της, ώστε να γίνει η άνοια μια δημόσια Ευρωπαϊκή προτεραιότητα της Υγείας. Η Alzheimer Europe απευθύνει πρόσκληση στην Ευρωπαϊκή Ένωση, στην Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας και στις εθνικές κυβερνήσεις, να αναγνωρίσουν τη νόσο Alzheimer ως μείζον ζήτημα Δημόσιας Υγείας και να οργανώσουν διεθνή, ευρωπαϊκά και εθνικά προγράμματα δράσης, έτσι ώστε να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά οι προκλήσεις που προκύπτουν από τον διαρκώς αυξανόμενο αριθμό των ασθενών με άνοια.

Αποτέλεσμα των συντονισμένων αυτών προσπαθειών ήταν η δημιουργία της Ευρωπαϊκής Συμμαχίας Alzheimer (European Alzheimer's Alliance), πρόεδρος της οποίας είναι η Françoise Grossetet, Ευρωβουλευτής της Γαλλίας. Αναφέρεται χαρακτηριστικά: «Κάθε 24 δευτερόλεπτα ένας ακόμη άνθρωπος προσβάλλεται από τη νόσο Alzheimer στην Ευρώπη. Χρειαζόμαστε αυξημένη χρηματοδότηση και συστηματική έρευνα για να κατανοήσουμε τις αιτίες και να βρούμε καινούργιους και καλύτερους τρόπους αντιμετώπισης και πρόληψης της νόσου Alzheimer και των συναφών ασθενειών. Αν καταφέρουμε να καθυστερήσουμε την έναρξη των συμπτωμάτων κατά 5 χρόνια, θα είμαστε σε θέση να μειώσουμε σημαντικά τον αριθμό των ανθρώπων με άνοια και να εξασφαλίσουμε περισσότερα και καλύτερα χρόνια ζωής για τους συμπολίτες μας.»

Η Διακήρυξη του Παρισιού (Paris Declaration), αποφασίστηκε από την Ετήσια Συνάντηση της Alzheimer Europe στις 29 Ιουνίου 2006 στο Παρίσι. Είναι ένα έγγραφο – κάλεσμα για δράση προς τους Ευρωπαϊκούς φορείς χάραξης πολιτικής, αλλά και προς τους απλούς πολίτες. Πιο συγκεκριμένα, επιδιώκει:

- ✓ Να αναγνωριστεί η Νόσος Alzheimer ως μια σημαντική πρόκληση για τη Δημόσια Υγεία και να σχεδιαστούν ευρωπαϊκά και εθνικά προγράμματα δράσης.
- ✓ Να οργανωθούν καμπάνιες ενημέρωσης για το ευρύ κοινό

με σκοπό τον έγκαιρο εντοπισμό των πρώιμων συμπτωμάτων της Νόσου.

- ✓ Να τεθούν οι προϋποθέσεις και να αυξηθεί η χρηματοδότηση για πανευρωπαϊκές έρευνες πάνω στα αίτια, την πρόληψη και τη θεραπεία της Νόσου Alzheimer και των συναφών διαταραχών.
- ✓ Να αποτελέσει η Άνοια απαραίτητο κομμάτι της ιατρικής εκπαίδευσης.
- ✓ Να αναγνωριστεί η πολύτιμη συνεισφορά των Εταιρειών Alzheimer και να τους χορηγηθεί οικονομική ενίσχυση για να συνεχίσουν το έργο τους.
- ✓ Να ενημερωθούν οι επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται

με την άνοια σχετικά με το έργο των Εταιρειών Alzheimer, έτσι ώστε να παραπέμπουν τους ασθενείς τους, για να ενημερωθούν και να επωφεληθούν από τις προσφερόμενες υπηρεσίες.

- ✓ Να αναγνωριστεί το φορτίο των περιθαλπνών των ασθενών με άνοια και να συγκροτηθούν υπηρεσίες που θα στοχεύουν στην ελάφρυνση αυτού του φορτίου.

- ✓ Να επεκταθούν τα προγράμματα και οι υπηρεσίες που στοχεύουν στη δημιουργική απασχόληση και την πνευματική άσκηση των ανοϊκών ασθενών.

Οι συντονισμένες προσπάθειες της Εταιρείας μας είχαν ως αποτέλεσμα τόσο την ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης, όσο και τη θερμή και άμεση ανταπόκριση των Ελλήνων Ευρωβουλευτών στο κάλεσμα για την υποστήριξη των στόχων της Ευρωπαϊκής Συμμαχίας Alzheimer.

Οι Ευρωβουλευτές μας που έχουν υπογράψει τη Διακήρυξη του Παρισιού και συμμετέχουν δυναμικά στην προώθηση των ζητημάτων που σχετίζονται με την άνοια είναι:

- ➔ Ρόδη Κράτσα, Αντιπρόεδρος του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, Ευρωβουλευτής Ν.Δ.
- ➔ Νικόλαος Βακάλης, Ευρωβουλευτής Ν.Δ.
- ➔ Μαριλένα Κοπά, Ευρωβουλευτής ΠΑΣΟΚ
- ➔ Μαίρη Ματσούκα, Ευρωβουλευτής ΠΑΣΟΚ
- ➔ Μαρία Παναγιωτοπούλου - Κασσιώτου, Ευρωβουλευτής Ν.Δ.
- ➔ Δημήτριος Παπαδημούλης, Ευρωβουλευτής ΣΥΝ
- ➔ Μαργαρίτης Σχοινάς, Ευρωβουλευτής Ν.Δ
- ➔ Αντόνιος Τρακατέλλης, Ευρωβουλευτής Ν.Δ

Αποτέλεσμα των συντονισμένων προσπαθειών ήταν η δημιουργία της Ευρωπαϊκής Συμμαχίας Alzheimer

ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΒΕΛΤΙΩΘΕΙ Η ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER

Μάγδα Τσολάκη

Η έλλειψη συμμόρφωσης στη λήψη των φαρμάκων είναι ένα σύνθετο πρόβλημα για όλες τις ομάδες των ασθενών. Ειδικά οι ηλικιωμένοι ασθενείς με νόσο Alzheimer δυσκολεύονται περισσότερο στη διαχείριση των ποικίλων φαρμακευτικών σχημάτων και αυτό διότι λαμβάνουν κατά κανόνα πολλά φαρμακευτικά σκευάσματα, καθημερινά, για διάφορες συνυπάρχουσες παθήσεις, έχουν προβλήματα όρασης και επιπλέον πάσχουν από νοητικές διαταραχές.

Η μη-συμμόρφωση μπορεί να οδηγήσει σε φτωχό έλεγχο της νόσου, ουσιαστική επιδείνωση της νόσου, εισαγωγή στο νοσοκομείο και αυξημένα ιατροφαρμακευτικά έξοδα. Με δεδομένο ότι τα φάρμακα δεν έχουν αποτέλεσμα σε ασθενείς που δεν τα λαμβάνουν, η βελτίωση της συμμόρφωσης είναι μια πρόκληση, ιδιαίτερος μεγάλη για χρόνιες καταστάσεις όπως η νόσος Alzheimer.

Αναφορικά με τη συμμόρφωση στη θεραπεία για έναν ασθενή με νόσο Alzheimer, είναι σημαντικό και θα πρέπει να σκεπτόμαστε πάντα και τον περιθάλποντα του ασθενούς, καθώς αυτός είναι συνήθως υπεύθυνος για τη χορήγηση και διαχείριση των φαρμάκων. Η διαχείριση των φαρμακευτικών σχημάτων των ηλικιωμένων ασθενών στο σπίτι είναι ένα περίπλοκο ζήτημα και η ευθύνη αυτή που επωμίζονται οι περιθάλποντες προκαλεί στους ίδιους αυξημένο άγχος (περίπου 80% των περιθαλπόντων αναφέρουν άγχος και 50% αναφέρουν κατάθλιψη). Επιπλέον πολλοί περιθάλποντες είναι συχνά και οι ίδιοι ηλικιωμένοι άνθρωποι και άρα είναι επίσης εύαλωτοι σε δυσκολίες για τη συμμόρφωση.

Δεν αποτελεί έκπληξη συνεπώς που πολλοί ασθενείς με νόσο Alzheimer και οι περιθάλποντες αυτών δυσκολεύονται να συμμορφωθούν με τη φαρμακευτική αγωγή της νόσου.

Τώρα όμως τα πράγματα μπορούν να αλλάξουν!

Κι αυτό γιατί ήρθε και κυκλοφορεί στην Ελλάδα η ριβαστιγμίνη με τη μορφή **Exelon Patch**, το πρώτο και μοναδικό διαδερμικό αυτοκόλλητο για την αντιμετώπιση της νόσου Alzheimer, που αποτελεί μια πρωτοποριακή θεραπευτική προσέγγιση.

Το **Exelon Patch** πέρα από την υψηλή αποτελεσματικότητά του και την ουσιαστική βελτίωση που μπορεί να προσφέρει στους ασθενείς με νόσο Alzheimer, είναι πιο φιλικό στη χρήση του τόσο από τον ασθενή όσο και από τον περιθάλποντα και γι' αυτό έχει την προτίμησή τους. Συγκεκριμένα, οι περιθάλποντες δηλώνουν ότι προτιμούν το **Exelon Patch** για την ευκολία στη χρήση του, την ευκολία παρακολούθησης της θεραπείας, για την ιδιότητά του να απλοποιεί τη θεραπεία και να βελτιώνει τη συμμόρφωση των ασθενών, καθώς και για το ότι βοηθά τον περιθάλποντα στον έλεγχο της φαρμακευτικής αγωγής.

Η χρήση του **Exelon Patch** στη νόσο Alzheimer μπορεί επίσης να συντελέσει στην καλύτερη επικοινωνία μεταξύ ασθενούς και περιθάλποντα. Η καθημερινή εφαρμογή του αυτοκόλλητου με ένα απλό άγγιγμα, είναι από μόνη της μια ευχάριστη ανθρώπινη επαφή. Αυτό είναι διπλά ωφέλιμο και έχει μεγάλη σημασία για τους ασθενείς με νόσο Alzheimer που υποφέρουν από συναισθηματικές και συμπεριφορικές διαταραχές.

Με βάση όλα τα παραπάνω προκύπτει το συμπέρασμα ότι το **Exelon Patch** μπορεί πραγματικά και ουσιαστικά να συμβάλλει στην βελτίωση της συμμόρφωσης στη θεραπεία της νόσου Alzheimer.

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΑΝΑΣΤΟΛΩΝ ΧΟΛΙΝΕΣΤΕΡΑΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ

Παντελής Μαϊόβης, Ιατρός
Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών

Είναι γνωστό ότι η νόσος Alzheimer χαρακτηρίζεται από έκπτωση σε όλες τις νοητικές λειτουργίες, εξάρτηση του ασθενή από τρίτο άτομο για τις δραστηριότητες της καθημερινής ζωής αλλά και πολλαπλά συμπεριφορικά προβλήματα. Αυτά τα νευροψυχιατρικά συμπτώματα περιλαμβάνουν την απάθεια, τη διέγερση, την ευερεθιστότητα, την κατάθλιψη, ανώμαλη κινητική συμπεριφορά (περιπλάνηση, στερεότυπες κινήσεις), ψευδαισθήσεις και παραισθήσεις, ευφορία και άρση αναστολών.

Τα ποικίλα αυτά συμπεριφορικά προβλήματα αυξάνουν το βάρος της φροντίδας για τους περιθάλποντες, μειώνουν την ποιότητα ζωής ασθενή και περιθάλποντα και αυξάνουν την πιθανότητα για εισαγωγή του ασθενούς σε ίδρυμα.

Οι αναστολείς χολινεστεράσης, (Aricept, Exelon, Reminyl) καθώς και η Μεμαντίνη (Ebixa) τα σκευάσματα δηλαδή που χρησιμοποιούνται ευρέως για τη συμπτωματική αντιμετώπιση της νόσου Alzheimer, πέρα από την ωφέλεια που προσφέρουν στο νοητικό επίπεδο, έχει βρεθεί ότι βελτιώνουν τα συμπεριφορικά αυτά προβλήματα, ιδιαίτερα την απάθεια και τις διαταραχές της διάθεσης. Κάποιες μελέτες υποδεικνύουν πιθανή βελτίωση και στην ψυχωτική συμπεριφορά και τη διέγερση. Ειδικά αν υπάρχουν ψευδαισθήσεις, θεωρείται ότι ο ασθενής έχει μεγάλες πιθανότητες να ανταποκριθεί καλά στη θεραπεία.

Βέβαια τα αποτελέσματα αυτά δεν έχουν βρεθεί σε όλες τις μελέτες και γι' αυτό το λόγο, είναι απαραίτητο να γίνουν μεγαλύτερες μελέτες με ασθενείς σε πιο σοβαρό στάδιο άνοιας ώστε να διερευνηθεί καλύτερα η ωφέλεια που μπορούν να προσφέρουν οι αναστολείς χολινεστεράσης και η μεμαντίνη στα συμπεριφορικά προβλήματα που εμφανίζουν οι ανοϊκοί ασθενείς.

(Cummings JL. Effect of cholinesterase inhibitors on behavior)

ΕΤΑΙΡΕΙΑ Ν. ALZHEIMER & ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ «ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ»

Χαιρόμαστε ιδιαίτερα που μέσα από το περιοδικό της ομοσπονδίας μπορούμε να έρθουμε σε επικοινωνία και να μοιραστούμε τις σκέψεις και τις δράσεις μας που αφορούν τους ασθενείς μας και τις οικογένειές τους.

Έτσι σας πληροφορούμε και εμείς σαν εταιρεία από την Κρήτη και την πόλη του Ηρακλείου ότι στα δυο χρόνια λειτουργίας μας έχουμε αναπτύξει τις παρακάτω δραστηριότητες, συγχρόνως με την ενημέρωση για τη νόσο και την ύπαρξη της εταιρείας μας.

1. Κάθε Δευτέρα 6-8 μ.μ στο σωματείο 'Απόστολος Παύλος' Αμαλθείας 12 πραγματοποιείται από ειδικούς επιστήμονες –κατόπιν ραντεβού- νευροψυχολογική εκτίμηση και εφόσον η διάγνωση αποβάνει θετική ο ασθενής εντάσσεται σε ειδικό πρόγραμμα
2. Έχουν δημιουργηθεί 3 κέντρα ημέρας για τους ασθενείς με Alzheimer και τους περιθάλποντές τους.
 - ◆ Τρίτη 5-8 Α.Κ.Α.Π.Η Μασταμπά Πατριάρχου Φωτίου
 - ◆ Τετάρτη 5-8 Μάχης Κρήτης και Ηφαίστου γονία
 - ◆ Πέμπτη 5-8 Μ Αλεξάνδρου και Θέμου Κορνάρου (4^ο Δημοτικό διαμέρισμα).
3. Πραγματοποιούνται ειδικά προγράμματα υποστήριξης ασθενούς, άσκηση μνήμης, προσοχής και λόγου από εξειδικευμένο προσωπικό (νευρολόγο, ψυχολόγο, ψυχίατρο, κοινωνικό λειτουργό). Σε όλα τα κέντρα ημέρας, με τη δημιουργία ομάδων παρέχεται ενημέρωση και ψυχολογική υποστήριξη συγγενών και περιθαλπόμενων.
4. Κάθε Πέμπτη 10:30 π.μ στη Νευρολογική κλινική του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Ηρακλείου λειτουργεί ιατρείο μνήμης.

Ενδιαφέρουσα πληροφορία για ένα « απόγευμα αλλιώτικο από τα άλλα»

Η δημιουργία του πρώτου καφέ Alzheimer στην πόλη μας έρχεται να συμπληρώσει την εβδομάδα δραστηριοτήτων της εταιρείας «Αλληλεγγύης», οι οποίες αφορούν άτομα που πάσχουν από Άνοια καθώς και τους συγγενείς και φροντιστές τους.

Κάθε Παρασκευή απόγευμα 5-8 μ.μ στο Πνευματικό Κέντρο Αγίου Γεωργίου Πόρου σε ένα ευρύχωρο όροφο πλαισιωμένο με γιατρό γηροντολόγο, ψυχολόγο, νοσηλεύτη, κοινωνική λειτουργό, εργοθεραπεύτρια, φίλες του ερυθρού σταυρού και άλλους εθελοντές, οι ασθενείς μας θα έχουν τη δυνατότητα να περνούν μαζί μας, χωρίς οικονομική επιβάρυνση, ξένοιαστα και δημιουργικά, ένα απόγευμα αλλιώτικο από τα άλλα. Με τον τρόπο αυτό δίνεται η ευκαιρία στους οικείους τους να διαθέτουν έστω και λίγο χρόνο στον εαυτό τους γνωρίζοντας ότι ο άνθρωπός τους βρίσκεται κοντά μας με φροντίδα και ασφάλεια - μικρή ανακούφιση στο δυσβάσταχτο βάρος της εβδομάδας.

Η εταιρεία «Αλληλεγγύη» ευχαριστεί θερμά τους Ιερείς και το εκκλησιαστικό συμβούλιο της ενορίας Ν. Α. Γεωργίου [Πόρου για την ιδιαίτερη έμπρακτη χειρονομία αγάπης προς τους συνανθρώπους μας. – αν κάποιος θέλει να μοιραστεί μαζί μας τη χαρά του εθελοντισμού μπορεί να επικοινωνήσει στο 6974192595

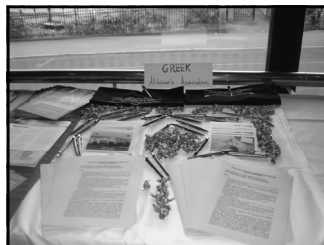
ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΠΑΝΑΓΙΑ ΣΟΥΜΕΛΛΑ

Οι υπεύθυνοι και τα μέλη της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών καθώς και η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer Καλαμαριάς διοργάνωσαν το καθιερωμένο προσκύνημα στην Π. Σουμελά, την Παρασκευή 11 Μαρτίου 2008.

18^ο ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΤΗΣ ALZHEIMER EUROPE, 22-25 ΜΑΪΟΥ 2008, ΟΣΛΟ, ΝΟΡΒΗΓΙΑ

*Αποστολίδου Αναστασία, Υπάλληλος Διοίκησης
Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών*

Στις 22-25 Μαΐου 2008 πραγματοποιήθηκε το 18^ο Ευρωπαϊκό Συνέδριο Alzheimer της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Νόσου Alzheimer (Alzheimer Europe), στην πόλη Οσλο της Νορβηγίας. Στο εν λόγω συνέδριο συμμετείχαν πάνω από 650 εκπρόσωποι από όλη την Ευρώπη



είτε σαν ομιλητές είτε απλά σαν συνέδριο. Με κεντρικό σύνθημα «Γκρεμίζοντας τα εμπόδια», η Νορβηγική διοργανώτρια Εταιρεία απεύθυνε ανοιχτή πρόσκληση στο κοινό για να ξεπεραστεί το στίγμα και οι προκαταλήψεις γύρω από τη νόσο με απώτερο στόχο την ανώδυνη ένταξη των ασθενών και των περιθαλπόντων στην κοινωνία μας.

Την Ελλάδα εκπροσώπησαν η προϊστάμενη διοίκησης κα. Νίνα Κότρας, η γιατρός κα. Μαριάννα Σιαπέρα, η ψυχολόγος κα. Κατερίνα Σούμπουρου και η διοικητική υπάλληλος κα. Αναστασία Αποστολίδου. Η γιατρός κα. Σιαπέρα παρουσίασε μία ομιλία με θέμα: «Πρωτογενής προοδευτική Αφασία σε ελληνικό πληθυσμό με άνοια». Παράλληλα, η ψυχολόγος της Μονάδας Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer, κα. Σούμπουρου, πραγματοποίησε ομιλία με θέμα: «Εκπαίδευση και Γνωστική Αποκατάσταση σε ασθενείς με Ήπια Νοητική Εξασθένιση και ήπια Άνοια» και την ανάρτηση poster με θέμα: «Στίγμα και Άνοια: Δικαίωμα στη ζωή».

Στα πλαίσια των εργασιών του συνεδρίου, εκπρόσωποι της ΕΕ-ΝΑΣΔ παρακολούθησαν τις εργασίες του Διοικητικού Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Alzheimer και πήραν μέρος στη ψηφοφορία για την εκλογή του νέου Διοικητικού Συμβουλίου. Ακολούθησε μία σειρά συναντήσεων και διαπραγματεύσεων με στελέχη της Ευρωπαϊκής Εταιρείας αλλά και της Παγκόσμιας Εταιρείας Alzheimer (ADI), εν όψει του σχεδιασμού της διοργάνωσης του 25ου Παγκοσμίου Συνεδρίου Alzheimer στις **11-13 Μαρτίου 2010** στη Θεσσαλονίκη. Το συγκεκριμένο συνέδριο αποτέλεσε μία πολύ καλή ευκαιρία για να γνωστοποιηθεί στις Εταιρείες ανά την Ευρώπη η διοργάνωση του Παγκοσμίου Συνεδρίου στην Ελλάδα.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΣΤΗΝ ΞΑΝΘΗ

*Πένο Μιχαηλίδου,
Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Ν. Alzheimer & Συγγενών
Διαταραχών Ν. Ξάνθης*

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer Ξάνθης ευχαριστεί θερμά την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και ιδιαίτερα, τις ψυχολόγους Αγαθάτου Χριστίνα, Νικολαΐδου Ευδοκία, Πόππη Ελένη και τη φυσιοθεραπεύτρια Μπακογλίδου Ευαγγελία για την εκπαίδευση του προσωπικού και των εθελοντών της εταιρείας μας.



Το σεμινάριο πραγματοποιήθηκε σε χώρο της εταιρείας σημειώνοντας μεγάλη επιτυχία. Η παρουσίασή του ήταν άψογη, με αποτέλεσμα να εισπράξει τις καλύτερες κριτικές τόσο από τους συμμετέχοντες, όσο και από τα τοπικά ΜΜΕ.

Ως εκ τούτου ελπίζουμε σε μία νέα συνεργασία!



ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ ΝΟΣΟ ALZHEIMER ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΗΣ

Γεώργιος Σπανάκης, MD, MSc
Ειδικός Νευρολόγος

Γενικός Γραμματέας Εταιρείας Alzheimer Ηρακλείου

Τον τελευταίο καιρό, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης βρίθουν από εκπομπές σχετικά με το πώς θα παραμείνουμε υγιείς, πώς θα τρώμε σωστά, και πώς θα είμαστε σε καλή φυσική και πνευματική κατάσταση. Πολλοί άνθρωποι ανησυχούν για το πώς θα παραμείνουν υγιείς, ενώ περνά η ηλικία. Αναρωτιούνται αν μπορούν να κάνουν κάτι για να αποτρέψουν νοσήματα που συμβαίνουν συχνότερα με την ηλικία, όπως η νόσος Alzheimer (NA).

Για τη NA δεν έχει βρεθεί ακόμη η θεραπεία και τα μυστικά για την πρόληψή της δεν είναι ακόμη πλήρως γνωστά. Όμως, έρευνες που διεξάγονται παγκοσμίως, από δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς, έχουν προσφέρει σημαντικά στοιχεία σχετικά με την αιτία και την εξέλιξη της NA. Αυτά τα ευρήματα αυξάνουν τις ελπίδες ότι κάποια μέρα θα είναι εφικτή η καθυστέρηση της έναρξης, η καθυστέρηση της εξέλιξης, ή και η πλήρης πρόληψή της. Μόνο η καθυστέρηση κατά 5 έτη του χρόνου έναρξης των συμπτωμάτων, θα μπορούσε να ελαττώσει σημαντικά τον αριθμό των ατόμων που πάσχουν από την νόσο.

Πολλά νοσήματα όπως ο σακχαρώδης διαβήτης, η καρδιακή νόσος, και η αρθρίτιδα είναι σύνθετα. Συμβαίνουν όταν γενετικοί, περιβαλλοντικοί παράγοντες, και παράγοντες που σχετίζονται με τον τρόπο ζωής συνεισφέρουν μαζί για να προκαλέσουν μια νοσηρή διεργασία να ξεκινήσει και στη συνέχεια να εξελιχθεί. Η σημασία κάθε ενός από τους παράγοντες αυτούς διαφέρει από άτομο σε άτομο. Η NA είναι και αυτή μια από τις σύνθετες νόσους. Εξετίθηκα σε πολλά χρόνια και μπορεί να επηρεάζεται από ένα μεγάλο αριθμό παραγόντων που μπορεί να αυξάνει ή να ελαττώνει τον κίνδυνο ενός ατόμου να νοσήσει. Μερικούς από τους παράγοντες κινδύνου δεν μπορούμε να τους τροποποιήσουμε. Μπορούμε, όμως, να κάνουμε κάτι για τους υπόλοιπους πιθανούς παράγοντες κινδύνου. Το αποτέλεσμα για κάθε άτομο χωριστά των αλλαγών στους παράγοντες κινδύνου θα εξαρτηθεί από τις γενετικές του καταβολές, το περιβάλλον του και τον τρόπο ζωής του.

Παράγοντες που δεν μπορούμε να ελέγξουμε

ΗΛΙΚΙΑ Η ηλικία είναι ο πιο σημαντικός γνωστός παράγοντας κινδύνου για NA. Αρκετές μελέτες εκτιμούν ότι μέχρι και μισοί από τους ανθρώπους που είναι μεγαλύτεροι από 85 έχουν τη νόσο. Αυτά τα δεδομένα είναι σημαντικά λόγω του αυξανόμενου αριθμού των ατόμων που είναι άνω των 65. Επιπλέον στις αναπτυσσόμενες κοινωνίες, η ομάδα με το μεγαλύτερο κίνδυνο για NA-όσοι είναι άνω των 85- είναι η πληθυσμιακή ομάδα με το μεγαλύτερο ρυθμό αύξησης.

ΓΕΝΕΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ Οι γενετικοί παράγοντες είναι ο άλλος γνωστός παράγοντας που ένα άτομο δεν μπορεί να ελέγξει. Οι ερευνητές έχουν βρει γενετικές συσχετίσεις και με τους δύο τύπους της νόσου. Η NA συχνά διακρίνεται σε πρώιμης έναρξης και όψιμης έναρξης με το όριο να είναι τα 60-65 έτη. Τρία γονίδια έχουν βρεθεί ότι προκαλούν τις γενετικές μορφές της NA πρώιμης έναρξης και είναι με σειρά συχνότητας το PS1, APP και το PS2. Είναι οι σαφώς κληρονομικές μορφές και κληρονομούνται με τον αυτοσωμικό επικρατή χαρακτήρα, που σημαίνει ότι αν ένας γονέας έχει το παθολογικό γονίδιο, η πιθανότητα να εμφανίσει τη νόσο το παιδί είναι 50-50%. Έχουν σχέση με τη λανθασμένη επεξεργασία και παραγωγή του β-αμυλοειδούς που είναι το βασικό συστατικό που αθροίζεται στις βλάβες της NA.

Πάντως, όλες οι μεταλλάξεις και στα 3 αυτά γονίδια αντιπροσωπεύουν λιγότερο από το 2% όλων των περιπτώσεων με NA.

Η νόσος NA όψιμης έναρξης είναι ο συχνότερος τύπος άνοιας (το υπόλοιπο 98%). Θεωρείται ότι αρκετοί γενετικοί παράγοντες

έχουν ρόλο στον τύπο αυτό. Πάντως ο μόνος παράγοντας που έχει αναγνωριστεί και επιβεβαιωθεί από μεγάλο αριθμό μελετών είναι το γονίδιο ApoE. Το αλληλίο ε4 του γονιδίου αυτού είναι προδιαθεσικός -και όχι καθοριστικός κληρονομικός παράγοντας- για τη NA όψιμης έναρξης και σχετίζεται με πρωιμότερη έναρξη της νόσου.

Επομένως, παρά το ότι ο σχετικός κίνδυνος για NA αυξάνεται μέχρι και 15 φορές στα άτομα που φέρουν και τα δύο αλληλία ε4 σε σχέση με αυτούς που είναι ομόζυγοι για το αλληλίο ε3, δεν αποτελεί ούτε ικανό ούτε αναγκαίο παράγοντα για την εμφάνιση της NA.

Παράγοντες που μπορούμε να ελέγξουμε

Αυξανόμενα υποστηρικτικά στοιχεία προτείνουν μια ισχυρή και πιθανότατα αιτιακή σχέση μεταξύ της καρδιαγγειακής νόσου (KAN), και των παραγόντων κινδύνου της, με την επίπτωση της νοητικής έκπτωσης και της NA. Οι μεικτές μορφές άνοιας, με παθολογοανατομικά χαρακτηριστικά τόσο αγγειακής όσο και τύπου Alzheimer, είναι πολύ συχνές. Επιπλέον, άτομα με υποκλινική KAN έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να εμφανίσουν άνοια και NA. **ΚΑΡΔΙΟΑΓΓΕΙΑΚΗ ΝΟΣΟΣ (KAN)** Σαφή και αναπαραγόμενα αποτελέσματα από μεγάλο αριθμό επιδημιολογικών μελετών καθορίζουν την σχέση μεταξύ KAN και νοητικής έκπτωσης ή NA.

Η μελέτη της σχέσης NA και KAN είναι περίπλοκη, διότι τα διαγνωστικά κριτήρια για NA αποκλείουν άτομα με κλινική KAN. Παρά ταύτα, υπάρχουν πειστικά στοιχεία ότι η KAN συμβάλλει στη NA. Για παράδειγμα σε μελέτες που έγινε post mortem παθολογοανατομική εξέταση περιπτώσεων με NA, ο αριθμός των μικροαγγειακών ισχαιμικών βλαβών ήταν τόσο στενά συνδεδεμένος με άνοια όσο και ο αριθμός των βλαβών της NA. Επίσης, στη Μελέτη Καρδιαγγειακής Υγείας (Cardiovascular Health Study), το πάχος του τοιχώματος των καρωτίδων αρτηριών (έσω και κοινής) και ο βαθμός προσβολής από περιφερική αρτηριακή νόσο σχετίζονταν όλα με αυξημένο κίνδυνο για νόσο Alzheimer. Επιπλέον, μια προοπτική έρευνα της μελέτης του Rotterdam έδειξε ότι τα σιωπηλά έμφρακτα στην MRI αύξησαν τον κίνδυνο για άνοια περισσότερο από το διπλάσιο μετά από 3.6 έτη παρακολούθησης.

Δεν είναι πάντως σαφές αν αυτή η σχέση οφείλεται σε κοινούς προδιαθεσικούς παράγοντες ή σε άμεσες ή έμμεσες επιδράσεις της KAN στις παθολογικές διεργασίες που προκαλούν τη NA.

ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ (ΣΔ) Σαφή και ισχυρά αποτελέσματα από επιδημιολογικές έρευνες αναδείχνουν ισχυρή σχέση μεταξύ του ΣΔ τύπου II και νοητικής έκπτωσης ή άνοιας. Ο ΣΔ είναι ένας από τους πιο τεκμηριωμένους παράγοντες για νοητική έκπτωση σε περισσότερες από 30 μελέτες. Επίσης, όσον αφορά την άνοια, σε μια πρόσφατη ανασκόπηση προοπτικών μελετών, υπολογίστηκε ένας μέσος δείκτης σχετικού κινδύνου 1.6, δηλαδή 60% μεγαλύτερη πιθανότητα για άνοια. Αν και δεν αφορούσε μόνο σε NA, οι διάφορες μελέτες για NA εμφανίζουν δείκτες από 1.2 ως και 2.3. Επιπλέον, αν και ο αριθμός των μελετών είναι περιορισμένος, οι αυξημένες τιμές ινσουλίνης νηστείας στο αίμα, σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνο για άνοια και NA.

Ο ΣΔ μπορεί να αυξάνει την νοητική έκπτωση και την άνοια λόγω της βλάβης στα μικρά και μεγάλα αγγεία που τον συνοδεύει. Επιπλέον, μπορεί να υπάρχουν άμεσες επιδράσεις της ινσουλίνης στον εγκέφαλο. Σε μια πρόσφατη μελέτη σε 16 υγιείς ηλικιωμένους ενήλικες, βρέθηκε ότι σε οξεία έγχυση ινσουλίνης, τα επίπεδα του Αβ (που είναι ο παράγοντας που σχετίζεται με την NA) στο ENY αυξήθηκαν κατά 15%.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

7^η ΓΙΟΡΤΗ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ

Το Σάββατο 17 Μαΐου 2008 πραγματοποιήθηκε στον πεζόδρομο του Αποστόλου Παύλου στο Θησείο, η 7^η Γιορτή Εθελοντισμού. Με κεντρικό σύνθημα «Ο κόσμος είναι στα χέρια μας. Μπορούμε να τον κάνουμε καλύτερο», η Κίνηση Φορέων Εθελοντισμού τόνισε για 7η συνεχή χρονιά τη σημασία του εθελοντισμού για την κοινωνία μας.

Η Έκθεση – Γιορτή του Εθελοντισμού κάθε χρόνο τελεί υπό την αιγίδα του Δήμου Αθηναίων και την υποστήριξη της Γενικής Γραμματείας Νέας Γενιάς. Στη φετινή εκδήλωση πήραν μέρος 53 διεθνείς και τοπικοί οργανισμοί που έχουν αφιερώσει τη δράση στους στον Εθελοντισμό και την Κοινωνική Προσφορά. Η γιορτή διήρκησε από τις 10:00 π.μ. έως τις 10:00 μ.μ. και ολοκληρώθηκε με τη συναυλία του Βασίλη Λέκκα.

Η εκδήλωση ήταν ανοιχτή προς το κοινό και οι επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με τις δραστηριότητες των εθελοντικών οργανισμών με ενημερωτικό υλικό, έκθεση φωτογραφίας, θέατρο δρόμου, διαδραστικά παιχνίδια και άλλες εκπλήξεις. Η ανταπόκριση του κόσμου ήταν εντυπωσιακή όπως και το ενδιαφέρον του για τη δράση και τη διάδοση της ιδέας του εθελοντισμού.

Περισσότερο από κάθε άλλη φορά οι ιδέες του Εθελοντισμού και της Αλληλεγγύης έρχονται στο επίκεντρο ως απαραίτητο στοιχείο για μία κοινωνία ζωντανή, υγιή και εξελισσόμενη. Ας μην ξεχνάμε ότι οι εθελοντές είναι μια Ζωντανή Δύναμη της Κοινωνίας μας και ότι αρκετοί άνθρωποι σήμερα έχουν μια βαθιά πίστη στην ιδέα του εθελοντισμού και της ανιδιοτελούς κοινωνικής προσφοράς.



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ALZHEIMER ΒΟΛΟΥ «Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Στο Νομό Μαγνησίας υπάρχουν προς το παρόν τρία Σωματεία που ασχολούνται με την άνοια τύπου Alzheimer. Αυτά τα σωματεία είναι:

- ♦ Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Βόλου η οποία εδρεύει στο προάστιο του Βόλου, Ανθεστηρίων 5, Αλυκές Βόλου. Με τη Δράση MANA παρέχει τη φροντίδα στους ασθενείς και στους περιθάλποντες
- ♦ Το Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου «Η Αγία Σοφία» εδρεύει στο κέντρο του Βόλου στην οδό Χατζηαργύρη 110. Ασχολείται με την ενημέρωση του κοινού, τη μελέτη της νόσου για τη βελτίωση της ποιότητας της παρεχόμενης φροντίδας με την εφαρμογή των επιτευγμάτων της τεχνολογίας και με την εκπαίδευση αυτών που θέλουν να ασχοληθούν με τη φροντίδα των ασθενών
- ♦ Η Εταιρεία Alzheimer Αργαλαστής Πηλίου η οποία βρίσκεται στη φάση της οργανώσεως, με στόχους παρόμοιους της EENASΔ Βόλου. Το Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου «Η Αγία Σοφία» και η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Βόλου, (EENASΔ) προχωρούν με συνεργασία στην υλοποίηση της αποστολής τους η οποία αποσκοπεί στην προαγωγή της ποιότητας ζωής των ασθενών της νόσου στο Νομό Μαγνησίας.

Η συνεργασία υλοποιείται με τις κοινές ενημερωτικές εκδηλώσεις στον πληθυσμό.

Η Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer (MANA) η οποία αποτελεί δραστηριότητα της EENASΔ Βόλου, διέθεσε ψυχολόγους στο χώρο του Ινστιτούτου επί τετράμηνο (από το Νοέμβριο του 2007 έως τον Φεβρουάριο του 2008) για τη δωρεάν νευροψυχολογική νοητικών γνωστικών διαταραχών. Στο διάστημα αυτό όσοι είχαν κάποια υποψία για μνημονικές διαταραχές είχαν την δυνατότητα να επισκεπτούν τη μονάδα και να κάνουν δωρεάν νευροψυχολογικό έλεγχο. Τα έσοδα του Ινστιτούτου Alzheimer Βόλου «Η Αγία Σοφία» προέρχονται αποκλειστικά από δωρεές φίλων, τα οποία μεταφέρονται αυτούσια στην κάλυψη των εξόδων της MANA. Στο 2^ο Εξάμηνο του 2007 διετέθηκε από το Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου «Η Αγία Σοφία» το ποσό 39.442,50 ευρώ.

Από την 25^η Νοεμβρίου λειτουργεί στο χώρο του Ινστιτούτου Alzheimer Βόλου «Η Αγία Σοφία», στην οδό Χατζηαργύρη 110, έκθεση με φωτογραφίες, κείμενα, ενημερωτικά φυλλάδια σχεδόν όλων των Εταιρειών της Ελλάδος. Εκεί ο επισκέπτης έχει τη δυνατότητα να μάθει τις πόλεις που διαθέτουν Εταιρείες Alzheimer, τις διευθύνσεις, τα τηλέφωνα, τις επιδιώξεις, τις δυνατότητές τους και προπάντων τις δραστηριότητες του κάθε σωματείου. Στους επισκέπτες διατίθενται δωρεάν έντυπα των Εταιρειών.

Από 5 Μαΐου πραγματοποιείται στο χώρο του Ινστιτούτου Alzheimer «Η Αγία Σοφία», στην οδό Χατζηαργύρη 110, εκπαίδευση όσων επιθυμούν να ασχοληθούν με τη φροντίδα των ασθενών που πάσχουν από τη νόσο Alzheimer.

Στο τμήμα αυτό παρακολουθούν την εκπαίδευση 24 περιθάλποντες και επαγγελματίες Υγείας οι οποίοι ενημερώνονται για τις ιδιαιτερότητες της νόσου Alzheimer στην πρωτοβάθμια περίθαλψη. Οι συμμετέχοντες προορίζονται για την κάλυψη αναγκών του Νομού Μαγνησίας στον τομέα της ψυχικής υγείας.

Το πρόγραμμα αυτό επιδοτήθηκε από το Υπουργείο Απασχόλησης.

Την Κυριακή των Βαΐων το σωματείο Alzheimer Ηρακλείου Κρήτης παρουσίασε στο κοινό την κινηματογραφική ταινία με τον τίτλο «Το υστερόγραφο μιας σχέσης» πρόκειται για μια ταινία που περιγράφει το ψυχικό άγχος που επιφορτίζονται οι συγγενείς των ασθενών με νόσο Alzheimer από τα πρώτα στάδια μέχρι το τελικό.

Την προβολή της ταινίας παρακολούθησε ως προσκεκλημένος ο πρόεδρος του Ινστιτούτου Alzheimer Βόλου κ. Αριστείδης Λιάπης, ο οποίος διαθέτει μεγάλη εμπειρία για τη νόσο και είναι ταυτόχρονα και μέλος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών.

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΣΤΟ EUROPEAN ALZHEIMER DISEASE CONSORTIUM (EADC)

Δευτέρα 28 Απριλίου 2008, ώρα 21.00, Grand Hotel Palace
Βασίλης Παπαγεωργόπουλος
Δήμαρχος Θεσσαλονίκης

Κυρίες και κύριοι,
 «Χριστός Ανέστη» και «Χρόνια Πολλά»!

Χαιρετίζω τις εργασίες της Επιστημονικής αυτής Συνάντησης, της πάντα δραστήριας Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer, με τα πιο θερμά μου αισθήματα.
 Ως δήμαρχος της Θεσσαλονίκης, της ιστορικής αυτής πόλης, με τη ζωή των 2.322 χρόνων, της πόλης που αποτελεί για την Ευρώπη μία σημαντική πολιτισμική Μητρόπολη, καλωσορίζω όλους εσάς τους διακεκριμένους και καταξιωμένους επιστήμονες που ήρθατε στην πόλη μας, προκειμένου να συμμετάσχετε και να συμβάλλετε με το κύρος σας και τις πολύτιμες γνώσεις και εμπειρίες, στην επιτυχία των εργασιών αυτής της Συνάντησης.

Μου είναι γνωστό το σπουδαίο έργο που επιτελεί η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, ένα έργο βαθιά ανθρωπιστικό και κοινωνικό, που αναδεικνύει την αξία της ανθρώπινης ζωής και το σεβασμό στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια.

Το γεγονός ότι στην Επιστημονική αυτή Συνάντηση της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer, συμμετέχετε εσείς, επιστήμονες υψηλού κύρους, από 50 Πανεπιστήμια της Ευρώπης, δίνει πρόσθετη βαρύτητα και σημασία στο έργο της Εταιρείας και βεβαίως τιμά τη Θεσσαλονίκη.

Ως Δήμαρχος, χαίρομαι ειλικρινά, που η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer, πραγματοποιεί αυτές τις Επιστημονικές Συναντήσεις, τα Συμπόσια και τα Συνέδρια στη Θεσσαλονίκη, διότι και εμείς, ως Δήμος Θεσσαλονίκης, δίνουμε ένα μεγάλο αγώνα για την ανάδειξη της πόλης ως Μητρόπολη των Γραμμάτων και των Τεχνών.

Η πόλη μας, όπως ίσως θα γνωρίζετε, έχει δύο λαμπρά Πανεπιστήμια, μία εκλεκτή Ιατρική Κοινότητα, μία πολύ ζωντανή και προοδευτική Νεολαία και ο κεντρικός της ιστός, το λεγόμενο ιστορικό της Κέντρο, είναι ολόκληρο ένα μεγάλο Μουσείο Ιστορίας και Γνώσης. Εάν δεν το έχετε περπατήσει, σας προσκαλώ να το κάνετε και να απολαύσετε τα Βυζαντινά και Ρωμαϊκά του Μνημεία, τις Εκκλησίες που περιέχουν μία ανεπανάληπτη μυσταγωγία και έργα σπουδαίας εκκλησιαστικής Τέχνης και ασφαλώς να νιώσετε και να χαρείτε τη ζωντάνια και τους έντονους ρυθμούς της πόλης μας.

Ο Δήμος Θεσσαλονίκης, πρωτοπόρος σε πολλούς τομείς των δράσεών του, ειδικότερα για τα άτομα που πάσχουν από τη νόσο του Alzheimer, υλοποιεί συγκεκριμένο πρόγραμμα το οποίο ήταν το πρώτο που ξεκίνησε Πανελλαδικά με την παροχή κοινωνικών υπηρεσιών σε ηλικιωμένους που πάσχουν από άνοια και μάλιστα, το πρόγραμμα αυτό, αποτέλεσε παράδειγμα για κοινοτικούς μας εταίρους.

Ο Δήμος Θεσσαλονίκης κι εγώ προσωπικά, έχουμε βάλει τον άνθρωπο και την αναβάθμιση της ποιότητας της ζωής του, στο Κέντρο των δράσεών μας. Δημιουργούμε έργα που αναβαθμίζουν την καθημερινή ζωή, που διευκολύνουν τη λειτουργία της πόλης.

Θέλουμε ειλικρινά, η πόλη μας, να είναι μια πόλη της ευαισθησίας, της αλληλεγγύης, της κατανόησης, μια πόλη φιλική και ανοιχτή προς όλους τους ανθρώπους.

Μέσα από την καρδιά μου, εύχομαι κάθε επιτυχία στις εργασίες αυτής της Επιστημονικής Συνάντησης και συγχαίρω θερμά την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer, για το σπουδαίο έργο που επιτελεί.

Σας ευχαριστώ!

ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ ΜΟΝΑΔΑΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΒΟΛΟΥ

Κουφογιάννη Πόπη, Ψυχολόγος
Μονάδα Αντιμέτωπισης Νόσου Alzheimer Βόλου

Δραστηριότητες κατά την περίοδο του Πάσχα και της Πρωτομαγιάς

Οι διαταραχές μνήμης που χαρακτηρίζουν τα άτομα με άνοια και οι δυσκολίες που τις συνοδεύουν ώστε να προσανατολιστούν στο χώρο και το χρόνο, ώθησαν το επιστημονικό προσωπικό της Μονάδας στην οργάνωση δραστηριοτήτων, με θεματικό περιεχόμενο το Πάσχα και την Πρωτομαγιά.

Οι ασθενείς που προσέρχονταν καθημερινά στο ημερήσιο πρόγραμμα συμμετείχαν σε ομάδες απασχόλησης κατασκευάζοντας πασχαλινές λαμπάδες, κάρτες για ευχές, πασχαλινά διακοσμητικά, αλλά και ανοιξιάτικα στεφάνια για την ημέρα της πρωτομαγιάς.

Οι ομάδες των δραστηριοτήτων επενδύθηκαν με συζητήσεις, ανάκληση πληροφοριών, αλλά και αναμνήσεων από ήθη, έθιμα και προσωπικές στιγμές των συμμετεχόντων.

Σε όλη την περίοδο του Πάσχα οι ασθενείς έδειχναν ενθουσιασμένοι με το περιεχόμενο των ομάδων, υπήρχε θετική αντίδραση και αλληλεπίδραση μεταξύ τους.



ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΩΝ

*Κουρουνδή Ελένη, Ψυχολόγος
Ελληνική Εταιρεία Ν. Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών*

Όπως φαίνεται και από το ποίημα που ακολουθεί οι περιθάλποντες ασθενών με άνοια, (συνήθως οι σύζυγοι ή τα παιδιά του/της ασθενούς), καλούνται να αντιμετωπίσουν δύσκολες καταστάσεις σε συναισθηματικό και πρακτικό επίπεδο. Η καθημερινή φροντίδα ενός ασθενούς με άνοια είναι πολύ απαιτητική καθώς περιλαμβάνει δραστηριότητες που απαιτούν σωματική και ψυχική δύναμη, όπως επίβλεψη για το ντύσιμο, το φαγητό, τα φάρμακα, την άσκηση, την επίσκεψη σε γιατρούς, τη διαχείριση αρνητικών συναισθημάτων. Η ευθύνη εκτέλεσης των παραπάνω δραστηριοτήτων επιβαρύνει αποκλειστικά τους περιθάλποντες που ζουν ή έχουν την επίβλεψη των ασθενών, σε συνδυασμό με ένα ήδη επιβαρυνόμενο πρόγραμμα από τις υπόλοιπες οικογενειακές υποχρεώσεις.

Όλα τα παραπάνω δημιουργούν πληθώρα συναισθημάτων στους περιθάλποντες. Ο βαθμός, η ένταση και η διάρκειά τους βέβαια ποικίλει από άτομο σε άτομο. Τα κυριότερα συναισθήματα που βιώνουν είναι απογοήτευση και ματαιώση επειδή δεν μπορούν να αλλάξουν την πορεία της νόσου. Συναισθήματα απογοήτευσης και ματαιώσης οδηγούν σε κατάθλιψη, ευερεθιστότητα και θυμό.

Οι περιθάλποντες νιώθουν θυμό γιατί είναι αυτοί που πρέπει να παρέχουν την περίθαλψη. Τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας συνήθως δείχνουν απροθυμία να βοηθήσουν, και καθώς η συμπεριφορά του ασθενή σταδιακά γίνεται δυσκολότερη η προσπάθεια, που χρειάζεται να καταβάλουν, γίνεται ολοένα και μεγαλύτερη. Επίσης αισθάνονται θυμό προς το Θεό, το σύμπαν, τη μοίρα που επέτρεψε να συμβεί κάτι τέτοιο στον άνθρωπό τους και σε αυτούς κατ' επέκταση. Ως αποτέλεσμα του θυμού, ο περιθάλπων βιώνει και το αίσθημα της ενοχής. Αρχικά για τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρθηκε στο παρελθόν απέναντι στον ασθενή και στο παρόν για τα συναισθήματα θυμού που βιώνει εξαιτίας της ιδιόρρυθμης, λόγω άνοιας, συμπεριφοράς του ασθενή. Αισθήματα ενοχής γεννούν επίσης η απώλεια αυτοελέγχου (π.χ. εκρήξεις θυμού) κατά τη διάρκεια της φροντίδας, η περιστασιακή αποποίηση της ευθύνης της φροντίδας του ασθενούς, καθώς και η αδυναμία κάλυψης προσωπικών του/της αναγκών λόγω χρόνου.

Συναισθήματα όπως η απογοήτευση, η πίεση, η αλλαγή που εκπορεύονται από τη φροντίδα ενός ατόμου με χρόνια νοσήματα είναι πηγές άγχους. Στην περίπτωση των περιθα-



πόντων με άνοια το άγχος είναι αποτέλεσμα μιας πραγματικής απειλής, της ασθένειας, αλλά και των πολλών απαιτήσεων που κυφορεί ο ρόλος τους. Επίσης, το άγχος

είναι αποτέλεσμα των καταστάσεων που βιώνουν και των σκέψεων τους για το μέλλον που προδιαγράφεται δυσσώονο και φυσικά αλλοιώνει την ποιότητα της φροντίδας που προσφέρουν. Σε αυτό το σημείο είναι σημαντικό να σημειωθεί πως το άγχος δεν είναι πάντα καταστροφικό, καθώς η έκκριση αδρεναλίνης μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να ανταπεξέλθουν σε εξαιρετικά δύσκολες καταστάσεις.

Στην περίπτωση όμως των ανθρώπων που βιώνουν έντονο και μεγάλης διάρκειας άγχος, όπως οι συνθήκες που διαμορφώνονται κατά τη διάρκεια μιας χρόνιας νόσου, το άγχος μπορεί να αποδειχθεί ιδιαίτερα επιβλαβές για τη σωματική υγεία.

Πρόσφορο έδαφος για την ανάπτυξη άγχους στους περιθάλποντες των ασθενών με άνοια δημιουργεί και η αίσθηση της απώλειας. Καθώς η νόσος εξελίσσεται, ο περιθάλπων στερείται σταδιακά ζωτικές «ποιότητες» της σχέσης του με τον ασθενή όπως τη συντροφικότητα, την οικειότητα, την αμοιβαία υποστήριξη, την κοινή ενδεχομένως ζωή, τη λεκτική επικοινωνία.

Για τους περιθάλποντες ο/η ασθενής τους είναι πλέον ένας άγνωστος με τον οποίο δεν μπορούν να μοιραστούν τίποτα πια και με τον οποίο δεν τους συνδέει τίποτα από όσα τους συνέδεαν στο παρελθόν. Το άτομο που ήξεραν, παρόλο που βρίσκεται στη ζωή, είναι σαν να έχει πλέον πεθάνει γι' αυτούς, αφού δεν θυμάται βασικά γεγονότα (σε προχωρημένο στάδιο ακόμα και τον ίδιο τον περιθάλποντα). Η σταδιακή πορεία προς το θάνατο αποτελεί για τους περιθάλποντες μια σειρά από συνεχόμενες και διαρκείς απώλειες. Όμως όσο έντονα και αν βιώνουν την απώ-

ΠΟΙΗΜΑ

Τρομάζω
Όχι για το τέλος
Τρομάζω για μέχρι το τέλος

Φοβάμαι
Δεν φοβάμαι για μένα
Φοβάμαι γι' αυτά που μπορεί
Να κάνω σε σας

Ντρέπομαι
Όχι για αυτά που έκανα
Μα γι' αυτά που δεν θα κάνω
ποτέ

Σωπαίνω
Όχι γιατί δεν έχω τίποτα να πω
Αλλά για τα πολλά που δεν είπα

Κλαίω
Όχι γι' αυτά που θα έρθουν
Μα γι' αυτά που δεν ήρθαν ποτέ

Ακούω
Όχι μόνο τα λόγια σας
Μα τις καρδιές σας

Λυπάμαι
Όχι για μένα
Μα γι' αυτά που δεν θα κάνω
για σας

Συγγνώμη, μα είμαι μόνη μου
Ανάμεσά σας

Πνίγομαι

*Αλεξάνδρα Μ.
Περιθάλπουσα που μιλάει για
όλα αυτά που ενδεχομένως σκέφτεται και νιώθει η μητέρας της*



λεια επειδή κανείς από το περιβάλλον τους δεν την αναγνωρίζει ως απώλεια (αφού δεν έχει προηγηθεί θάνατος) κανένας δεν αποδέχεται και τις εκδηλώσεις θρήνου.

Όλα τα παραπάνω μπορεί να δημιουργήσουν συναισθήματα κατάθλιψης. Η κατάθλιψη είναι μια ψυχική κατάσταση που χαρακτηρίζεται από συναισθήματα λύπης, μοναξιάς, αποθάρρυνσης, απόγνωσης, ανημπόριας, χαμηλής αυτοεκτίμησης ή και αυτομομφής, ανηδονίας, αίσθημα κόπωσης καθώς και σκέψεις ή απόπειρα αυτοκτονίας.

Δεν πρέπει όμως να ξεχνάμε ότι δεν είναι τόσο το πραγματικό γεγονός αυτό που καθορίζει την αντίδραση των περιθαλπόντων (της οικογένειας) όσο η ερμηνεία που δίνει κάποιος σε αυτό. Για παράδειγμα, περιθάλποντες που αντιλαμβάνονται την αρρώστια ως πρόκληση, κινητοποιούνται για να ξεπεράσουν τις δυσκολίες, αναζητούν πληροφορίες και δεν σταματούν να αγωνίζονται. Περιθάλποντες που αντιλαμβάνονται την αρρώστια σαν δοκιμασία, σαν κακοτυχία, σαν θέλημα της μοίρας ή σαν τιμωρία πράττουν ανάλογα. Σε μια προσπάθεια ενημέρωσης και στήριξης των περιθαλπόντων η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών δημιούργησε προγράμματα ομιλιών καθώς και ομάδες ψυχολογικής στήριξης που απευθύνονται αποκλειστικά σε περιθάλποντες. **Στόχος** είναι να αντιληφθούν τι μπορούν να κάνουν και τι όχι, ώστε να βοηθήσουν τον/την ασθενή «να ζήσει μέχρι να πεθάνει» χωρίς όμως να προσκολλούνται υπερβολικά στις ανάγκες του ανοϊκού ηλικιωμένου και να παραιτούνται από δραστηριότητες που τους ικανοποιούν. Μπορούν να επιλέξουν να αντιδράσουν με τρόπο δημιουργικό και προσαρμοστικό στην κατάσταση, δηλαδή με χιούμορ, ελπίδα και αισιοδοξία, επαναπροσδιορίζοντας τη σχέση τους με τον ασθενή και έχοντας μια ρεαλιστική εικόνα της κατάστασης.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΠΟΜΟΝΩΣΗ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΝΑ ΑΝΑΓΚΗ ΓΙΑ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

*Σουσουρή Μαγδαληνή- Μανιάκη Νίκη, Κοινωνικοί Λειτουργοί
Μονάδας Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer Βόλου*

Η νόσος Alzheimer είναι μια χρόνια νόσος που στην πορεία της εμφανίζει μια σειρά από οικονομικά και οικογενειακά προβλήματα, συχνά δυσβάσταχτα για τον περιθάλπων ενός ασθενή.

Οι περιθάλποντες έρχονται αντιμέτωποι με μια νέα πραγματικότητα και καλούνται να αποδεχθούν και να διαχειριστούν τα νέα δεδομένα στην οικογενειακή τους ζωή, όταν ο ειδικός ιατρός, τους ενημερώσει για τη νόσο.

Συχνά ο περιθάλπων καλείται να ανταπεξέλθει σε πολλαπλούς και διάφορους ρόλους στην καθημερινότητά του, π.χ. σύζυγος, γονιός, εργαζόμενος κ.λ.π.

Εμφανίζει το φαινόμενο να **αποσύρεται** από τις δραστηριότητες ή ασχολίες που είχε παλαιότερα και σιγά-σιγά να τις εγκαταλείπει προκειμένου να εξασφαλίσει περισσότερο χρόνο φροντίδας στον ασθενή. Αναπόφευκτα παραγκωνίζονται τις δικές τους ανάγκες ή προτεραιότητες θεωρώντας τις λιγότερο σημαντικές από ό,τι στην πραγματικότητα είναι, αφιερώνοντας τον ελεύθερο και προσωπικό τους χρόνο στη φροντίδα του ασθενή.

Συνέπεια των παραπάνω είναι να «απομονώνονται» και να «αποξενώνονται» από τον ευρύτερο κοινωνικό τους περίγυρο, έχοντας την αίσθηση της μοναξιάς, που τους ακινητοποιεί κοινωνικά.

Κατά την πορεία και εξέλιξη της νόσου, επειδή οι ανάγκες του ασθενή αυξάνονται, ο χρόνος των περιθαλπόντων περιορίζεται σημαντικά με αποτέλεσμα να νιώθουν εγκλωβισμένοι στον οικείο χώρο και περιθωριοποιημένοι, και να **αποσύρονται** κοινωνικά. Η συμπεριφορά αυτή είναι έκδηλη και συχνά αποτελεί αίτιμα των περιθαλπόντων για βοήθεια, όταν προσέρχονται στην Κοινωνική Υπηρεσία της Μ.Α.Ν.Α.

Η καθημερινή επαφή με τους περιθάλποντες κατέστησε σαφή την ανάγκη τους για συμβουλευτική και στήριξη.

Για το λόγο αυτό σχεδιάστηκαν και υλοποιήθηκαν **ομαδικές συναντήσεις** περιθαλπόντων με επαγγελματίες υγείας, στο χώρο του Κέντρου Ψυχικής Υγείας. Οι ομάδες αποτελούνται από συγκεκριμένο και ίδιο κάθε φορά αριθμό μελών.

Ο χρονικός καθορισμός και η διάρκεια της ομάδας ήταν 4 μήνες και οι συναντήσεις πραγματοποιούνταν ανά δεκαπενθήμερο.

Οι **στόχοι** που τέθηκαν ήταν:

- ~ Προσανατολισμός και ανταλλαγή πληροφοριών μεταξύ των περιθαλπόντων
- ~ Δημιουργία ατμόσφαιρας αλληλοϋποστήριξης μέσω της έκφρασης των συναισθημάτων
- ~ Μείωση του προκαλούμενου από την νόσο άγχους, με σκοπό την δημιουργία αισθήματος ασφάλειας
- ~ Μείωση της κοινωνικής απομόνωσης
- ~ Παρακίνηση για αναθέρμανση των σχέσεων τους με συγγενείς και φίλους

Τα **θέματα** που αναπτύχθηκαν σε αυτές τις συναντήσεις ήταν:

- Αίτια της ασθένειας και εξέλιξη αυτής
- Αναφορά σε προσωπικές εμπειρίες περιθαλπόντων (οργή, θυμός, ενοχές, ευχές θανάτου κλπ)- αντιμετώπιση συναισθημάτων
- Αντιμετώπιση πρακτικών ζητημάτων (διαχείριση οικονομικών, εργασίας, διατροφή)
- Ασφάλεια και ατομική υγιεινή των ασθενών στο οικείο τους περιβάλλον
- Επιδοματική πολιτική

Οι **ομάδες** λειτούργησαν ως πυρήνας ώστε οι περιθάλποντες να αποκτήσουν ένα «κύκλο» ανθρώπων γύρω τους. Μέσα από το **ομαδικό** πρόγραμμα συναντήσεων άρχισαν να μοιράζονται, να συγκρίνουν, να υποστηρίζονται, να ενθαρρύνονται, να βιώνουν πιο ήπια την καθημερινότητά τους και να σχεδιάζουν το μέλλον.

Γενική διαπίστωση μεταξύ των επαγγελματιών Υγείας και των συμμετεχόντων στις **ομάδες** είναι ότι όλοι χρειαζόμαστε το μικρόκοσμο μας. Δεν θα πρέπει η απομόνωση να είναι το παρόν και το μέλλον για τον ασθενή και τον περιθάλπόντά του.

ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ (Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α.)

- ΑΓΡΙΝΙΟ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Αιτωλ/νίας
Χ. Τρικούπη 4, ΤΚ 301 00, Αγρίνιο
Τηλ. 26410 45324, E-mail: bisas@hol.gr
- ΑΘΗΝΑ**
• Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με νόσο Alzheimer
• Ελληνική Γεροντολογική & Γηριατρική Εταιρεία
Κάνγγος 23, ΤΚ 106 77, Αθήνα
Τηλ. 210 3811604
Γραμμή Βοήθειας: 210 3303678
• Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών
Κέντρο Ημέρας Ανοϊκών Ασθενών
Μ. Μουσουρού 89 και Στύλωνος 33, Παγκράτι, ΤΚ 116 36, Αθήνα
Τηλ: 210 7013271, FAX. 210 6012239
E-mail: kentroalz@ath.forthnet.gr
Site: www.alzheimerathens.gr
- ΑΡΤΑ**
Σωματείο Άρτας στήριξης νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών
Β. Πύρρου 56, ΤΚ 471 00, Άρτα
Τηλ. 26810 78595 / Κιν. 6944 680586
- ΑΧΑΪΑ**
Ολύμπιο Κέντρο Αποκατάστασης
Βόλου & Μιλίχου, ΤΚ 264 43,
Κάτω Συχανά, Τηλ. 6945 395040
- ΒΟΛΟΣ**
- Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Βόλου
Ανθεστηρίων 5, ΤΚ 385 00
Αλυκές Βόλου
Τηλ. 24210 87265, 24210 87266
E-mail: alzheimervolos@hotmail.com
- Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου
Χατζηαργύρη 110, ΤΚ 383 33, Βόλος
Τηλ. 24210 43448
- ΕΥΒΟΙΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Κονιστρών Ευβοίας
Κονίστρες Εύβοιας, ΤΚ 340 16
Τηλ. 22220 58243
- ΗΡΑΚΛΕΙΟ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α Ηρακλείου
Νταλιάνη 22, ΤΚ 713 06, Ηράκλειο
Τηλ. 2810 226308
- ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ**
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α.
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer
Π. Συνδίκια 13, ΤΚ 546 43, Θεσ/νίκη
Τηλ/FAX: 2310 810411, 2310 925802
Γραμμή Βοήθειας: 2310 909000
E-mail: info@alzheimer-hellas.gr
Site: www.alzheimer-hellas.gr
- Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Καλαμαριάς
Ν. Καπετανίδου 7, ΤΚ 551 31
Τηλ. 2310 414286
E-mail: elpida.alz@gmail.com
- Εταιρεία Μελέτης Ν. Alzheimer & Αγγειακών Ανοϊών Κ. Μακεδονίας
Στ. Τάττη 10, ΤΚ 546 21, Θεσ/νίκη
- Τηλ. 2310 280707, FAX. 2310 261226
- ΙΩΑΝΝΙΝΑ**
Σωματείο Ιωαννίνων Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών «Ιπποκράτης»
Γενικό Νοσοκομείο Γ. Χατζηκώστα
Λ. Μακρυγιάννη, ΤΚ 450 01, Ιωάννινα
Τηλ. 26510 80420, 26510 43202
- ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**
Σωματείο στήριξης ασθενών νόσου Alzheimer - Συναφών Διαταραχών & υπερηλίκων Ν. Πέλλας
Δήμος Μεγάλου Αλεξάνδρου,
Κοινοτικό Διαμέρισμα Καρυώτισσας,
ΤΚ 580 01, Τηλ. 24210 58218
- ΛΑΡΙΣΑ**
Κέντρο Ημέρας Ε.Ε.Ν.Α.Α.
Β' ΚΑΠΗ Λάρισας, Τέρμα Λαγού,
ΤΚ 412 22, Λάρισα
Τηλ. 2410 235169
E-mail: ntina_noula@yahoo.gr
- Ν.ΚΑΛΔΙΚΡΑΤΕΙΑ-Ν. ΧΑΛΚΗΣ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Ν. Καλλικράτειας
Χατζηαργύρου 68, ΤΚ 630 80
Τηλ. 6974 900754
E-mail: elentsnt@doctorpc.gr
- ΞΑΝΘΗ**
Σωματείο Alzheimer Ξάνθης
28η Οκτωβρίου 252, ΤΚ 671 00
Ξάνθη, Τηλ. 25410 26020
- E-mail: alzxtnt@in.gr
ΠΕΙΡΑΙΑΣ
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Β' Πειραιά
Κλεισόβης 93, ΤΚ 185 39, Πειραιάς
Τηλ. 210 4222522
E-mail: drnsta@yahoo.gr
• Σωματείο Πειραιά
Γραμμή Βοήθειας 210 4903636
- ΡΕΘΥΜΝΟ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Νομού Ρεθύμνης
«Συμπάρσταση», Α' ΚΑΠΗ
Κ.Π. Σιγανού 5, ΤΚ 741 00, Ρέθυμνο
Τηλ. 28310 53500
E-mail: vpat@sevp.teiher.gr
- ΣΕΡΡΕΣ**
Σύλλογος Καταπολέμησης Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών
4ο χλμ Σερρών Δράμας – Εμπορία
Σιδικών, ΤΚ 621 22, Σέρρες
Τηλ. 23210 55789,
E-mail: tools@otenet.gr
- ΧΑΝΙΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Χανίων
Δήμος Ελ. Βενιζέλου, Χρυσοπηγής 58,
ΤΚ 733 00, Τηλ. 28210 96690
E-mail: inerekal@otenet.gr
- ΧΙΟΣ**
Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας
Παράρτημα Χίου
Αλ. Παχνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος
Τηλ. 22710 41020

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ & ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

- ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**
Σωματείο Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Λασιθίου
Καπετάν Καζάνη 7, ΤΚ 721 00,
Αγ. Νικόλαος Λασιθίου
Κιν: 6947 569551
- ΑΘΗΝΑ**
• Δήμος Μελισίων
Παύλου Μελά 6-8, Πεύκη
Τηλ. 210 6138460
• Δήμος Παιανίας
Τέρμα Ιωάννη Ανέστη, Παιανία
Τηλ. 210 6029739
- ΒΕΡΟΙΑ**
Καρακωστή 15, ΤΚ 591 00, Βέροια
Τηλ. 23310 28344
- ΑΡΙΑΔΑΙΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**
Τηλ. 6974 408978
- ΚΑΒΑΛΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α Καβάλας
Βενιζέλου 5, ΤΚ 654 04, Καβάλα
Τηλ. 2510 839951
- ΚΑΛΥΜΝΟΣ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Καλύμνου
Ενορία Χριστού, 852 00, Καλύμνος
Τηλ. 6974 765650
- ΚΑΣΣΑΝΔΡΕΙΑ-Ν.ΧΑΛΚΙΑΔΙΚΗΣ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Κασσανδρείας
Τηλ. 23740 81203
- ΚΑΤΕΡΙΝΗ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Ν. Πιερίας
Μ. Αλεξάνδρου 55, ΤΚ 601 00,
Κατερίνη, Τηλ. 23510 33192
- ΚΕΡΚΥΡΑ**
Σωματείο Alzheimer Κέρκυρας
Γ. Μαρασλή 36, ΤΚ 491 00,
Κέρκυρα, Τηλ. 26610 43660
- ΚΥΠΡΟΣ**
• Παγκύπριος Σύνδεσμος Στήριξης Ατόμων της νόσου Alzheimer
Σταδίου 31Α, ΤΚ 6020
Τηλ./FAX: +357 24 627104 / 627106
E-mail: alzheypprus@yahoo.com
- Επαρχιακή Επιτροπή Λεμεσού
Τηλ. 99-652796
- Επαρχιακή Επιτροπή Πάφου
Τηλ. 99-430187
- Επαρχιακή Επιτροπή Λευκωσίας
Τηλ. 99-592269
- ΠΑΤΡΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Α. Πάτρας
Γ. Νοσ/μείο Πατρών «Άγιος Ανδρέας», Νευρολογικό Τμήμα
Τσερτίδου 1, ΤΚ 263 35
Τηλ. 2610 227969, Πάτρα
- ΡΟΔΟΣ**
Ιατρικός Σύλλογος Ρόδου
Γεωργίου Μαύρου 2, 851 00, Ρόδος
Τηλ. 6944 440101
- ΧΑΝΙΑ**
Ινστιτούτο Alzheimer Έρευνας - Εκπαίδευσης Ψυχιατρικών Ανοϊκών ασθενών
Χρυσοπηγής 58, ΤΚ 731 00, Χανιά
Τηλ. 28210 76050
E-mail: inerekal@otenet.gr
Site: www.alzheimer-chania.gr

Δελτίο εγγραφής μέλους

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

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ.....
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΑΡΙΘΜ. Τ.Κ.
ΠΟΛΗ..... ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΤΗΛ. E-mail

Η διεύθυνση αποστολής της ταχυδρομικής επιταγής είναι:
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ
ΠΕΤΡΟΥ ΣΥΝΔΙΚΑ 13, ΤΚ 546 43 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΤΗΛ/FAX: 2310 810411, 2310 925802, e-mail: info@alzheimer-hellas.gr