



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER  
ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ



# Επικοινωνία

## για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 49°

ΕΤΟΣ 15°

ΙΟΥΝΙΟΣ '12

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Αγαπητές φίλες και φίλοι,

**Μ**ε επιτυχία ολοκληρώθηκε και η δεύτερη διημερίδα με θέμα «Οδοντιατρικά και Νοσηλευτικά θέματα στην Άνοια». Όλοι μας διαπιστώσαμε, κάμποι από μας για πρώτη φορά και κάμποι για πολλαπλή φορά, πόσο σημαντικά είναι τα δόντια μας για την υγεία μας και πόσο σημαντική είναι η στοματική υγιεινή για τους ασθενείς με άνοια.

Η υπόσχεση του Προέδρου του Οδοντιατρικού συλλόγου να μας διαθέτει την Κινητή Οδοντιατρική Μονάδα, όποτε τη χρειαζόμαστε, καθώς επίσης η συγκινητική συμπαράσταση πολλών καθηγητών της Οδοντιατρικής Σχολής του ΑΠΘ, αφενός με τις καταπληκτικές ομιλίες και τις παρεμβάσεις τους και αφετέρου με τις υποσχέ-



σεις τους να εξυπηρετούν μαζί με την ομάδα κατ' οίκον τους δύσκολους ασθενείς μας μάς δίνουν κουράγιο να συνεχίσουμε τις προσπάθειές μας για την καλύτερη ποιότητα της ζωής των ασθενών και των περιθαλπόντων τους αλλά και για τη δόξα του Θεού.

Καλό καλοκαίρι σε όλους,

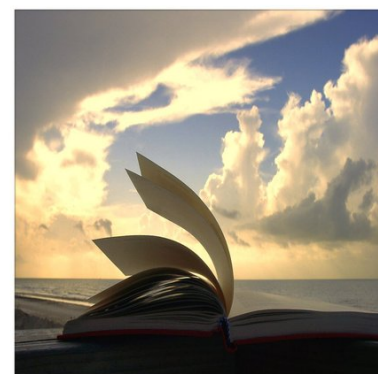
**Μάγδα Τσολάκη**

### Συνεχής κατάρτιση

Η **Alzheimer Ελλάς** διοργανώνει διημερίδες με σκοπό τη συνεχή ενημέρωση στις νέες εξελίξεις και στην αποτελεσματικότητα των νέων μεθόδων παρέμβασης στην ήπια νοητική διαταραχή (MCI) και στην άνοια.

- ▶ Διημερίδα Νευροψυχολογίας, 18 - 21 Οκτωβρίου 2012
- ▶ Διημερίδα Σωματικής Άσκησης, 14 - 16 Δεκεμβρίου 2012

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε μαζί μας:  
2310.810411



Στηρίξτε το έργο μας  
**901 11 162 162**

€3,68/κλήση (από σταθερό ΟΤΕ με ΦΠΑ)

**ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ**

**2310 909 000**

**24 ώρες το 24ωρο**

## Στόχοι της Πανελληνίας 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 σε όλη την Ελλάδα 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

Αγγελίδου Ε.	Ευσταθίου Κ.	Μερτζιάνη Ε.	Πόππη Ε.
Αδαλή Μ.	Ζαγανάς Ι.	Μεταλληνός Ι.	Ρηγοπούλου Σ.
Αλεξιάδου Σ.	Ζαρκάδας Ν.	Μούγιας Α.	Σκιάνης Ι.
Αμερίδου Ι.	Ζαφειρίου Δ.	Μπίσσας Κ.	Σουμπάρα Μ.
Ανδριοπούλου Γ.	Ζαχέα Κ.	Μπουλγκούρα Β.	Σταματάκης Ν.
Βασιλάκης Β.	Κακογιάννη Ν.	Μπρουχάτσα Ε.	Τζανακάκη Μ.
Βελεγράκη Θ.	Κάλφας Δ.	Οικονομίδης Δ.	Τζανουδάκη Α.
Βελημβασάκη Π.	Κατσιανού Γ.	Παγίτσας Ι.	Τζουράκης Π.
Βήτας Α.	Καραγιώργος Α.	Παναγιωτάκης Σ.	Τσάνταλη Ε.
Βοσκοπούλου Δ.	Καρτσακλής Λ.	Παπαλιάγκας Β.	Τσοκανάρη Ι.
Γάτος Κ.	Κασσιδιάρης Σ.	Παπαναστασίου Π.	Τσολάκη Μ.
Γεώργιος Μ.	Κουφογιάννη Κ.	Παπαποστόλου Π.	Τσουνή Π.
Γεωργούση Μ.	Κυριακαλάκη Ε.	Παππά Α.	Φωτιάδου Α.
Γκλέτσος Α.	Κυριάκου Μ.	Παρασκευαΐδης Ν.	Φωτόπουλος Δ.
Γκουλιόβα Α.	Λυγερά Τ.	Παττακού Β.	Χατζηδαμίδου Θ.
Δήμας Κ.	Μαρκάτη Λ.	Πέτρου Δ.	Χατζηγεωργίου Γ.
Ελευθερίου Μ.	Μάρκου Ν.	Πετρούλιας Κ.	Ψαρουδάκη Κ.
Ευθυμίου Α.	Μελισσάρη Ι.	Πλατής Α.	

**Επιμέλεια:** Τσολάκη Μάγδα, Νικολαΐδου Ευδοκία

**Ηλεκτρονική επιμέλεια:** Λυκάκης Ελευθέριος

**Ιδιοκτήτης:** Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

**Εκδότης:** Τσολάκη Μάγδα

**Επωνυμία:** "Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer"

**Έδρα:** Πέτρου Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσσαλονίκη

**Τηλ:** 2310 810411, 2310 909000 **Fax:** 2310 925802 (Αγ. Ελένη),

2310 351451 (Αγ. Ιωάννης), 2310 904404 (Χαρίσειο),

2310 342653 (Κ.Η.Φ.Η.)

**E-mail:** [info@alzheimer-hellas.gr](mailto:info@alzheimer-hellas.gr)

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

**Μήνας - Τεύχος:** Ιούνιος - 49<sup>ο</sup>

## ΑΝΑΛΥΣΗ ΙΑΤΡΙΚΗ Α.Ε. ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΑ - ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΙΑΤΡΕΙΑ

Ένα βήμα μπροστά στον έλεγχο, τη διάγνωση,  
τις υπηρεσίες, την πληροφορία



**Η** ΑΝΑΛΥΣΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΑΕ ιδρύθηκε το 1996 στη Θεσσαλονίκη. Τα ιατρεία μας δραστηριοποιούνται στο χώρο των πρότυπων διαγνωστικών βιοπαθολογικών κέντρων με σημεία εξυπηρέτησης σε όλη την Ελλάδα.

ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΕ • ΒΙΟΠΑΘΟΛΟΓΙΚΑ ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΑ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΙΑΤΡΕΙΑ  
ΤΣΙΜΙΣΚΗ 51, ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, 546 23 • ΤΗΛ. 2310 256388, 252642, 227089  
<http://www.analysi.gr> • E-mail: [analysi@analysi.gr](mailto:analysi@analysi.gr)

Στην ΑΝΑΛΥΣΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΑΕ επικεντρωνόμαστε στην έγκυρη, ασφαλή διάγνωση καθώς και την ολοκληρωμένη υποστήριξη στον τομέα της πρόληψης.

Με τη σωστή οργάνωση και την πρότυπη λειτουργία, με εργαλεία τα εξειδικευμένα ιατρικά στελέχη και το σύγχρονο εξοπλισμό, παρέχουμε υψηλής ποιότητας υπηρεσίες μας και συμβάλουμε αποτελεσματικά στο έργο του κλινικού ιατρού.

### Σημεία εξυπηρέτησης

#### ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ:

<b>ΚΕΝΤΡΟ</b>	ΤΣΙΜΙΣΚΗ 51	ΤΗΛ. 2310 256 388 2310 252 642
<b>ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ</b>	ΠΑΣΑΛΙΔΗ 100	ΤΗΛ: 2310 454 500
<b>ΚΟΡΔΕΛΙΟ</b>	ΚΡΗΤΗΣ 28	ΤΗΛ: 2310 776 736
<b>ΝΕΑΠΟΛΗ</b>	ΦΡΑΓΚΛΙΝΟΥ ΡΟΥΣΒΕΛΤ 41	ΤΗΛ: 2310 617 202
<b>ΠΕΡΑΙΑ</b>	ΡΩΜΑΝΟΥ & ΚΡΗΤΗΣ 18	ΤΗΛ: 2392 022 023

#### ΑΘΗΝΑ:

<b>ΚΕΝΤΡΟ</b>	ΒΑΣ. ΣΟΦΙΑΣ 64	ΤΗΛ: 210 72 14 010
---------------	----------------	--------------------

#### ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ:

<b>BENIZEΛΟΥ 41</b>		ΤΗΛ: 2551 084 606
---------------------	--	-------------------

#### ΒΕΡΟΙΑ:

<b>BENIZEΛΟΥ 6</b>		ΤΗΛ: 2331 076 122
--------------------	--	-------------------

#### ΚΟΖΑΝΗ:

<b>Π. ΜΕΛΑ 11</b>		ΤΗΛ: 2461 033 378
-------------------	--	-------------------

#### ΚΟΜΟΤΗΝΗ:

<b>ΟΡΦΕΩΣ 9B</b>		ΤΗΛ: 2531 033 003
------------------	--	-------------------

#### ΤΟΜΟΓΡΑΦΙΑ (ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ):

<b>ΣΤΡΑΤΗΓΟΥ ΚΑΛΑΡΗ 3 (ΚΕΝΤΡΟ)</b>		ΤΗΛ: 2310 288 132
------------------------------------	--	-------------------



PR-07-FEB2011A

## Μια ιστορία προσφοράς από ανθρώπους για ανθρώπους

Η Pfizer Hellas συμπλήρωσε 50 χρόνια πετυχημένης επιχειρηματικής παρουσίας στην Ελλάδα. Όλα αυτά τα χρόνια, υπηρετούμε με **συνέπεια** και **ακεραιότητα** το όραμά μας για έναν υγιέστερο κόσμο. Χιλιάδες ασθενείς βρίσκουν στα σκευάσματα μας **θεραπεία** και **ελπίδα**. Μέσα από τη **συνεργασία** με την **επιστημονική** και **ιατρική κοινότητα**, κάνουμε την επιστήμη σύμμαχο των ασθενών. **Απασχολούμε εκατοντάδες εργαζόμενους**, αξιοποιώντας το εγχώριο επιστημονικό δυναμικό. **Συνεισφέρουμε** στην εθνική οικονομία και στα δημόσια έσοδα. Συνεργαζόμαστε με την ελληνική φαρμακοβιομηχανία. **Στηρίζουμε** τις ευπαθείς κοινωνικές ομάδες, μέσω των προγραμμάτων Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης.

Η **φαρμακευτική εταιρία Pfizer Hellas** έχει ηγετική θέση στην ελληνική αγορά, γράφοντας εδώ και 50 χρόνια τη δική της ιστορία προσφοράς από ανθρώπους, για ανθρώπους.



Μαζί για έναν υγιέστερο κόσμο™

[www.pfizer.gr](http://www.pfizer.gr)

**Τράπεζα Αίματος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών**

Αγαπητά μας μέλη,

**Μ**ε μεγάλη χαρά σας ενημερώνουμε ότι έχει δημιουργηθεί Τράπεζα Αίματος της Ομοσπονδίας μας με σκοπό τη στήριξη των μελών μας σε ώρα ανάγκης.

Η μερίδα της Τράπεζας Αίματος τηρείται στο Νοσοκομείο Α.Χ.Ε.Π.Α Θεσσαλονίκης.

**Μην ξεχνάτε...**

Δίνοντας αίμα τακτικά προσφέρουμε ανεκτίμητη βοήθεια στο συνάνθρωπό μας που το έχει ανάγκη και αυτή είναι η κυριότερη ανταμοιβή μας.

Σύμφωνα με διεθνείς στατιστικές, 60% του πληθυσμού θα χρειαστεί μετάγγιση αίματος κάποια στιγμή της ζωής του, ενώ μόνο το 5% των ατόμων που θα μπορούσαν να είναι αιμοδότες, δίνουν αίμα!

**Υποψήφιος αιμοδότης είναι κάθε υγιής άνθρωπος, ενώ υποψήφιοι δέκτες είμαστε ΟΛΟΙ!**

**Πώς μπορείτε να προσφέρετε αίμα:**

Απευθυνθείτε στα κέντρα αιμοδοσίας των Νοσοκομείων της πόλης σας.

Αίμα μπορεί να δώσει κάθε **υγιές άτομο ηλικίας 18-65**, που **δεν υποφέρει από χρόνια προβλήματα υγείας ή παίρνει φαρμακευτική αγωγή**. Τις τελευταίες 2 βδομάδες θα πρέπει να μην έχετε/είχατε συμπτώματα λοίμωξης και να μην έχετε υποβληθεί σε χειρουργική επέμβαση το τελευταίο τετράμηνο. Οι γυναίκες θα πρέπει να μην έχουν έμμηνο ρύση την ημέρα της αιμοδοσίας ή εγκυμοσύνη το τελευταίο εξάμηνο.

**ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ** να αιμοδοτούν όσοι έχουν διαμείνει στη Μεγάλη Βρετανία για χρονικό διάστημα πάνω από 6 μήνες από το 1980 ως το 1996 καθώς και όσοι ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου.

*Σε κάθε περίπτωση μιλήστε με ειλικρίνεια στο εκπαιδευμένο προσωπικό και τον γιατρό του κέντρου αίματος. Όλη η διαδικασία είναι εθελοντική, σύντομη και απόλυτα εμπιστευτική.*

Θα πρέπει να έχετε κοιμηθεί καλά το προηγούμενο βράδυ και να μην έχετε καταναλώσει αλκοόλ.

Αν η αιμοληψία γίνει πρωινές ώρες καλό είναι το πρωινό σας να είναι ελαφρύ, ενώ αν δώσετε αίμα κατά τις απογευματινές ώρες θα πρέπει να έχουν παρέλθει 3 ώρες από το γεύμα που έχετε προηγουμένως καταναλώσει.

Μπορείτε να προσφέρετε αίμα από οποιοδήποτε σημείο της Ελλάδας και αν μένετε! Το μόνο που έχετε να κάνετε είναι **να δηλώσετε ότι επιθυμείτε το αίμα να κατατεθεί στη μερίδα της Τράπεζα Αίματος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer που τηρείται στο Νοσοκομείο Α.Χ.Ε.Π.Α Θεσσαλονίκης.**

*Η εθελοντική αιμοδοσία είναι ένα πολύτιμο δώρο που μπορούμε να προσφέρουμε τόσο στους οικείους μας όσο και στους συνανθρώπους μας, με τους οποίους θα δεθούμε άρρηκτα με δεσμούς αίματος- δεσμούς ζωής!  
Η Αιμοδοσία είναι Ζήτημα Ζωής!*



Πληροφορίες στα τηλ:

2310 810411, 2310 909000 (εσ. 41) και στο email:

[xmaiovi@alzheimer-hellas.gr](mailto:xmaiovi@alzheimer-hellas.gr)

**Παγκόσμια εβδομάδα ενημέρωσης για τον εγκέφαλο**

**Η** παγκόσμια εβδομάδα ενημέρωσης για τον εγκέφαλο (12-18 Μαρτίου) είναι μια παγκόσμια εκστρατεία ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του κοινού σχετικά με την πρόοδο και τα οφέλη της έρευνας για τον εγκέφαλο και τις Νευροεπιστήμες. Κατά τη διάρκεια της εβδομάδας αυτής διοργανώνονται και στην Ελλάδα διαλέξεις, εκθέσεις, παιχνίδια, επισκέψεις σε εργαστήρια και διάφορα άλλα, με σκοπό να εκπαιδεύσουν και να ευαισθητοποιήσουν ανθρώπους όλων των ηλικιών για τον εγκέφαλο που όπως τονίζεται *«αποτελεί το κλειδί της ανθρώπινης συμπεριφοράς. Ας κάνουμε βουτιά στη γνώση της λειτουργίας του!»*

Με αφορμή την εβδομάδα ενημέρωσης για τον εγκέφαλο το Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας ασθενών με άνοια «Αρσινόη» της εταιρείας «Πανάκεια» σε συνεργασία με τον Όμιλο Αγωνιστικού Μπριτζ Ρόδου, υπό την εποπτεία της Ελληνικής Εταιρείας Νευροεπιστημών, συνδιοργάνωσαν στις 16 Μαρτίου 2012 εκδήλωση με θέμα:

**Bridge, νοητική ενδυνάμωση και πλαστικότητα εγκεφάλου: Ας διατηρήσουμε τον εγκέφαλο μας στην καλύτερη φυσική κατάσταση!**

Το πρόγραμμα αναλυτικά περιλάμβανε τους παρακάτω ομιλητές:

1) Καραγιάννης Βασίλης, Νευρολόγος  
*Εγκεφαλικές παθήσεις συνδεδεμένες με διαταραχή των νοητικών λειτουργιών. Διαγνωστική προσέγγιση και πρόγνωση.*

2) Μαυρικάκη Μαρία, PhD, MSc Διδάκτορας Τμήματος Ψυχολογίας Πανεπιστημίου Κρήτης, Μεταδιδακτορική Ερευνήτρια Νευροεπιστημών  
*Εγκέφαλος, νοητικές λειτουργίες και πλαστικότητα: πώς να διατηρούμε τον εγκέφαλό μας «αποδοτικό».*

3) Βελεγράκη Θεοδοσία, Ψυχολόγος, Υπεύθυνη Κέντρου Ημερήσιας Φροντίδας ασθενών με άνοια Αρσινόη

*Ομάδες νοητικής ενδυνάμωσης στο Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Ασθενών με Άνοια "Αρσινόη"*

4) Παπαεμμανουήλ Δημήτρης, Πρόεδρος Αγωνιστικού Συλλόγου Μπριτζ Ρόδου *Ενημέρωση και πρόσκληση συμμετοχής σε αγώνες Μπριτζ*

Μετά το τέλος των ομιλιών το κοινό είχε τη δυνατότητα να παρακολουθήσει αγώνες Μπριτζ και να δηλώσει ενδιαφέρον συμμετοχής σε τμήμα αρχαρίων. Η εκδήλωση αυτή αποτέλεσε αφορμή για τη συνεργασία του κέντρου Αρσινόη, του Ομίλου Αγωνιστι-

κού Μπριτζ και του Πανεπιστημίου Κρήτης με στόχο την έρευνα για το Μπριτζ, τη νοητική ενδυνάμωση και τη πρόληψη από τη νόσο Alzheimer και άλλα είδη άνοιας. Τα αποτελέσματα των ερευνών θα δημοσιευθούν μελλοντικά.

**Βελεγράκη Θεοδοσία, Ψυχολόγος**  
**Υπεύθυνη Κέντρου Ημερήσιας Φροντίδας ασθενών με άνοια «Αρσινόη»**



### Η επαφή και η επίδραση ενός κατοικίδιου ζώου στον ασθενή με άνοια: Μια πειραματική εφαρμογή στο ΚΗΦΗ

**Η** συναισθηματική νοημοσύνη δεν αφορά μόνο τους ανθρώπους αλλά και τα ζώα. Ας πάρουμε για παράδειγμα τις γάτες, οι οποίες φαίνεται να αναπτύσσουν πολύ γρήγορα και εύκολα σχέσεις οικειότητας με τους ανθρώπους. Έτσι, όταν οι γάτες βιώσουν τον αποχωρισμό με έναν άνθρωπο που συμπαθούν, μπορεί να εμφανίσουν σημάδια κατάθλιψης. Αυτός είναι ο λόγος που η γατούλα σας κάνει «την ανάγκη» της στα παπούτσια σας όταν λείπετε στη δουλειά. Επομένως, στην περίπτωση που βρείτε τα παπούτσια σας βρεγμένα μη θυμώσετε με την γάτα σας. Απλά αγκαλιάστε την. Άλλες αντιδράσεις αγάπης που μπορεί να παρατηρήσετε είναι όταν βηματίζει αργά, όταν «φωνάζει» ή όταν εμποδίζει την είσοδό σας στο σπίτι και μπλέκεται στα πόδια σας. Επίσης, πολλά γατάκια, όταν μένουν μόνα τους, κάνουν εμετό ή αναζητούν μανιωδώς τροφή.

Μεταξύ τους οι γάτες επικοινωνούν με ένα αργό πετάρισμα των ματιών. Όταν μια γάτα κάνει αυτήν την κίνηση προς μία άλλη τότε της δείχνει ένα σημάδι συμπιλίωσης. Όταν ανοιγοκλείνουν, όμως, αργά τα μάτια τους προς εμάς τους ανθρώπους, μας δίνουν ένα σημάδι τρυφερότητας, ακόμα και αγάπης. Εμείς μπορούμε να ανταποδώσουμε αυτήν την κίνηση με το να τις κοιτάμε για αρκετή ώρα στα μάτια και να ανοιγοκλείσουμε και εμείς τα μάτια μας αργά.

Αυτά τα υπέροχα συμβαίνουν με τις γάτες και τους γάτους και μας οδήγησαν στην ιδέα να πειραματιστούμε με την επικοινωνία ενός γάτου σε μια ομάδα ατόμων που πάσχουν από άνοια και μάλιστα σε προχωρημένο στάδιο. Η πρώτη μας επαφή έδειξε ότι όλα τα άτομα δεν αντιδρούν με τον ίδιο τρόπο απέναντι σε ένα ζώο, όπως ο γάτος που είχαμε στη διάθεσή μας. Ο γάτος όμως αντέδρασε το ίδιο ήρεμα και αγαπησιάρικα με όλους!!!

Έχει ενδιαφέρον να γνωρίζετε ότι **Animal-Assisted therapy (AAT)** ή **Pet Therapy** είναι μια εναλλακτική συμπληρωματική μέθοδος θεραπείας κατά την οποία χρησιμοποιούνται ζώα ως «θεραπευτές». Η συγκεκριμένη θεραπευτική προσέγγιση έχει ως στόχο την βελτίωση της λειτουργικότητας ασθενών σε κοινωνικό συναισθηματικό και νοητικό επίπεδο.

Οι υποστηρικτές της δηλώνουν ότι τα ζώα μπορούν να χρησιμοποιηθούν αποτελεσματικά για εκπαιδευτικούς και κινητικούς λόγους (American Humane Association). Ένας θεραπευτής που φέρνει μαζί του ένα ζώο μπορεί να μειώσει τον φόβο του ασθενή και να αυξήσει τη συμπάθεια του ασθενή προς τον

θεραπευτή (Beck, 1983). Ζώα που συχνά χρησιμοποιούνται για θεραπευτικούς λόγους είναι τα κατοικίδια ζώα, τα ζώα φάρμας και τα θαλάσσια ζώα (όπως τα δελφίνια).

Ωστόσο, ενώ σε επίπεδο βιβλιογραφικών αναφορών η σχέση συντροφιάς μεταξύ ανθρώπων και ζώων εμφανίζεται ως γενικά ικανοποιητική και ευμενής, σε επίπεδο μεθοδολογικής έρευνας τα δεδομένα είναι φτωχά με αποτέλεσμα να χρειάζονται περισσότερες πειραματικές μελέτες (Chur-Hansen, Winefield, 2010).

Η πιο παλιά αναφορά χρήσης ζώου για θεραπευτικούς λόγους έλαβε χώρα σε ένα Κέντρο Ψυχικής Υγείας το York Retreat στα τέλη του 18<sup>ου</sup> αιώνα, από τον William Tuke (Serpell, 2000). Αξίζει να αναφέρουμε ότι και ο Freud κατέγραψε τις παρατηρήσεις του από την παρουσία ζώου στις συνεδρίες του. Συγκεκριμένα ο ίδιος είχε στο σπίτι του πολλούς σκύλους και συχνά έπαιρνε στις συνεδρίες που έκανε με ασθενείς τον σκύλο του τον Jofi ράτσας chow. Όπως αναφέρει ο ίδιος η παρουσία του σκύλου ήταν βοηθητική, επειδή οι ασθενείς ανακάλυπταν πως ό,τι κι αν πουν δεν θα προκαλέσουν σοκ ή αναστάτωση στο σκύλο και αυτό τους καθυσύχαζε και τους ωθούσε να χαλαρώσουν και να δείξουν εμπιστοσύνη στο θεραπευτή και στους υπόλοιπους συμμετέχοντες της ομάδας. Αυτό ήταν αποτελεσματικότερο όταν ο ασθενής ήταν παιδί ή έφηβος (Stanley, 2010).

Ωστόσο, το πρώτο καταγεγραμμένο πρόγραμμα Pet Therapy πραγματοποιήθηκε σε ειδικό χώρο που διέθεσε ο στρατός το 1940 για πρώτη φορά σε Νοσοκομείο της Νέας Υόρκης. Συγκεκριμένα, το πρόγραμμα αφορούσε την επανένταξη και κοινωνικοποίηση των βετεράνων στρατιωτών η οποία στηριζόταν σε ζώα (αγροτικά ζώα και ζώα συντροφιάς) και εφαρμόστηκε από τον Αμερικάνικο Ερυθρό Σταυρό και τις Υγειονομικές Υπηρεσίες του Στρατού. Έκτοτε αναφέρονται ανακοινώσεις επιστημονικών παρατηρήσεων για την επίδραση των ζώων σε ψυχολογικό αλλά και σε σωματικό επίπεδο πληθυσμών που αφορούν: παιδιά με ειδικές ανάγκες και αυτισμό, κακοποιημένα παιδιά και παιδιά με χρόνια νοσήματα. Για παράδειγμα, η θεραπευτική ιππασία για παιδιά με νευρολογικά και κινητικά προβλήματα είναι ένα σημαντικό μέρος της θεραπευτικής τους αγωγής.

Επίσης προγράμματα Pet Therapy συχνά εφαρμόζονται για τη βελτίωση της συναισθηματικής

## 8 Μια διαφορετική συντροφιά

### Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

ωρίμανσης και κοινωνικοποίησης φυσιολογικών παιδιών προσχολικής ή σχολικής ηλικίας και εφήβων.

Επιπλέον, ενδιαφέρον παρουσιάζουν αποτελέσματα ερευνών που καταγράφουν την βελτίωση τόσο των ψυχολογικών όσο και των σωματικών παραμέτρων ατόμων της τρίτης ηλικίας, ασθενών με Alzheimer, ασθενών με AIDS, ασθενών με κατάθλιψη, ακόμη και φυλακισμένων.

Ζώα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για θεραπευτικούς λόγους είναι τα άλογα, οι σκύλοι, οι γάτες, τα κουνέλια, τα ινδικά χοιρίδια, τα ψάρια, οι χελώνες, και τα ωδικά πουλιά. Τα τελευταία χρόνια άρχισαν να χρησιμοποιούνται δελφίνια, αλλά και αγροτικά ζώα. Τα ζώα που μπορεί να χρησιμοποιηθούν σε θεραπευτικό πλαίσιο δεν είναι απαραίτητο να ανήκουν σε μια συγκεκριμένη ράτσα. Είναι όμως σημαντικό να έχουν κάποια συγκεκριμένα στοιχεία ιδιοσυγκρασίας. Δηλαδή, να εμφανίζουν φιλική και ήρεμη συμπεριφορά απέναντι σε ανθρώπους έτσι ώστε με μια στοιχειώδη εκπαίδευση να δέχονται την επαφή και την αγκαλιά από οποιοδήποτε άτομο τα πλησιάζει.

Τέλος, εάν θέλουμε να χρησιμοποιήσουμε οποιοδήποτε ζώο σε προγράμματα θεραπευτικής συντροφιάς πρέπει να του εξασφαλίσουμε αρίστη



ποιότητα ζωής και συνεχή κτηνιατρική φροντίδα.

**Κατερίνα Σιαμπάνη**  
Msc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας – Ψυχοθεραπεύτρια και Εκπαιδεύτρια Gestalt.

#### Βιβλιογραφία

American Humane Association. "Animal Assisted Therapy"

<http://www.americanhumane.org/interaction/programs/animal-assisted-therapy>.

Beck, A. (1983). *Between Pets and People: the Importance of Animal Companionship*. New York: Putnam. ISBN 0-399-12775-5.

Chur-Hansen, A., Winefield, H. (2010). "Gaps in the evidence about companion animals and human health: some suggestions for progress". *International Journal of Evidence-Based Healthcare* 8 (3): 140–146.

Serpell, James (2000). "Animal Companions and Human Well-Being: An Historical Exploration of the Value of Human-Animal Relationships". *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*: 3–17

Stanley Coren (2010), "Foreword", *Handbook on Animal-Assisted Therapy*, Academic Press, ISBN 9780123814531

**vidatrack**  
...για να γνωρίζετε πού βρίσκεται, 24x7

Η υπηρεσία vidatrack προσφέρει:  
✔ Στον άνθρωπό σας την ασφάλεια να σας ειδοποιεί έγκαιρα σε περίπτωση ανάγκης  
✔ Σε εσάς το πλεονέκτημα εντοπισμού του σε περίπτωση απομάκρυνσής του από τον οικείο του χώρο

Ιδανική για:  
πλικιωμένους, πάσχοντες από Alzheimer ή άλλης μορφής άνοια, άτομα με χρόνιες παθήσεις, άτομα με κινητικές δυσκολίες, παιδιά, εγκυμονούσες, οργανισμούς υγείας & κοινωνικής φροντίδας

**vidavo**  
HEALTH TELEMATICS

Στην Υπηρεσία της Ιατρικής, Αξιόπιστα, Ολοκληρωμένα, Πιστοποιημένα

9<sup>ο</sup> χλμ Θεσσαλονίκης-Θέρμης | ΤΘ 60521 | 570 01 Θεσσαλονίκη | Κτίριο THERMI 1 | γραφείο Δ8  
Τ. 2311 999955 | F. 2311 999956 | E. [vidavo@vidavo.gr](mailto:vidavo@vidavo.gr) | [www.vidavo.gr](http://www.vidavo.gr)



## Δελτίο εγγραφής μέλους

## ΑΙΤΗΣΗ

Επιθυμώ να γίνω μέλος / να ανανεώσω την ετήσια συνδρομή μου στην **Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών** και να έχω όλα τα προνόμια καθώς και τη συμμετοχή στις διάφορες δραστηριότητες της Εταιρείας.

Το ποσό της ετήσιας συνδρομής είναι 30 €.

## ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

**ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ**.....

**ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ** ..... **ΑΡΙΘΜ.** ..... **Τ.Κ.** .....

**ΠΟΛΗ**..... **ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ** ..... **ΤΗΛ**.....

**Ηλεκτρονική Διεύθυνση (E-mail)**.....

Η διεύθυνση αποστολής της ταχυδρομικής επιταγής είναι:

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ  
ΠΕΤΡΟΥ ΣΥΝΔΙΚΑ 13, ΤΚ 546 43 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΤΗΛ: 2310 810411, FAX: 2310 925802  
e-mail: [info@alzheimer-hellas.gr](mailto:info@alzheimer-hellas.gr)



### Δικαιοπρακτική ικανότητα των υπερηλίκων

**Κ**αλό θα ήταν οι άνθρωποι μέχρι το τέλος της ζωής τους να διατηρούν τις σωματικές και πνευματικές τους δυνάμεις. Αν αυτό συνέβαινε, βέβαια δε θα ήμασταν στην τελετή έναρξης της Δημερίδας με θέμα «Νομικά και Κοινωνικά Θέματα στην Άνοια». Δυστυχώς όμως τα πράγματα δεν εξελίσσονται πάντοτε έτσι, στο σωματικό και στο πνευματικό επίπεδο του ανθρώπου.

Θα αναρωτηθεί κανείς τι σχέση μπορεί να έχει η Δικαιοσύνη με ένα θέμα που όχι απλώς είναι ιατρικό αλλά και ιδιαίτερος εξειδικευμένο.

Οι πάσχοντες από Άνοια αλλά και από οποιοδήποτε άλλο νόσημα εξακολουθούν όντας ασθενείς να είναι μέλη αυτής της κοινωνίας στην οποία είμαστε όλοι. Στην περίπτωση της Άνοιας πρόκειται για μια νόσο οικογενειακή, και από την πλευρά της Δικαιοσύνης μια νόσος κοινωνική. Οι ασθενείς με τη νόσο αυτή κυκλοφορούν ανάμεσά μας, πωλούν, αγοράζουν, συναλλάσσονται, συνομιλούν με τους συνανθρώπους τους, πράγμα που σημαίνει ότι συμμετέχουν κατά κάποιο τρόπο στην κοινωνική και νομική ζωή της κοινωνίας στην οποία ζουν.

Αναφερόμενος στη δικαιοπρακτική ικανότητα των ανθρώπων αυτών, χρειάζεται να ξεχωρίσουμε εξ αρχής κάποιες έννοιες πάρα πολύ σημαντικές. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται ώστε να μην συγχέουμε την έννοια της γενικής ικανότητας δικαίου. Ο πάσχων από άνοια οποιασδήποτε μορφής και βαθμού είναι πρόσωπο το οποίο έχει τη γενική ικανότητα δικαίου, είναι δηλαδή φορέας δικαιωμάτων και υποχρεώσεων. Αυτό είναι καταλυτικό και δεν πρέπει ποτέ να το ξεχνάμε. Άλλο πράγμα είναι η δικαιοπρακτική ικανότητα η οποία έγκειται στην ικανότητα του συγκεκριμένου ανθρώπου να υλοποιεί αυτά του τα δικαιώματα. Ένας ασθενής με άνοια για παράδειγμα μπορεί να είναι κύριος ενός διαμερίσματος, ενός δηλαδή περιουσιακού στοιχείου. Η δικαιοπρακτική του όμως ικανότητα είναι εκείνη που ουσιαστικά του επιτρέπει να το διαχειριστεί, δηλαδή να το πουλήσει, να το νοικιάσει ή να έχει την επικαρπία.

Ο νόμος στη χώρα μας, αλλά και σε όσες γνωρίζω, για να αναγνωρίσει δικαιοπρακτική ικανότητα στο πρόσωπο απαιτεί ένα ελάχιστο όριο πνευματικής ικανότητας. Μία κλασική περίπτωση ανθρώπων μελών της κοινωνίας που προβληματίζει το νόμο είναι οι ανήλικοι που και στο ποινικό και στο αστικό δίκαιο έχουν ανικανότητα δικαιοπραξίας. Εδώ ανακύπτει το πρώτο πρόβλημα που απασχολεί απ' ότι αντιλαμβάνομαι κι εσάς αλλά πρωτίστως τη Δικαιο-

σύνη. Το γεγονός ότι η πνευματική ικανότητα για την οποία είπαμε ότι απαιτείται ένα ελάχιστο όριο, δεν μετρείται εύκολα, ούτε υπάρχει ένα μηχανήμα που να μετρά με ακρίβεια την πνευματική ικανότητα του καθενός. Ένα δεύτερο πρόβλημα στην ίδια κατηγορία του προβληματισμού μας είναι ότι αν θέλαμε να είμαστε απολύτως ορθοί, ακριβείς και αποτελεσματικοί θα έπρεπε να λέμε και να μετρούμε την ικανότητα κάθε προσώπου ξεχωριστά, γιατί κάθε πρόσωπο είτε είναι υγιής είτε ασθενής εν προκειμένω, είναι μία ξεχωριστή προσωπικότητα που δεν μπορεί να ομαδοποιηθεί. Αυτό όμως δεν μπορεί να γίνει όχι μόνο στη χώρα μας αλλά και σε καμιά χώρα. Αναγκάστηκαν λοιπόν τα δίκαια, μεταξύ των οποίων και το Ελληνικό, σε κάποιες περιπτώσεις όπως αυτή της ανηλικότητας να βάλει κάποια όρια χρονικά. Δε σημαίνει φυσικά ότι ένας νέος δύο ημέρες πριν κλείσει τα δεκαοχτώ του χρόνια δεν έχει μυαλό και δύο ημέρες μετά έχει. Παρόλα αυτά υπάρχει τεράστια πρακτική διαφορά εάν ένα παιδί δύο ημέρες πριν κλείσει τα δεκαοχτώ του χρόνια αφαιρέσει από κάποιον τη ζωή, όπου θα τιμωρηθεί επιεικέστατα, θα κλειστεί σε ένα αναμορφωτήριο ανηλίκων και σε δυο τρία χρόνια θα είναι έξω. Ενώ εάν επιτελέσει την ίδια πράξη ένας νέος που μόλις πριν δύο ημέρες έκλεισε τα δεκαοχτώ θα τιμωρηθεί με ισόβια κάθειρξη. Καταλαβαίνετε λοιπόν ότι αυτά είναι μεν θεωρίες, που έχουν όμως καταλυτική επίδραση στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων.

Ερχόμενοι τώρα στο θέμα των υπερηλίκων, όπου εδώ επί πλέον έχουμε τη δυσκολία ότι δεν μπορούμε να βάλουμε ένα όριο όπως βάζουμε στους ανηλίκους. Η ιατρική εξ' όσων πορισμάτων έρχονται στη Δικαιοσύνη, δεν έχει θέσει ένα όριο που να λέει ότι από δω και πέρα δεν έχει τη δυνατότητα ο ηλικιωμένος για δικαιοπραξία. Όλα αυτά ρυθμίζονται πλέον με έναν ενιαίο τρόπο που λέγεται δικαστική συμπαράσταση. Το μεγάλο πρόβλημα; Είναι γιατί να υπάρχει δικαστική συμπαράσταση. Ο βασικός μοχλός που ενεργοποιεί τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των ανθρώπων είναι η βούληση και η δήλωση βούλησης, διότι βούληση που δε μετατρέπεται σε δήλωση είναι άνευ αντικειμένου και άνευ συνεπειών. Κάτι το οποίο είναι αυτονόητο βέβαια, αλλά πως μπορεί να γνωρίζει ένας εκπρόσωπος της Δικαιοσύνης ότι η δήλωση ενός υπερήλικα, η εκφρασθείσα ρητώς, ότι πράγματι ανταποκρίνεται στην πραγματική του βούληση και στα πραγματικά του συμφέροντα. Ότι έχει σταθμίσει δηλαδή ο άνθρωπος αυτός σωστά τα συμφέροντά του ή κάνει

τη δήλωση αυτή κατανοητά μεν αλλά υπό εσφαλμένη εκτίμηση των πραγματικών περιστατικών. Έρχεται για παράδειγμα ένας υπερήλικας και κάνει μια διαθήκη που κληροδοτεί μεγάλα περιουσιακά στοιχεία σε ένα τρίτο πρόσωπο, αφήνοντας στην άκρη τα παιδιά του και τον οποιοδήποτε συγγενή που ενδεχομένως να ήταν δικαιούχος. Η δήλωση είναι κατανοητή με την ακρίβεια της Ελληνικής γλώσσας. Τίθεται όμως το ερώτημα, εάν αυτή η δήλωση βουλήσεως αργότερα προσβληθεί, όπως χαρακτηριστικά συναντούμε στο δικαστικό χώρο, από κάποιους συγγενείς, πως αυτός που θα κληθεί να επιληφθεί του θέματος θα διαγνώσει τι ήθελε πράγματι αυτός ο ηλικιωμένος άνθρωπος. Λέει λοιπόν ο αστικός κώδικας επί λέξει, “η δήλωση βουλήσεως είναι άκυρη αν κατά το χρόνο που έγινε, το πρόσωπο δεν είχε συνείδηση των πράξεών του ή βρισκόταν σε ψυχική ή διανοητική διαταραχή που περιόριζε αποφασιστικά τη διαδικασία της βούλησης.” Οι κληρονόμοι μπορούν μέσα σε μια πενταετία από την επαγωγή, όπερ σημαίνει τη λήψη κληρονομιάς, να προσβάλουν την πράξη εάν κατά την κατάρτιση της δικαιοπραξίας εκκρεμούσε διαδικασία για την υποβολή του κληρονομημένου σε δικαστική συμπάρσταση και αν η κατάσταση που επικαλούνται οι κληρονόμοι προκύπτει απ’ την ίδια τη δικαιοπραξία που προσβάλλεται. Δηλαδή αν είναι μία εξωφρενική δικαιοπραξία, όσο καλά και να ‘ναι δομημένη, μπορεί να προσβληθεί. Ο νόμος όπως αναφέρθηκε δεν κάνει λόγο για ασθένειες αλλά επαφίεται στην ερμηνευτική βοήθεια της επιστήμης. Επίσης διαφαίνεται μέσα από το νόμο ότι δέχεται και την παροδική ανικανότητα προς δήλωση βουλήσεως. Ένα άλλο πρόβλημα που αντιμετωπίζει η Δικαιοσύνη και εκεί θα θέλαμε ακόμη μεγαλύτερη τη βοήθεια της ιατρικής, είναι αυτό που λέμε μερική ικανότητα. Βλέπουμε ότι οι άνθρωποι δεν χωρίζονται σε δύο κατηγορίες, δηλαδή στους πλήρως ικανούς και στους πλήρως ανίκανους, αλλά υπάρχουν άνθρωποι οι οποίοι εν μέρει φαίνεται να λειτουργούν πολύ σωστά και εν μέρει όχι. Που είναι αυτό το όριο; Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί μία πρόσφατη μεγάλη δίκη όπου αμφισβητούνταν η πνευματική ικανότητα της θανούσης που συνέταξε μια ιδιόχειρη διαθήκη. Ως επιχείρημα της τιμηθείσης, της γυναίκας δηλαδή που δέχτηκε την περιουσία, εφέρετο μια σειρά από χαρτιά παραγγελιών, για αγορές από παντοπωλείο καθημερινών πραγμάτων, γραμμένες με τρόπο ορθό και κατανοητό. Το ερώτημα που εν προκειμένω ανέκυψε ήταν το αν μία γυναίκα που μπορεί εύκολα να ψωνίζει έστω και δια αντιπροσώπου και να γνωρίζει τι θέλει και πόσο πρέπει να πληρώσει, είναι

βέβαιο ότι είναι ικανή να καταλάβει τι σημαίνει κληροδότημα ή άλλους όρους που αποτελούν κατά κάποιον τρόπο δικαστική ορολογία; Το πρόβλημα λοιπόν που αντιμετωπίζουμε είναι το σημείο έναρξης και τέλους της φαινόμενης ικανότητας προς δικαιοπραξία του ανθρώπου.



Όταν γίνεται προσπάθεια να τεθεί κανείς υπό δικαστική συμπάρσταση, θα πρέπει να συμπληρώνεται μία αίτηση από τον έχοντα συνείδηση των πράξεών, αν και συνήθως οι ίδιοι δεν παραδέχονται το πρόβλημά τους, έτσι ώστε στις περισσότερες των περιπτώσεων οι αιτήσεις αυτές υποβάλλονται από κάποιο άλλο πρόσωπο. Όταν οι αιτήσεις αυτές γίνονται δεκτές, οι οποίες βέβαια συνοδεύονται κι από άλλα δικαιολογητικά καθώς και από τον έλεγχο αυτού που υποβάλλει την αίτηση για το εάν πληροί μια σειρά από κριτήρια, τότε αυτός αναλαμβάνει τη διαχείριση της περιουσίας του ανθρώπου αυτού. Η διαδικασία αυτή αποτελεί την ομαλή πορεία των πραγμάτων που στο τέλος δεν θα δημιουργήσει και πολλά προβλήματα.

Το μεγάλο πρόβλημα είναι εάν δε γίνει τίποτα από όλα αυτά και υπάρχει ένας ηλικιωμένος σε ένα σπίτι ο οποίος ούτε νοσηλεύεται πουθενά ούτε έχει λάβει κανένα προληπτικό νομικό μέτρο και ξαφνικά μετά το θάνατό του βρεθεί, ως συνήθως γίνεται, μια ιδιόχειρη διαθήκη στην οποία αποφασίζει, ενώ έχει παιδιά, να αφήσει την περιουσία του σε κάποιον τρίτο και εγείρονται τέτοιου είδους αγωγές.

Σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να είμαστε διασφαλισμένοι ως περιθάλποντες. Η Δικαιοσύνη συνιστά στον ασθενή να προσκομίζει μία γνωμάτευση από δημόσιο νοσηλευτικό ίδρυμα ότι τουλάχιστον κατά τη συγκεκριμένη ημέρα της εξέτασης είναι καλά στην υγεία του, την πνευματική, ώστε να υπάρχει ένα αμάχητο τεκμήριο.

Ένα δεύτερο κριτήριο σύνταξης διαθήκης προκειμένου να αποφευχθούν μελλοντικά προβλήματα είναι να γίνεται δημόσια, δηλαδή από συμβολαιογράφο ο οποίος ακόμη και σε περίπτωση σωματικής αδυναμίας του διαθέτου υπάρχει νόμιμη διαδικασία με την οποία μπορεί να έρθει στο σπίτι. Μια τέτοια διαδικασία έχει την εγκυρότητα του δημοσίου εγγράφου αφού γίνεται από δημόσιο λειτουργό και επί παρουσία μαρτύρων και είναι πάρα πολύ δύσκολο έως και αδύνατον να διαψεύσει κανείς μια τέτοιου είδους διαθήκη.

**Κωνσταντίνος Λογοθέτης,  
Δικηγόρος – Δρ. Ιατρικής ΑΠΘ**

### Η Διαχείριση των συναισθημάτων που βιώνουν οι περιθάλποντες ατόμων με χρόνιες ασθένειες

#### Διεξαγωγή σεμιναρίου για περιθάλποντες:

Στις 28 και 29 Απριλίου 2012 διεξήχθη βιωματικό σεμινάριο για περιθάλποντες ατόμων με χρόνιες ασθένειες ή άνοια, με θέμα τη διαχείριση συναισθημάτων. Το σεμινάριο σχεδιάστηκε και συντονίστηκε από την Ψυχοθεραπεύτρια και Εκπαιδύτρια της Gestalt και συνεργάτη της Alzheimer Ελλάς, Κατερίνα Σιαμπάνη, και διοργανώθηκε από την Alzheimer Ελλάς και το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων.

Σύμφωνα με τη συντονίστρια του σεμιναρίου η ψυχοθεραπεία Gestalt είναι μια από τις καταλληλότερες θεραπευτικές προσεγγίσεις για να βοηθήσει το άτομο που περιθάλπει ένα σημαντικό άλλο πρόσωπο που πάσχει από χρόνια ασθένεια. Είναι μια θεραπευτική προσέγγιση που βοηθά το άτομο να γνωρίσει και να αποδεχθεί αυτό που του συμβαίνει, και ακόμα περισσότερο, να επιλέξει πώς θα διαχειριστεί τα συναισθήματα και τη ζωή του μέσα από τις αλλαγές και τις απώλειες που βιώνει.

Εάν ο περιθάλπων επιμένει να «βλέπει» το σύντροφο ή το γονιό που πάσχει, όπως ήταν πριν νοσήσει και όχι όπως είναι τώρα, τότε μπορεί να αυξάνονται οι δυσκολίες και να πυροδοτούνται και στις δύο πλευρές επιθετικές και, ορισμένες φορές, βίαιες συμπεριφορές. Συχνά, ο άνθρωπος που βιώνει την απώλεια επαναστατεί ενάντια στην πραγματικότητα και αδυνατεί να εκδηλώσει οποιαδήποτε αντίδραση, εάν πρώτα δε συνειδητοποιήσει τη μεγάλη αλλαγή που του προκαλεί η απώλεια. Η συνειδητοποίηση

είναι αδύνατον να συντελεστεί αμέσως και ξεκινά από άρνηση του ατόμου να δεχθεί την απώλεια.

Αυτό συμβαίνει γιατί κάθε απώλεια που βιώνουμε – μικρή ή μεγάλη – είναι μια διαδικασία πένθους, και το πένθος υπόκειται σε στάδια. Το πρώτο στάδιο είναι η άρνηση, («Δεν συμβαίνει αυτό σε μένα»). Αμέσως μετά έρχεται ο θυμός («Γιατί σε μένα»). Το τρίτο στάδιο είναι η διαπραγμάτευση («Δεν μπορεί να υποφέρει κάποιος άλλος στη θέση μου;»). Σ' αυτό το στάδιο το άτομο είναι σαν να «παζαρεύει» μεταξύ της πραγματικότητας και της φαντασίας. Σε ένα φυσιολογικό πένθος το άτομο μπαίνει στο τέταρτο στάδιο, όπου βιώνει τη θλίψη. Μόλις κυλήσουν τα πρώτα δάκρυα, η διεργασία του πένθους είναι έτοιμη να ξεκινήσει. Ο θρήνος, το κλάμα, είναι «καλό σημάδι» στη βίωση της απώλειας και όλο αυτό μοιάζει με τα χαρακτηριστικά της κατάθλιψης, αλλά είναι μια φυσιολογική και απαραίτητη λειτουργία του οργανισμού. Στο τελευταίο στάδιο έρχεται η αποδοχή («Όλα θα πάνε καλά»), όπου το άτομο νιώθει γαλήνη και ευγνωμοσύνη για τη νέα του κατάσταση. Όλα τα στάδια εκφράζουν τις προσπάθειες που καταβάλλει το άτομο, ώστε να αποδεχθεί τελικά την απώλεια (Kubler-Ross, 1984, & Bacque, 2001).

Όλα τα στάδια του πένθους είναι σημαντικό να βιωθούν και για να συμβεί αυτό χρειάζεται να αναγνωρίζουμε και να εκφράζουμε τα συναισθήματά μας. Παρόλο που το βασικό χαρακτηριστικό των ζεστών διαπροσωπικών σχέσεων είναι η ειλικρινής ανταλλαγή συναισθημάτων μεταξύ των ατόμων που αλληλεπιδρούν, πολλοί από εμάς δεν είμαστε τόσο ενεργοί και ειλικρινείς όσον αφορά την ανταλλαγή των συναισθημάτων μας και τη συναισθηματική μας ευεξία.

Συχνά αυτό συμβαίνει γιατί οι περισσότεροι φαίνεται να έχουμε αναγάγει το μυαλό μας και τη σκέψη μας στον υπ' αριθμόν έναν και δυστυχώς μοναδικό «φύλακα άγγελό μας». Και αυτό γιατί όταν ήμασταν παιδιά δεν είχαμε κάποιον να μας μιλήσει για τα συναισθήματά του και να ακούσει τα δικά μας συναισθήματα. Μπορεί να μας απάντησαν στα χιλιάδες 'γιατί' που ρωτήσαμε στην προσπάθειά μας να μάθουμε τον κόσμο γύρω μας, αλλά δεν είχαμε κάποιον να μας ρωτήσει: «Πως νιώθεις τώρα;». Έτσι, ενώ το συναίσθημα είναι μια κίνηση προς τα έξω, μια ορμή που γεννιέται στο εσωτερικό του εαυτού μας και μιλάει στο περιβάλλον, μια αίσθηση που μας λέει ποιοι είμαστε και δημιουργεί τη σχέση μας με τον κόσμο, εμείς αποφεύγουμε να κάνουμε αυτή την κίνηση προς τα έξω. Με λίγα λόγια αποφεύγουμε να συγκινηθούμε.





Όταν όμως έχουμε επίγνωση των συναισθημάτων μας, ξέρουμε πού βρισκόμαστε και πού θέλουμε να πάμε. Εάν νιώθουμε ότι η ζωή μας έχει ξεφύγει από τον έλεγχό μας, αυτό σημαίνει ότι έχουμε χάσει την επαφή με τα συναισθήματά μας με αποτέλεσμα να αποπροσανατολιζόμαστε. Με δύο λόγια τα συναισθήματα λειτουργούν σαν *πυξίδα*. Οι περισσότεροι από εμάς δίνουμε αυτή την πυξίδα σε κάποιον τρίτο με το να κάνουμε εκείνον υπεύθυνο για τα συναισθήματά μας. Έτσι, πολλά συναισθήματα τα φορτώνουμε στους άλλους με αποτέλεσμα να μην γνωρίζουμε τον εαυτό μας.

Είναι θεραπευτικό να μάθουμε να μοιραζόμαστε τα συναισθήματά μας. Το μοίρασμα συμβολίζει τον δεσμό μεταξύ των ανθρώπων. Ο κάθε άνθρωπος θέλει να νιώθει αποδεκτός με το συναίσθημα του.

Οι περιθάλποντες που συμμετείχαν στο σεμινάριο για τη «Διαχείριση Συναισθημάτων» ερωτηθέντες για τα οφέλη που αποκόμισαν από τη συμμετοχή τους σε αυτό, ανέφεραν:

- ▶ Μία ωραία επαφή με άλλους ανθρώπους αλλά και ελπίδα για καλύτερη διαχείριση των συναισθημάτων.
- ▶ Πήρα χαρά και περισσότερη γνώση. Αναμένω να δω τα θετικά αποτελέσματα στη συνέχεια που σίγουρα θα υπάρξουν. Ευχαριστώ.
- ▶ Δουλέψαμε την αναγνώριση των συναισθημάτων, το μοίρασμα. Έμαθα να σκέφτομαι και να εκφράζομαι στο «εγώ».
- ▶ Κρατώ τη σημασία της φροντίδας του εαυτού μου. Αναμένω να δω τον εαυτό μου πιο ώριμο μετά από αυτό το σεμινάριο.
- ▶ Είδα τα δικά μου συναισθήματα, άκουσα τους άλλους. Έμαθα πολλά –ενθαρρυντικά. Γνώρισα ανθρώπους και ανακάλυψα πως είναι και άλλοι

που σκέφτονται όπως εγώ. Ευχαριστώ.

- ▶ Έμαθα να φροντίζω τον εαυτό μου, ενημερώθηκα πλήρως πώς να ενεργώ, τι πρέπει να κάνω, να ελέγχω τα συναισθήματά μου, να αποβάλω παλιές πρακτικές. Δεν είμαι πια ο αφέντης.
- ▶ Επικοινωνία με ομάδα ανθρώπων - περιθαλπόντων που αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα. Απεγκλωβισμό των συναισθημάτων μου και μοίρασμα με την ομάδα και την θεραπεύτρια. Πήρα λοιπόν πολλά, πολύ περισσότερα και από αυτά που φανταζόμουν στην πορεία. Αξίζει τον κόπο η εμπειρία αυτή! Ευχαριστώ Κατερίνα, ευχαριστώ την εταιρεία Alzheimer που υπάρχει για εμάς που αντιμετωπίζουμε αυτό το πρόβλημα.
- ▶ Πήρα γνώση από την ομάδα και από τον καθένα ξεχωριστά και είδα πράγματα δικά μου που πρέπει να παλέψω.
- ▶ Από το σεμινάριο αυτό έμαθα να ακούω, κατ' αρχήν, τον εαυτό μου αλλά και τους άλλους Επίσης έμαθα να εκφράζω (όσο γίνεται) αυτό που αισθάνομαι.
- ▶ Πήρα θάρρος και δύναμη. Κρατώ το «όχι στην μάταιη θυσία».

**Κατερίνα Σιαμπάνη,  
Msc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας – Ψυχοθεραπεύτρια και Εκπαιδεύτρια Gestalt**



### Θεολογική και κοινωνική προσέγγιση της άνοιας

**Η** α ήθελα καταρχήν να μεταφέρω τις ευχές του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου-του Νεαπόλεως και Σταυρουπόλεως κ. Βαρνάβα για ευόδωση των εργασιών της διημερίδας με θέμα: «Νομικά και κοινωνικά θέματα στην άνοια». Είναι γνωστό, ότι ο Σεβασμιώτατος ενθαρρύνει τη συνεργασία των ενοριών με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και συμπαρίσταται πάντοτε σε κάθε πρωτοβουλία που ανακουφίζει τον άνθρωπο. Ήδη στους χώρους της ενορίας Αγίου Γεωργίου Νεαπόλεως εδώ και μήνες λειτουργεί με μεγάλη επιτυχία πρόγραμμα ενημέρωσης και πρόληψης της νόσου. Επίσης, ευχαριστώ την Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, Καθηγήτρια του Α.Π.Θ., κα Μ. Τσολάκη για την τιμητική πρόσκληση να ομιλήσω στην εκδήλωση αυτή.

Ίσως κάποιος αναρωτηθούν: Τί μπορεί να συνεισφέρει ένας θεολόγος-κληρικός σε μια επιστημονική διημερίδα που αφορά την άνοια; Η απάντηση είναι απλή. Μετά από μια περίοδο ευφορίας που δημιούργησε η πεποίθηση, ότι η επιστημονική γνώση και η ανάπτυξη της ιατρικής τεχνολογίας θα έλυναν τα προβλήματα υγείας του ανθρώπου, έγινε αντιληπτό ότι προέκυψαν πρωτόγνωρα ηθικά διλήμματα, τα οποία ήταν δύσκολο να ξεπεραστούν μόνο από τους ιατρούς και τους επιστήμονες. Για την αντιμετώπισή τους ζητήθηκε η συνδρομή πολιτικών, φιλοσόφων, νομικών, θεολόγων, θρησκευτικών λειτουργών, κοινωνιολόγων κ.ά. Αυτό φαίνεται τόσο από την ανάπτυξη της επιστήμης της Βιοηθικής όσο και από τον τρόπο συγκρότησης των Επιτροπών Βιοηθικής σε παγκόσμια κλίμακα.

Για την αντιμετώπιση της άνοιας, που μας ενδιαφέρει εν προκειμένω, εκτός από τη φαρμακευτική αγωγή, θεωρούνται πολύ σημαντικές και άλλες μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις. Όταν λ.χ. οι συγγενείς ασθενών βρεθούν σε κατάσταση ψυχικής κόπωσης, φθάνουν σε επίπεδα κρίσης. Στην άνοια η κρίση είναι αποτέλεσμα απουσίας ελπίδας, επισημαίνουν οι ερευνητές. «Η έννοια της ελπίδας είναι άρρηκτα συνδεδεμέ-νη με τον εντοπισμό λειτουργικών στόχων, με την ενδυνάμωση της ικανότητας του περιθάλποντος να διαμορφώνει νέες στρατηγικές για την επίτευξη των στόχων αυτών, αλλά και τη θετική προσδοκία ότι αυτές μπορεί να ολοκληρωθούν με επιτυχία». Όμως, η ελπίδα εάν δεν πλουτίζεται με την ευαγγελική της διάσταση, κινδυνεύει να χάσει το νόημά της. Η ελπίδα των χριστιανών πηγάζει από το πρόσωπο του Χριστού, που αποτελεί την ελπίδα του κόσμου. Συνδέεται άρρηκτα με την πίστη, διώχνει την απελπισία και

γεννά την υπομονή. Σπουδαίο ρόλο στην περίθαλψη και αντιμετώπιση των προβλημάτων ατόμων που πάσχουν από άνοια παίζει το οικογενειακό περιβάλλον. Η αρωγή που μπορούν να προσφέρουν άνθρωποι που εμπνέονται από τις θεμελιώδεις χριστιανικές αρετές της πίστης, της ελπίδας και της αγάπης, είναι πολύ σημαντική.

Αλλά και σε θεσμικό επίπεδο η Εκκλησία της Ελλάδος με την Ειδική Συνοδική Επιτροπή Βιοηθικής, στην οποία προεδρεύει ο Σεβ. Μητροπολίτης Μεσογαίας κ. Νικόλαος, έχει αναπτύξει μεγάλο δίκτυο δραστηριοτήτων, που αφορά τόσο την ενημέρωση του κοινού όσο και την επιμόρφωση ειδικών επιστημόνων διαφόρων κλάδων, προκειμένου να προσφέρουν βοήθεια σε κάθε άνθρωπο. Η Επιτροπή αυτή ασχολείται τον τελευταίο καιρό με τη σύνταξη σχετικού κειμένου για την άνοια, που ύστερα από νηφάλια μελέτη, θα δοθεί στη δημοσιότητα. Στη σύνταξη των θέσεων του σχετικού κειμένου υπάρχει διεπιστημονική συνεργασία, όπως έγινε και σε άλλες ανάλογες περιπτώσεις στο παρελθόν.

Να υπενθυμίσουμε ότι, έχουν εκπονηθεί από την Επιτροπή Βιοηθικής της Εκκλησίας της Ελλάδος, έχουν συζητηθεί στην Ιερά Σύνοδο και έχουν δημοσιευθεί κείμενα με θέσεις, α) επί της ηθικής των Μεταμοσχεύσεων (1999), β) επί της ηθικής της Ευθανασίας (2002) και γ) επί της ηθικής της Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής (2005). Επίσης έχουν γίνει γνωματεύσεις για βιοηθικά ζητήματα, έχουν οργανωθεί συνέδρια, ημερίδες και επιμορφωτικά σεμινάρια με τη συμμετοχή επιστημόνων από διάφορους κλάδους.

Η Εκκλησία εύχεται πάντοτε στις λατρευτικές της συνάξεις τα τέλη της ζωής να είναι «χριστιανικά, ανεπαίσχυντα και ειρηνικά». Όμως, η υγεία δεν μπορεί να απολυτοποιηθεί και να γίνει αυτοσκοπός. Εξάλλου, πολλοί άνθρωποι στην παγκόσμια ιστορία έπασχαν από κάποια σωματική ή ψυχική ασθένεια, αλλά αυτό δεν τους εμπόδισε να διακριθούν και να πρωτεύσουν σε διάφορους τομείς. Για τη θεολογία της Εκκλησίας η υγεία τοποθετείται σε ευρύτερο πλαίσιο. Παράλληλα προς τη σωματική υγεία, έχει μεγάλη αξία η ψυχική και η πνευματική υγεία. Τα ανθρώπινα πάθη λ.χ. χαρακτηρίζονται ως ασθένειες της ψυχής, οι οποίες έχουν πνευματική προέλευση και σωματικές επιπτώσεις. Σύμφωνα με τη θεολογία των αγίων Πατέρων, τα πάθη με πρώτιστο τη φιλαυτία χαρακτηρίζονται ως «παρά φύσιν», ενώ η ανάπτυξη και καλλιέργεια των αρετών ως «κατά φύσιν» κατάσταση. Όταν δεν επισημαίνεται αυτή η διάσταση και τα πάθη θεωρούνται ως φυσιολογικές

λειτουργίες, δημιουργείται σύγχυση για την ψυχοσωματική θεώρηση του ανθρώπου, αλλά και για την υγεία και την ασθένεια.

Ως άνοια νοείται η φθίνουσα πορεία των νοητικών ικανοτήτων του ανθρώπου που πολλές φορές συνδυάζεται με διαταραχές της συμπεριφοράς και διακρίνεται από τη μικρόνοια. Μπορεί να είναι αγγειακής ή νευροεκφυλιστικής ή ψυχογενούς αιτιολογίας (από κατάθλιψη). Επίσης άνοια αναπτύσσεται από υπερβολική χρήση αλκοόλ (σύνδρομο Κόρσακωφ), όταν συνδυάζεται με ανεπαρκή λήψη βιταμίνης Β1. Υπάρχουν και μερικώς αναστρέψιμες άνοιες, όπως η άνοια του υποθυρεοειδισμού, η άνοια της έλλειψης βιταμίνης Β12, η άνοια που εμφανίζεται αμέσως μετά από ένα αγγειακό επεισόδιο και στη συνέχεια βελτιώνεται σημαντικά.

Η διαβάθμιση βαρύτητας της νόσου και οι ενδεχόμενες φάσεις εξέλιξής της δημιουργούν διαφορετικές συμπεριφορές. Απώλεια μνήμης, έλλειψη προσοχής και αντίληψης, συναισθηματικές διαταραχές καθώς και διαταραχές λόγου και ομιλίας είναι ορισμένες από τις επιπτώσεις της νόσου. Οι ασθενείς εμφανίζουν συχνά νέα προβλήματα και χρειάζεται διαρκής ετοιμότητα από το συγγενικό και φιλικό περιβάλλον ή το νοσηλευτικό προσωπικό. Έτσι η φροντίδα προοδευτικά προσλαμβάνει εξατομικευμένο χαρακτήρα.

Από τα έως τώρα δεδομένα των επιστημονικών ερευνών φαίνεται ότι, τα επόμενα χρόνια το πρόβλημα της άνοιας θα προσλάβει μεγάλες διαστάσεις, αφού στις δυτικές κοινωνίες λόγω γήρανσης του πληθυσμού, ο αριθμός των ατόμων με άνοια θα αυξηθεί με εντυπωσιακό τρόπο. Αν το έτος 2000 είχαμε 24 εκατομμύρια ασθενών, το 2040 ο αριθμός θα φθάσει τα 80 εκατομμύρια. Στην Ελλάδα έχουν γίνει δύο μελέτες από την ερευνητική ομάδα της καθηγήτριας του Α.Π.Θ. Μάγδας Τσολάκη, η μία στην Πυλαία Θεσσαλονίκης και η άλλη στον Δήμο Μ. Αλεξάνδρου. Στην Πυλαία το ποσοστό της άνοιας ήταν το 1992 9% άνω της ηλικίας των 70 ετών και στο Δήμο Μ. Αλεξάνδρου το 2010 ήταν 3,6% άνω της ηλικίας των 65 ετών.

Ορισμένοι θεολόγοι θεωρούν ότι, η λέξη άνοια χρησιμοποιείται καταχρηστικά, διότι σύμφωνα με την ορθόδοξη θεολογία υφίσταται διάκριση μεταξύ νου και λόγου. Παρά τις διαταραχές των λειτουργιών του εγκεφάλου, ο άνθρωπος διαθέτει νοερή ενέργεια, έστω κι αν η λογική δεν λειτουργεί με ικανοποιητικό τρόπο. Βέβαια δεν είναι γνωστό, πως λειτουργεί η ενέργεια αυτή στην ψυχή του ασθενούς. Ο νους κατευθύνει τη νοερή δύναμη, ενώ ο λόγος προνοεί για την κίνηση της ζωτικής περιοχής. Οι λειτουργικές αυτές εκδηλώσεις του νου και του

λόγου στην ψυχή ανταποκρίνονται προς ανάλογες εκδηλώσεις της Εκκλησίας, γράφει ο άγιος Μάξιμος Ομολογητής. Έτσι το ιερατείο αντιπροσωπεύει και επιτελεί τα έργα του νου και ο ναός διαδραματίζει το ρόλο του λόγου. Η συμβολική αυτή ερμηνεία του αγίου Μαξίμου υπενθυμίζει ότι, η προσέγγιση των θείων αληθειών δεν γίνεται μόνο με τη διάνοια αλλά με ολόκληρο το είναι του ανθρώπου, με όλα τα μέρη της ψυχής και όλες τις σωματικές αισθήσεις. Στη λατρεία γίνεται προσπάθεια να ενεργοποιηθούν οι δυνάμεις της ψυχής αλλά και οι αισθήσεις, οι οποίες όμως χρειάζεται να καθαρθούν δια της ασκήσεως αλλά και δια των μέσων που παρέχει η Εκκλησία. Σε ιδίόμελο του όρθρου της Μ. Δευτέρας τονίζεται: «Δεύτε ουν και ημείς κεκαθαρμέναις διανοίαις συμπορευθώμεν αυτώ και συσταυρωθώμεν, ίνα και συζήσωμεν αυτώ». Ενώ στον κανόνα του Πάσχα ο όσιος Ιωάννης Δαμασκηνός αναφέρει: «Καθαρθώμεν τας αισθήσεις και οψόμεθα τω απροσίτω φωτί της Αναστάσεως». Στην εκκλησιαστική λατρεία η ακοή καλύπτεται από το μέλος, η όραση από την εικονογραφία, το διάκοσμο, τους λειτουργούς, τους ψάλτες και το λαό, η όσφρηση από το θυμίαμα, η γεύση από τη θεία κοινωνία, το αντίδωρο και τον αγιασμό, ενώ η αφή με το χαιρετισμό αλλά και το άναμμα του κεριού. Εφόσον οι αισθήσεις των ατόμων με άνοια λειτουργούν, έστω και με προβλήματα, χρειάζεται αυτές να αξιοποιηθούν σωστά, προκειμένου να υπάρχει και μέσω της εκκλησιαστικής λατρευτικής αγωγής διέξοδος από τη δύσκολη κατάσταση στην οποία βρίσκονται.

Από μαρτυρίες οικείων και συγγενών διαπιστώνεται ότι, πολλοί από τους λεγόμενους ασθενείς με άνοια κάνουν το σταυρό τους και δίνουν στους άλλους να καταλάβουν, ότι θέλουν να εκκλησιασθούν. Επίσης, όταν βλέπουν τον ιερέα να προσφέρει τη θεία κοινωνία, είναι πρόθυμοι να μεταλάβουν. Εδώ βέβαια προκύπτει και κάποιο ποιμαντικό πρόβλημα, σχετικό με τον τρόπο προετοιμασίας για μετοχή στη θεία Ευχαριστία. Όπως μαρτυρούν οι συγγενείς τους, συχνά δυσκολεύονται να τους εξηγήσουν ακόμη και το αυτονόητο, ότι δηλαδή πρέπει να προσέρχονται νηστικοί για να μεταλάβουν των τιμών δώρων. Με βάση την εκκλησιαστική οικονομία και την αρχή της αναλογίας όσοι πάσχουν από άνοια θα μπορούσαν κάποιες φορές το χρόνο να κοινωνούν, έστω κι αν δεν κράτησαν νηστεία, για να μη στερούνται παντελώς τη χάρη και τον αγιασμό των θείων μυστηρίων.

Για τη θεολογία της Εκκλησίας κάθε άνθρωπος παρά την αλλοτρίωση που μπορεί να έχει υποστεί και την κατάσταση στην οποία βρίσκεται, δεν παύει να είναι πλασμένος «κατ' εικόνα Θεού». Έτσι κι ο

ασθενής με άνοια, μπορεί να βρίσκεται σε κάποια ιδιαίτερη ψυχοσωματική κατάσταση και να ασθενεί, όμως διαθέτει το «κατ' εικόνα» και συνδέεται οργανικά με τους συνανθρώπους του. Το ίδιο συμβαίνει και με τη χάρη των μυστηρίων και ιδιαίτερα του βαπτίσματος που παραμένει ανεξάλειπτη. Γι' αυτό και δεν πρέπει να παραμελείται και να παραγνωρίζεται και η πνευματική ζωή όσων πάσχουν από άνοια. Η συμμετοχή στον εκκλησιασμό, στη θεία κοινωνία, την προσευχή και άλλες εκδηλώσεις, λειτουργεί ευεργετικά γι' αυτούς.

Υπάρχουν ωστόσο δυσκολίες και ηθικά διλήμματα που συνδέονται με την «παραβίαση της βούλησης» του ασθενούς και τους περιορισμούς που επιβάλλονται, προκειμένου να προστατευθεί. Ενδέχεται δηλαδή κάποιος ασθενής με άνοια να νοσηλεύεται σε ίδρυμα χωρίς τη δική του συναίνεση ή να χρειάζεται να δοθούν σε αυτόν ηρεμιστικά φάρμακα παρά τη θέλησή του. Ή ακόμη να υφίσταται ανάγκη κλειδώματος θυρών και να χρειάζονται και πολλοί άλλοι φυσικοί περιορισμοί.

Από την άλλη μεριά η φροντίδα και η διαρκής ενασχόληση με ασθενείς με άνοια δημιουργεί στο οικογενειακό περιβάλλον κόπωση και συχνά το βάρος γίνεται δυσβάστακτο. Αλλά και οι νοσηλεύτες, οι νοσηλεύτριες και οι ιατροί που φροντίζουν ανάλογους ασθενείς επιβαρύνονται πολύ. Γι' αυτό και χρειάζονται κι εκείνοι ψυχολογική, ηθική και πνευματική στήριξη αλλά και διαρκή επιμόρφωση. Σημαντική όμως πρέπει να θεωρείται η έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση της νόσου και η πιθανή μείωση των συνεπειών της με την κοινωνική ένταξη, δημιουργική απασχόληση και έμπνευση για ζωή ιδιαίτερα σε άτομα της τρίτης ηλικίας. Κι εδώ πρέπει να επισημανθεί αυτό που συνήθως λησμονείται, δηλαδή η πρόληψη. Ο ασκητικός και φιλοκαλικός τρόπος υπάρξεως που προτείνει η εκκλησιαστική παράδοση έχει να προσφέρει πολλά προς την κατεύθυνση αυτή. Το χριστιανικό ήθος δεν αποτελεί απλώς εξωτερική συμμόρφωση με κάποιους κανόνες και κώδικες δεοντολογίας, για να αποφεύγονται απλώς οι καταχρήσεις. Αποτελεί εσωτερική πνευματική κατάσταση και καρπό του Πνεύματος, που είναι αγάπη, χαρά, ειρήνη, μακροθυμία, χρηστότητα, αγαθοσύνη, πίστη, πραότητα και εγκράτεια.

Ο ασθενής με άνοια δεν μπορεί να θεωρείται ως δευτέρας κατηγορίας άνθρωπος και να περιφρονείται. Έχει ανάγκη επικοινωνίας με τους άλλους ανθρώπους και ανάπτυξης κοινωνικών σχέσεων. Στην αποστολική παράδοση η παραμέληση των οικείων που βρίσκονται σε δυσχερή θέση δε συνδέεται απλώς με έλλειψη πίστεως, αλλά είναι πολύ χειρότερη από αυτή. «Εί τις των ιδίων και

μάλιστα των οικείων ου προνοεί, την πίστιν ήρνηται και έστιν απίστου χείρων» γράφει ο Απόστολος Παύλος στον Τιμόθεο. Φαίνεται πως η εγκατάλειψη και περιφρόνηση ιδιαίτερα ηλικιωμένων απόμων οδηγεί ή ενισχύει τα συμπτώματα της άνοιας. Οπότε, μεγάλο ρόλο παίζει ο τρόπος προστασίας και η διαρκής φροντίδα των ανθρώπων αυτών. Ο λεγόμενος χρυσός κανόνας της χριστιανικής ηθικής, μπορεί να συμβάλει στη σωστή αντιμετώπιση των ασθενών με άνοια. «Όσα αν θέλητε να ποιήσιν υμίν οι άνθρωποι, ούτω και υμείς ποιείτε αυτοίς». Μέσα στο πλαίσιο αυτό πρέπει να νοηθούν και οι πιέσεις, οι σχετικοί περιορισμοί της ελευθερίας ή τα διάφορα παιδαγωγικά μέσα, που είναι απαραίτητα για τη φροντίδα και την ασφάλεια του ασθενή με άνοια.

Η άνοια έχει χαρακτηριστεί ως νόσος για όλη την οικογένεια. Αυτό σημαίνει, ότι είναι αδύνατο να τη διαχειρισθεί μόνο ένα μέλος της και δεν αφορά μόνο τον ασθενή, αφού έχει ευρύτερες κοινωνικές, ψυχολογικές, οικονομικές και πνευματικές διαστάσεις.

Στις μέρες μας τονίζεται από τους κορυφαίους επιστήμονες Χριστάκη και Φώουλερ η εκπληκτική δύναμη των «κοινωνικών δικτύων», των υγιών σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων και των επιπτώσεών τους στην υγεία. Οι ίδιοι προτείνουν στη θέση του «Homo economicus», δηλαδή του οικονομικού ανθρώπου που αναπόφευκτα δρα με σκοπό να επιτύχει όσον το δυνατόν περισσότερα αγαθά, ευκολίες και πολυτέλειες, με όσο το δυνατόν λιγότερο μόχθο, να τοποθετηθεί ο «Homo dictyous» δηλαδή ο δικτυωμένος άνθρωπος. «Πρόκειται για μια θεώρηση του ανθρώπου που εξετάζει την προέλευση του αλτρουισμού και της τιμωρίας, καθώς και των επιθυμιών και των αποστροφών. Αυτή η σκοπιά αναγνωρίζει ότι τα κίνητρά μας δεν βασίζονται μόνο στο καθαρό εγωιστικό συμφέρον. Επειδή είμαστε συνδεδεμένοι με άλλους ανθρώπους και έχουμε εξελιχθεί ώστε να ενδιαφερόμαστε για τους άλλους όταν παίρνουμε αποφάσεις, λαμβάνουμε υπόψη μας και τη δική τους ευζωία». Οπότε, γίνεται αντιληπτό, πόση αξία έχει η διάχυση στην κοινωνία της ανιδιοτελούς αγάπης, της κοινωνικής ευθύνης και αλληλεγγύης, της αλληλοβοήθειας, του αλληλοσεβασμού, της αδε-λφοσύνης, της κατανόησης, της ανοχής, της συγκατάβασης και της πρόκρισης του συλλογικού έναντι του ατομικού συμφέροντος, αλλά και της θερμής πίστης στο Θεό που στηρίζει και εμπνέει όσους φροντίζουν ασθενείς με άνοια ή άλλους ασθενείς.

**π. Β. Ι. Καλλιακμάνης**  
**Καθηγητής Τμήματος Θεολογίας Α.Π.Θ.**





### Μαρτυρία περιθάλποντα Διημερίδα «Κοινωνικά και Νομικά θέματα στην άνοια» (9 – 11 Μαρτίου 2012)

**Ο**νομάζομαι Σωκράτης Μαυριπλής και από τις αρχές του Φεβρουαρίου του 2012 έχω μπει στα 90 χρόνια μου. Θα μπορούσα λόγω ηλικίας να είχα υποπέσει σε παρατεταμένη αδράνεια και να άνηκα στα χρήζοντα βοήθειας πρόσωπα. Αντιθέτως έχω καλή υγεία, μπορώ να ανταποκρίνομαι στις ανάγκες της καθημερινότητας μου και να απασχολούμαι με την περίθαλψη της συζύγου μου, που εδώ και δέκα χρόνια ταλαιπωρείται από τη νόσο Alzheimer και τα συναφή προβλήματα άνοιας που την έχουν αχρηστέψει. Αρχικά η νόσος μας χτύπησε την πόρτα με ήπια μορφή, αλλά σήμερα δυστυχώς επιμένει με επιδεινούμενη μορφή.

Η δεκάχρονη εμπειρία μου με υποχρεώνει να αναφερθώ στην κατάσταση που αντιμετωπίζουμε, ή καλύτερα αντιμετωπίζω, αφού τα τρία παιδιά μας έχουν δημιουργήσει τις οικογένειές τους και φυσιολογικά βρίσκονται σε αρκετή απόσταση από τον οικογενειακό χώρο. Στο σπίτι έρχονται ως περιοδικοί επισκέπτες, που είναι αναμφισβήτητα χρήσιμοι, αλλά δεν καλύπτουν το εικοσιτετράωρο της καθημερινής φροντίδας. Έτσι είμαστε λειτουργικοί μόνοι και αφού το ένα σκέλος



της συζυγίας έχει καταστεί ανίκανο να εκπληρώσει τα καθήκοντά που του αναλογούν, το άλλο, δηλαδή εγώ, πρέπει να καλύψω διπλό ρόλο. Αυτός ο διπλός ρόλος αντιμετωπιζόταν στην αρχή με μεγάλη δυσκολία, επειδή ήταν μια πρωτόγνωρη κατάσταση, αλλά έπρεπε να βρεθεί μια αποτελεσματική απάντηση.

Για να αντιμετωπίσω τα προβλήματα που μου δημιουργούσε η κατάσταση έπρεπε να αλλάξει ριζικά η ζωή μου. Αφού είχα συνειδητοποιήσει ότι είμαι πια ο περιθάλπων, δεχόμουν ότι από κάποιο σημείο και πέρα έπρεπε να ξεχάσω ότι ήμουν κάποτε ο αφέντης που υπηρετούσαν όλοι μέσα στο σπίτι και να επωμισθώ όλα τα βάρη. Να γίνω δυνατός και αποφασιστικός, να έχω υπομονή και να φροντίζω τη σύζυγό μου με αγάπη και καλοσύνη, να έχω συναισθήματα συμπόνιας, στοργής, κατανόησης και επικοινωνίας, να της προσφέρω όσο γίνεται καλύτερη ζωή στα λίγα χρόνια που μας απομένουν, ύστερα από έξι δεκαετίες

έγγαμου βίου.

Συνειδητοποίησα προπάντων ότι, αφού δεν είμαι σε θέση να θεραπεύσω τη σύζυγό μου από την ανίατη αυτή ασθένεια, έπρεπε να κάνω ότι έπρεπε, για να έχω αναπαυμένη τη συνείδησή μου ότι έκανα το καθήκον μου προς τον άνθρωπο που επέλεξα κάποτε για να οδεύσουμε από κοινού στο δρόμο του συζυγικού βίου. Για τη μεταβολή της στάσης μου οφείλω τις ευχαριστίες μου και την ευγνωμοσύνη μου στους επαγγελματίες ψυχικής υγείας της Εταιρείας Alzheimer. Με τις ανιδιοτελείς προσπάθειες αυτών των ανθρώπων έκανα σημαντικές προστάθειες να αλλάξω τον εαυτό μου, να ενεργώ με συνειδητοποίηση των νέων αναγκών, να υφίσταμαι αβοήθητος τις αθέλητες από την πλευρά της συζύγου μου λοξοδρομήσεις και να θεωρώ φυσικά όσα αφύσικα αντιμετώπιζα στην καθημερινή μας ζωή. Κατανόησα και κατανοώ ότι για το κακό που μας βρήκε

δεν μπορώ να παραπονούμαι για παραλήψεις και για συνέπειες από κακές ενέργειες ανθρώπων του περιβάλλοντος μας.

Ως περιθάλπων έμαθα πολλά, κυρίως πώς να συμπεριφέρομαι και πώς να ενεργώ με τις περιπτώσεις των ανθρώπων που χρήζουν βοήθειας. Καθώς τα περιστατικά σε καθημερινή βάση είναι πολλά, με οδηγούν να αναπτύσσω την ευρηματικότητά μου. Για παράδειγμα, για να αντι-

μετωπίσω τους κινδύνους από την πτώση της γυναίκας μου και μέσα στο σπίτι μας - από αστάθεια και προβλήματα κίνησης - οδηγήθηκα να χαλάσω (τρόπος του λέγειν) την ως τώρα τάξη του οικιακού μας χώρου κατασκευάζοντας διαδρόμους που με μακρόσυρτες κουπαστές διευκολύνουν την γυναίκα μου να περιφέρεται στους διάφορους χώρους του σπιτιού με κάποια ασφάλεια.

Αυτές τις λειτουργικές για την κίνηση στους χώρους της κατοικίας μας τις επεξέτεινα ακολούθως στους χώρους της τουαλέτας και του ντουζ. Αυτό δεν σημαίνει ότι αποφύγαμε εντελώς τον κίνδυνο πτώσεως. Έτσι, το Απρίλιο του 2010 σε μια κίνηση της να πάει στην τουαλέτα έπεσε, χτύπησε στο κεφάλι και είχε απώλεια αίματος. Την μεταφέραμε σε κλινική, όπου της έγινε αξονική τομογραφία. Ευτυχώς δεν είχε οδονηρές συνέπειες, καθώς το περιστατικό έκλεισε με τέσσερα ράμματα στο κεφάλι. Έκτοτε είχε ελαφρότερες πτώσεις (4-5 φορές), τις μισές στη διάρκεια της ημέρας και άλλες μισές αργά το βράδυ, αλλά δεν χρειάστηκε η μεταφορά της σε

κλινική. Κατέφευγα συνήθως σε γείτονες, που με βοηθούσαν να την ξαναφέρουμε στο κρεβάτι της. Το βάρος της υπερβαίνει τα 80 κιλά και δεν είναι εύκολο το ανασήκωμά της με τη δική μου μόνο δύναμη. Στη δυσκολία μου επιστράτευσα την επινόησή μου. Πήγα στο διπλανό δωμάτιο, έβγαλα από ένα κρεβάτι το στρώμα και το πήγα κοντά της. Έστρωσα διπλά της μια κουβέρτα, την μετακόμισα δίπλα στη γυναίκα μου και ακολούθως την έσπρωξα απαλά πάνω στο στρώμα. Τη σκέπασα με δύο κουβέρτες, κοιμήθηκε εκεί και το πρωί με τη βοήθεια της οικιακής βοηθού την επανατοποθέτησα στο κρεβάτι της. Τέτοιες κρίσεις έχουμε στη συνέχεια κατά αραιά διαστήματα και τα αντιμετωπίζω με ανάλογους τρόπους.

Η κατάσταση της γυναίκας μου δεν έχει βελτιωθεί. Προβάλλει αρνήσεις, δεν παραδέχεται ότι κάνει λάθη, ζει στο δικό της κόσμο, ξεχνά γεγονότα πρόσφατα, δεν γνωρίζει ορισμένες φορές τα παιδιά της και τα εγγόνια της, αναζητά συχνά τον πατέρα της, τη μητέρα της, τα αδέρφια της, που έχουν όλοι πεθάνει, δυσκολεύεται στην έκφραση ολοκληρωμένων προτάσεων. Συχνά θέλει να πάει στο πατρικό σπίτι της – που δεν υπάρχει πια – δε θυμάται που άφησε τα ρούχα της, που είναι το δωμάτιό του ύπνου της, επαναλαμβάνει ερωτήματα που έχει κάνει, αλλά δεν αντιδρά όταν επινοώ απαντήσεις με τάχα αναβολή ικανοποίησης των ερωτημάτων της για την επόμενη ημέρα.

Κλείνοντας επιθυμώ να εκφράσω τις ευχαριστίες και την ευγνωμοσύνη μου σε πρωτεργάτες και πρωτεργάτριες του Θεάρεστου έργου που επιτελούν: τη νευρολόγο και ψυχίατρο καθηγήτρια του ΑΠΘ, κα Τσολάκη Μαγδαληνή, πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας της Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Την προϊσταμένη του Κέντρου Ημέρας «Αγία Ελένη», και πρόεδρο του Κέντρου Alzheimer Καλαμαριάς, κ. Κουντή Φωτεινή, τη συντονίστρια της ομάδας μας, ψυχοθεραπεύτρια και εκπαιδευτρια Gestalt Κατερίνα Σιαμπάνη, τις ψυχολόγους Καραγκιόζη Κωνσταντίνα, Νικολαΐδου Ευδοκία, τη φυσικοθεραπεύτρια Μπακογλίδου Λίτσα, τον γυμναστή Μουζακίδη Χρήστο, και τον Ζαφειρόπουλο Σταύρο για την εκμάθηση υπολογιστών, καθώς και όλους τους συνεργάτες, το προσωπικό και τους εθελοντές και εθελόντριες της Εταιρείας. Ο καθένας και η καθεμιά τους κάνει το καθήκον του ανάλογα με τις απαιτήσεις του χώρου εργασίας και εργάζεται ανιδιοτελώς και με ενσυναίσθηση για την εξυπηρέτηση των αναγκών όλων μας. Στηρίζουν ποικιλότροπα τις προσπάθειές μας ώστε να προσφέρουμε αρωγή, για να μη σβηστεί το χαμόγελο από τα χείλη των ανθρώπων που επιβαρύνθηκαν από αυτή τη νόσο στη ζωή τους.

*Μαυριπλής Σωκράτης,  
περιθάλποντας*

### Κατ' οίκον βοήθεια για πάσχοντες από Alzheimer

Μας έστειλαν από το Βόλο, ένα από τα προπύργια της Νόσου Alzheimer το πιο κάτω Δελτίο Τύπου από τις τοπικές εφημερίδες. Αξιοσημείωτο είναι ότι στην εποχή της λιτότητας και των απολύσεων το Ινστιτούτο Alzheimer «Η Αγία Σοφία» προσλαμβάνει προσωπικό και προσδοκά σε μελλοντική πρόσληψη 175 επιστημόνων.

**Τ**ο Ινστιτούτο Alzheimer «Η Αγία Σοφία» στα πλαίσια υλοποίησης προγραμμάτων Κοινωφελούς Χαρακτήρα στην Περιφέρεια της Θεσσαλίας προέβη στην πρόσληψη ειδικού επιστημονικού προσωπικού με σύμβαση εργασίας ορισμένου χρόνου για την υλοποίηση της πράξης «Δημιουργία θέσεων απασχόλησης σε τοπικό επίπεδο» μέσω προγραμμάτων, στο πλαίσιο του Ε.Π. «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού». Για την υλοποίηση του προγράμματος προσελήφθησαν 2 κοινωνικοί λειτουργοί, 2 Ψυχολόγοι, 2 νοσηλευτές, 2 φυσιοθεραπευτές και 2 διοικητικοί υπάλληλοι. Το ανωτέρω προσωπικό με προγραμματισμό του Ινστιτούτου θα επισκέπτεται κατ' οίκον τους ασθενείς που έχουν σχέση με τη νόσο Alzheimer και συγγενών διαταραχών, προκειμένου να συμπαρίστανται τόσο στους ίδιους όσο και στους περιθάλποντες ανάλογα με τις ανάγκες που θα ανακύπτουν.

Οι παροχές του προσωπικού προς τους ενδιαφερόμενους είναι εντελώς δωρεάν. Όσοι επιθυμούν να τύχουν δωρεάν φροντίδας με την επίσκεψη του επιστημονικού προσωπικού παρακαλούνται να επικοινωνήσουν με τα γραφεία του Ινστιτούτου, Δευτέρα έως Παρασκευή από τις 9:00 έως τις 17:00 στο τηλέφωνο **24210 43448**.

Υπάρχει έγκριση για πρόσληψη αναλόγου προσωπικού και για άλλες τέσσερις δομές καλυπτόμενες από το Ινστιτούτο Alzheimer «Η Αγία Σοφία», οι προσλήψεις των οποίων αναστάλησαν προσωρινά λόγω των εκλογών.

*Αριστείδης Λιάπης*

## Πασχαλινές Εκδηλώσεις

## Σύλλογος Alzheimer Λέσβου

**Ο** Σύλλογος Alzheimer Λέσβου διοργάνωσε την Πασχαλινή του εκδήλωση την Τετάρτη 18 Απριλίου από τις 6 το απόγευμα έως τις 9 το βράδυ στη Λέσχη Αξιωματικών Φρουράς Μυτιλήνης.

Προσφέρθηκαν γλυκά, αναψυκτικά, καφές και τσάι. Η εκδήλωση στέφθηκε με μεγάλη επιτυχία!

*Στέλλα Τσορβαδέλλη*



## Alzheimer Ελλάς

**Μ**ε μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε η Αναστάσιμη Γιορτή – Τσούγκρισμα Αυγού, που διοργάνωσε στις 3 Μαΐου 2012 στο ξενοδοχείο Grand Hotel Palace η Alzheimer Ελλάς. Η εκδήλωση ξεκίνησε με πασχαλινές μελωδίες από την χορωδία της Μονάδας και ακολούθησε σύντομος χαιρετισμός από την καθηγήτρια κ. Μάγδα Τσολάκη. Ασθενείς, περιθάλπונτες, εργαζόμενοι αλλά και φίλοι της Alzheimer Ελλάς, απόλαυσαν μια βραδιά, η οποία έκλεισε μουσικά με τις φωνές της κ. Τσικώτη και του κ. Κισκούκη, οι οποίοι αφιλοκερδώς τραγούδησαν για εμάς!

*Αναστασία Ψωμά, Διοικητική Υπάλληλος*



## Alzheimer Ελλάς

Στις 30 Μαρτίου – 1 Απριλίου 2012 πραγματοποιήθηκε στη Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης η Διεθνής Έκθεση Ιατρικών – Νοσοκομειακών Μηχανημάτων και Εξοπλισμού, Εργαστηριακών εφοδίων και υπηρεσιών. Η Alzheimer Hellas ήταν εκεί!



Η Alzheimer Ελλάς ευχαριστεί θερμά την κ. Πατσάνη Μαργαρίτα για τη δωρεά και τη συμπαράσταση στο έργο της εταιρείας με το ποσό των 300 ευρώ.

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

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

**ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Λασιθίου  
Επιμενίδου 39γ, ΤΚ 721 00,  
Αγ. Νικόλαος,  
☎28413 41330, F: 28410 24554  
✉ [ky.therapevtirio@gmail.com](mailto:ky.therapevtirio@gmail.com)

**ΑΓΡΙΝΙΟ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Αιτωλ/νίας  
Κέντρου 4, ΤΚ 301 00, Αγρίνιο  
☎26410 45324  
✉ [kbissas@otenet.gr](mailto:kbissas@otenet.gr)

**ΑΘΗΝΑ**

• Σωματείο Αλληλοβοήθειας  
Φροντιστών Ασθενών με Ν.  
Alzheimer

Κάνιγγος 23, ΤΚ 106 77, Αθήνα  
☎210 3811604, F: 210 3840317  
Γραμμή Βοήθειας: 210 3303678  
✉ [hagg@otenet.gr](mailto:hagg@otenet.gr)  
[www.gerontology.gr](http://www.gerontology.gr)

• Ετ. Ν. Alzheimer & Συγγενών  
Διαταραχών Αγ. Παρασκευής  
Ηπείρου 17, ΤΚ 153 41, Αθήνα  
☎210 6515268

✉ [vassilisvag@msn.com](mailto:vassilisvag@msn.com)

• Εταιρεία Νόσου Alzheimer και  
Συναφών Διαταραχών Αθηνών  
Κέντρο Ημέρας Ανοϊκών Ασθενών  
Μ. Μουσοπούρου 89 & Στίλπωνος  
33, Παγκράτι, ΤΚ 116 36, Αθήνα  
☎210 7013271, F: 210 6012239

✉ [info@alzheimerathens.gr](mailto:info@alzheimerathens.gr)

[www.alzheimerathens.gr](http://www.alzheimerathens.gr)

**ΑΡΓΑΛΑΣΤΗ Ν. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ**

Σωματείο Ν. Alzheimer  
Αργαλαστής Πηλίου  
Δημαρχείο Αργαλαστής,  
Τ. Κ. 37006, Νομός Μαγνησίας  
☎/F: 24210 58218

**ΑΡΤΑ**

Σωματείο Άρτας στήριξης Ν.  
Alzheimer & Συναφών Διαταρα-  
χών

Β. Πύρρου 56, ΤΚ 471 00, Άρτα  
☎26810 78595, 6944 680586

**ΑΧΑΪΑ**

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. “Μνημοσύνη”  
Πάτρας

Σωσικράτους 12, ΤΚ 264 43,  
Πάτρα, ☎ : 6945395040

✉ [traviata@otenet.gr](mailto:traviata@otenet.gr)

**ΒΟΛΟΣ**

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Βόλου  
Ανθεστηρίων 5, ΤΚ 385 00,  
Αλυκές Βόλου  
☎24210 87265, 24210 87266

[alzheimervolos@hotmail.com](mailto:alzheimervolos@hotmail.com)

• Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου  
“Η Αγία Σοφία”

Ρόζου 135, ΤΚ 383 33, Βόλος  
☎24210 43448, F: 24210 44984  
Γραμμή Βοήθειας: 24210 43448  
✉ [volos2@otenet.gr](mailto:volos2@otenet.gr)

[www.institutoalzheimert.gr](http://www.institutoalzheimert.gr)

**ΕΥΒΟΙΑ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών  
Ευβοίας  
Κονίστρες Εύβοιας, ΤΚ 340 16  
☎22220 58540, F: 24210 49984

✉ [konistra@hotmail.com](mailto:konistra@hotmail.com)

**ΗΡΑΚΛΕΙΟ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. “Αλληλεγγύη”  
Ηρακλείου  
Νταλιάνη 22, 713 06, Ηράκλειο  
☎2810 226308, F: 2810 360047  
[alzheimer.heraklion@gmail.com](mailto:alzheimer.heraklion@gmail.com)

[www.alzheimheraklion.gr](http://www.alzheimheraklion.gr)

**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ**

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ.  
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλη-  
μάτων Ν. Alzheimer “Αγ. Ελένη”  
Π. Συνδίκου 13, 546 43, Θεσ/νίκη  
☎2310 810411, F: 2310 925802  
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλη-  
μάτων Ν. Alzheimer  
“Αγ. Γιάννης”

Κ. Καραμανλή 164, ΤΚ 542 48  
☎2310 351451-5, F: 2310 351456

Γραμμή Βοήθειας: 2310 909000

✉ [info@alzheimer-hellas.gr](mailto:info@alzheimer-hellas.gr)

[www.alzheimer-hellas.gr](http://www.alzheimer-hellas.gr)

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καλαμαριάς  
Νικομηδείας 24, ΤΚ 551 31

☎6973302750

[alz.kalamaria@gmail.com](mailto:alz.kalamaria@gmail.com)

• Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευρο-  
εκφυλιστικών Νοσημάτων

Κατακόμβη Αγ. Νεκταρίου,  
ΤΚ 543 52, ☎2310 830667

✉ [info-pindis@gmail.com](mailto:info-pindis@gmail.com)

• Εταιρεία Μελέτης Ν.  
Alzheimer & Αγγειακών Ανοϊών

Κ. Μακεδονίας  
Στ. Τάττη 10, ΤΚ546 21, Θεσ/νίκη  
☎2310 280707, F: 2310 261226

✉ [nkalzheimer@gmail.com](mailto:nkalzheimer@gmail.com)

**ΙΩΑΝΝΙΝΑ**

Σωματείο Ιωαννίνων Νόσου  
Alzheimer & Συναφών Διαταρα-  
χών «Ιπποκράτης»

Γεν. Νοσοκομείο Γ. Χατζηκόστα  
Λ. Μακρυγιάννη, ΤΚ 450 01,

Ιωάννινα  
☎26510 80420, 26510 43202

**ΚΑΒΑΛΑ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καβάλας  
Φαληραίων 20, ΤΚ 654 04, Αγία  
Παρασκευή, Καβάλα  
☎2510 839951, F: 2510 839619

**ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**

Σωματείο στήριξης ασθενών  
νόσου Alzheimer - Συναφών  
Διαταραχών & υπερηλίκων Ν.

Πέλλας  
Κ.Η. Καρυώτισσας, ΤΚ 580 01,  
☎24210 58218

**ΚΑΡΔΙΤΣΑ**

Εταιρεία Ν. Alzheimer Νομού  
Καρδίτσας  
Ιεζεκήλ 30, ΤΚ 431 00, Καρδίτσα  
☎24410 75010

✉ [imthf@imthf.gr](mailto:imthf@imthf.gr)

**ΚΟΜΟΤΗΝΗ**

Σύλλογος οικογενειών & φίλων  
πασχόντων από νόσο Alzheimer  
& συναφείς διαταραχές, «Ο  
Λόγος»

Πολυλειτουργικό Κέντρο Δήμου  
Κομοτηνής, Γρ. Μαρασλή 1,  
ΤΚ 691 00, ☎25310 83844

✉ [ntinakom@gmail.com](mailto:ntinakom@gmail.com)

**ΛΑΡΙΣΑ**

Κέντρο Ημέρας Ε.Ε.Ν.Α.Α.  
Β' ΚΑΠΗ Λάρισας, Τέρμα Λαγού,  
ΤΚ 412 22, Λάρισα,  
☎2410 235169

✉ [alzheimer.lar@gmail.com](mailto:alzheimer.lar@gmail.com)

**ΛΕΣΒΟΣ**

Λεσβιακός Σύλλογος Ν.  
Alzheimer & Συγγενών Διαταρα-  
χών Μυτιλήνης

Ερμού 104, ΤΚ 81100, Μυτιλήνη  
☎22510 61906, F: 2251026091

✉ [nikh\\_tso@yahoo.gr](mailto:nikh_tso@yahoo.gr)

**ΝΕΑ ΚΑΛΛΙΚΡΑΤΕΙΑ Ν.  
ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτειας  
Χατζηαργύρου 68, ΤΚ 630 80  
☎6974 900754

✉ [info@tsantalieleni.gr](mailto:info@tsantalieleni.gr)

**ΞΑΝΘΗ**

Σωματείο Alzheimer Ξάνθης  
28η Οκτωβρίου 252, ΤΚ 671 00  
Ξάνθη, ☎6977 720669

✉ [alzxtnt@in.gr](mailto:alzxtnt@in.gr)

**ΠΕΙΡΑΙΑΣ**

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Β' Πειραιά  
Κλεισόβης 93, ΤΚ 185 39,

Πειραιάς, ☎210 4222522

✉ [drnsta@yahoo.gr](mailto:drnsta@yahoo.gr)

• Σωματείο Πειραιά  
Γραμμή Βοήθειας 210 4903636  
**ΡΕΘΥΜΝΟ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης  
«Συμπάρσταση»,  
Μάχης Ποταμών 9, Καλλιθέα,  
ΤΚ 741 00, Ρέθυμνο  
☎2831101645

✉ [alzheimer.ret@gmail.com](mailto:alzheimer.ret@gmail.com)

**ΡΟΔΟΣ**

Εταιρεία Ανάπτυξης Κοινοτι-  
κών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας  
παιδιών και ενηλίκων  
“Πανάκεια”

Στ. Καζούλη 18, ΤΚ 851 00,  
Ρόδος, ☎22410 78315

✉ [koronis\\_panakeia@yahoo.gr](mailto:koronis_panakeia@yahoo.gr)

[www.panakeia.org.gr](http://www.panakeia.org.gr)

**ΣΕΡΡΕΣ**

Ελληνική Εταιρεία Ν. Alz-  
heimer & Συναφών Διαταραχών  
Σερρών

4ο Χιλ. Σερρών Δράμας, Εμπορία  
Σιδερίκων, Τ. Κ. 62100, Σέρρες  
☎23210 55789, F: 23210 55789

✉ [dimosthenis666@yahoo.gr](mailto:dimosthenis666@yahoo.gr)

**ΧΑΛΚΙΔΑ**

Εταιρεία Νόσου Alzheimer και  
Συγγενών Διαταραχών Χαλκί-  
δας

Κ. Η. «Αγία Ειρήνη» Μεσσαπίων  
4, Τ. Κ. 34100, Χαλκίδα  
☎22210 84773

✉ [eva2gel@hotmail.com](mailto:eva2gel@hotmail.com)

**ΧΑΝΙΑ**

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χανίων  
• Ινστιτούτο έρευνας -  
εκπαίδευσης ψυχιατρικών  
ανοϊκών ασθενών Alzheimer

Χρυσοπηγής 58, ΤΚ 731 00,  
Χανιά, ☎28210 76050

✉ [inerekal@otenet.gr](mailto:inerekal@otenet.gr)

[www.alzheimer-chania.gr](http://www.alzheimer-chania.gr)

**ΧΙΟΣ**

Ελληνική Εταιρεία Αγωγής  
Υγείας Παράρτημα Χίου  
Αλ. Παχνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος  
☎22710 41020, F:22710-81491

✉ [gmaris.chi@gmail.com](mailto:gmaris.chi@gmail.com)

**ΣΩΜΑΤΕΙΑ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ & ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ****ΑΡΙΑΔΙΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**

Τηλ. 6974 408978

**ΒΕΡΟΙΑ**

Καρακοστή 15, ΤΚ 591 00, Βέροια  
Τηλ. 23310 28344

**ΚΑΛΥΜΝΟΣ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καλύμνου  
Ενορία Χριστού, 852 00, Καλύμνος  
Τηλ. 6974 765650

**ΚΑΣΣΑΝΔΡΕΙΑ-Ν.ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κασσανδρείας  
Τηλ. 23740 81203

**ΚΑΤΕΡΙΝΗ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. 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: [alzchcyprus@cytanet.com.cy](mailto:alzchcyprus@cytanet.com.cy)

• Επαρχιακή Επιτροπή Λεμεσού

Τηλ. 99-652796

• Επαρχιακή Επιτροπή Πάφου  
Τηλ. 99-430187

• Επαρχιακή Επιτροπή Λευκωσίας  
Τηλ. 99-592269

**ΠΑΤΡΑ**

Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Πάτρας  
Παύλου Μελά 8, ΤΚ 262 23  
Τηλ. 6345395040, Πάτρα, Αχαΐα