



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER  
ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

# Επικοινωνία

## για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 52°

ΕΤΟΣ 15°

ΜΑΡΤΙΟΣ '13

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Αγαπητές φίλες και αγαπητοί φίλοι,

**Π**ριν λίγες μέρες ολοκληρώθηκαν οι εργασίες του 8ου Πανελληνίου Συνεδρίου νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Με μεγάλη προθυμία ανταποκρίθηκαν στην πρόσκλησή μας οι 10 ξένοι και 150 Έλληνες ομιλητές για να παρουσιάσουν την εμπειρία τους, αλλά και την σύγχρονη γνώση στο αντικείμενο έρευνάς τους. Όπως πάντα, ξεκίνησαν καινούργιες συνεργασίες και φιλίες, καινούργια οράματα και προγράμματα. Μάθαμε όλοι μας ότι η έρευνα συνεχίζεται και μετά τα 95 χρόνια ζωής, οι μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις εμπλουτίζονται συνεχώς, τα οικονομικά της άνοιας μπορούν να βελτιωθούν. Ακούσαμε για τον καινούργιο νόμο για τα άτομα με ειδικές ανάγκες ή άτομα με ειδικές δεξιότητες, γεμίσαμε με ξεχωριστά συναισθήματα με το παραμύθι της κυρίας Ευτυχίας και προβληματιστήκαμε ακόμη μια φορά με το πιο σύγχρονο ερώτημα «ποια εξέταση ή ποιος βιολογικός δείκτης θα μπορούσε να προβλέψει ποιος από μας θα πάθει άνοια τα επόμενα χρόνια».

Οι νευροψυχολογικές διαδικασίες, - η μόνη προϋπόθεση είναι ο απαραίτητος χρόνος - οι πρωτεΐνες στο εγκεφαλονωτιαίο υγρό, - δεν χρειάζεται πολύς χρόνος, αλλά συνοδεύεται από λίγο πόνο - ή η νευροαπεικόνιση και ο γενετικός έλεγχος, - εδώ το κόστος είναι μεγάλο- είναι ο καλύτερος βιολογικός, προγνωστικός δείκτης;

Με την ευχή να βρεθούμε και πάλι σύντομα όλοι οι επαγγελματίες υγείας, οι περιθάλποντες και οι ασθενείς από όλη την Ελλάδα σε μια γιορτή ή συνέδριο γυρίσαμε όλοι στον τόπο μας για να συνεχίσουμε τον αγώνα μας, με όποιον τρόπο μπορεί ο καθένας μας, έτσι ώστε η άνοια να προκαλεί λιγότερο πόνο στον ασθενή και στην οικογένειά του.

Με εκτίμηση,  
Μάγδα Τσολάκη



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

€3,68/κλήση (από σταθερό ΟΤΕ με ΦΠΑ)

2310 810411 -- 07.30 - 15:30

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

2310 909 000 -- 15:30 - 07:30

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.	Ζαχείλα 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.	Χατζηαδαμίδου 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>

**Εκτύπωση:** ΚΕΘΕΑ ΣΧΗΜΑ + ΧΡΩΜΑ

**Μήνας - Τεύχος:** Μάρτιος - 52<sup>ο</sup>

## 8ο Διεπιστημονικό Συνέδριο Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών

**Μ**ε μεγάλη επιτυχία διεξήχθη το 8ο Διεπιστημονικό Συνέδριο Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών. Την πολύτιμη εμπειρία και γνώση διακεκριμένων Ελλήνων και ξένων ειδικών σε θέματα άνοιας, μοιράστηκαν γιατροί, ψυχολόγοι και άλλοι επαγγελματίες υγείας στο 8ο Διεπιστημονικό Συνέδριο Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών που διεξήχθη 28 Φεβρουαρίου – 3 Μαρτίου στο ξενοδοχείο Grand Hotel Palace στην Θεσσαλονίκη.

Το συνέδριο οργανώθηκε από το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων σε Συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών.

Στο συνέδριο η ιατρική έδωσε το χέρι σε πολλές άλλες ειδικότητες, ώστε να καλυφθεί κατά το δυνατόν όλο το φάσμα των παρεμβάσεων στην άνοια και να παρουσιαστούν οι διεθνείς και ευρωπαϊκές εξελίξεις. Συγκεκριμένα, έγιναν παρουσιάσεις και αναφορές σχετικά με θέματα νευροψυχολογίας, ψυχιατρικής, οδοντιατρικής, σωματικής άσκησης κ.α.

Όπως δήλωσε η Πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής του συνεδρίου, καθηγήτρια Μάγδα Τσολάκη το συνέδριο σημείωσε μεγάλη επιτυχία καθώς «για μια ακόμη φορά καταφέραμε να βρεθεί η φοβερή αυτή νόσος στο προσκήνιο των προσπαθειών που γίνονται στην χώρα μας, με την συμμετοχή Ελλήνων και ξένων επιστημόνων».



## Σωματική και Σεξουαλική Κακοποίηση Ηλικιωμένων

**Τ**ο φαινόμενο της δημογραφικής γήρανσης ορίζεται ως η αύξηση της αναλογίας των ατόμων άνω των 65 ετών στο σύνολο του πληθυσμού. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας αναφέρει ότι παγκοσμίως υπάρχουν 600 εκατομμύρια άτομα ηλικίας 60 ετών και άνω. Αυτός ο αριθμός αναμένεται να διπλασιαστεί μέχρι το 2025.

Η αύξηση του αριθμού των ηλικιωμένων αποτελεί πρόκληση, θέτοντας τεράστια διλήμματα στη φροντίδα αυτών των ατόμων. Εφόσον γίνονται σταδιακά περισσότεροι αδύναμοι σωματικά και ψυχικά, δεν είναι δύσκολο να πέσουν θύματα κακομεταχείρισης όχι μόνο από την κοινωνία αλλά και από την ίδια τους την οικογένεια.

Εκατοντάδες χιλιάδες είναι λοιπόν οι ηλικιωμένοι που αντιμετωπίζουν κάποια μορφή κακοποίησης κάθε χρόνο. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, το ποσοστό των ηλικιωμένων που κακοποιούνται κυμαίνεται από 4% έως 6% του πληθυσμού, αν και η έρευνα ενδέχεται να μην αντανάκλα την πραγματική εικόνα αφού υπάρχουν περιστατικά που δεν αναφέρονται.

Η κακοποίηση ηλικιωμένων είναι μία μεμονωμένη ή επαναλαμβανόμενη δράση - ή απουσία κατάλληλης δράσης - που προκύπτει σε οποιαδήποτε σχέση στην οποία υπάρχει μια προσδοκία εμπιστοσύνης και η οποία δράση προξενεί βλάβη ή ενόχληση σε ένα ηλικιωμένο άτομο. Η κακοποίηση περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα κακόβουλων ενεργειών όπως: σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή συναισθηματική, οικονομική, ή αντανάκλα σκόπιμη ή μη παραμέληση, εγκατάλειψη ή ανεπάρκεια κατανόησης. Αποτελεί παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και συγκεκριμένα του Άρθρου 25 της Ευρωπαϊκής Χάρτας των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων, η οποία αναγνωρίζει και σέβεται τα δικαιώματα των ηλικιωμένων να ζουν με αξιοπρέπεια και ανεξαρτησία και να συμμετέχουν στην κοινωνική και πολιτισμική ζωή.

Η Σωματική κακοποίηση ανήκει στις πιο συνηθισμένες μορφές κακοποίησης και ορίζεται ως η χρήση της φυσικής δύναμης που μπορεί να οδηγήσει σε σωματικό τραυματισμό, φυσικό πόνο ή εξασθένηση. Υφίσταται όταν διαπράττονται πράξεις βίας στο σώμα του ηλικιωμένου, όπως χτυπήματα, σπρώξιμο ή οτιδήποτε άλλο μπορεί να δημιουργήσει σωματικό τραύμα, πόνο ή σωματική απώλεια και βλάβη. Επίσης, όταν υπάρχει αναγκαστική πρόσληψη τροφής, πρόκληση πόνου και παρεμπόδιση από την ανακούφιση του πόνου, κακή διατροφή, αφυδάτωση ή κακές συνθήκες υγιεινής. Η σωματική κακοποίηση αφήνει ορατές πληγές, μώλωπες, κατάγματα, εξάρθρωσεις, εσωτερικούς τραυματισμούς ή αιμορραγίες.

Σεξουαλική κακοποίηση είναι ο οποιοσδήποτε εξαναγκασμός ενός ηλικιωμένου, να πάρει μέρος σε μη ηθελημένη σεξουαλική πράξη. Περιλαμβάνει αλλά δεν περιορίζεται, ανεπιθύμητο άγγιγμα, εξαναγκασμένη γυμνότητα, βιασμό ή σεξουαλική φωτογράφιση.

Ενδεικτικά σημεία κακοποίησης αποτελούν: α) η απρό-

σμενη ή ασυνήθιστη απόσυρση του ηλικιωμένου από τις συνήθειες του δραστηριότητες, αλλαγές στο επίπεδο εγρήγορσής του ή άλλες μορφές ασυνήθιστης συμπεριφοράς β) οι μώλωπες γύρω από τους μαστούς ή στη γεννητική περιοχή και ύπαρξη ανεξήγητων σεξουαλικώς μεταδιδόμενων νόσων γ) τα έλκη στο σώμα λόγω κατάκλισης που αφήνονται παραμελημένα χωρίς την κατάλληλη φροντίδα, η μη παροχή της δέουσας ιατρικής ή οδοντιατρικής περιθαλψης, ο ακάθαρτος ρουχισμός, η κακή ατομική υγιεινή, η απουσία φροντίδας των μαλλιών ή των νυχιών, η ασυνήθιστη και ανεξήγητη απώλεια βάρους δ) η ύπαρξη στο σώμα του ηλικιωμένου χτυπημάτων, τραυματισμών ή εγκαυμάτων. Οι εξηγήσεις για τραύματα ή άλλη σωματική καταπόνηση του ηλικιωμένου που αναγνωρίζονται δεν ταιριάζουν ή δεν συνάδουν με τις εξηγήσεις που δίνονται για το τι τα προκάλεσε.

Οι ερευνητές καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι υπάρχουν συγκεκριμένοι παράγοντες που αυξάνουν τον κίνδυνο κακοποίησης των ηλικιωμένων και συνοψίζονται στους εξής 6 α) οι ηλικιωμένοι που έχουν προβλήματα μνήμης ή που παρουσιάζουν κάποια μορφή άνοιας ή που σωματικά εξαρτώνται από άλλους κινδυνεύουν πιο πολύ να είναι θύματα κακομεταχείρισης ή κακοποίησης β) οι ηλικιωμένοι με κατάθλιψη, απομονωμένοι χωρίς επαρκή κοινωνική στήριξη κινδυνεύουν επίσης περισσότερο γ) τα άτομα που φροντίζουν ηλικιωμένους που είναι υπερβολικά πιεσμένα λόγω του ότι δεν ανταπεξέρχονται στο βάρος των ευθυνών για τη φροντίδα, παρουσιάζουν περισσότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν συμπεριφορές κακοποίησης δ) άτομα που φροντίζουν ηλικιωμένο από τον οποίο έχουν υψηλού βαθμού συναισθηματική ή οικονομική εξάρτηση, παρουσιάζουν επίσης περισσότερες πιθανότητες και τέλος ε) άτομα που φροντίζουν ηλικιωμένους με ιστορικό χρήσης ή κατάχρησης ουσιών ή κακομεταχείρισης άλλων.

Συνέπειες της κακοποίησης/κακομεταχείρισης είναι η παρουσία υψηλών ποσοστών κατάθλιψης, άγχους και έντονης ψυχολογικής πίεσης στα ηλικιωμένα θύματα, οι διαταραχές ύπνου και η αυξημένη χρήση φαρμάκων ή/και αλκοόλ και τέλος ο μικρότερος χρόνος ζωής συγκριτικά με τα άτομα που δεν κακοποιούνται.

Η μη αναφορά της κακοποίησης των ηλικιωμένων είναι πολύ συχνή και μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι το θύμα φοβάται ή δε θέλει ή είναι ανίκανο να αναφέρει την κακοποίηση για λόγους όπως: έλλειψη εναλλακτικού καταφυγίου, φόβος εγκατάλειψης ή ιδρυματοποίησης, φόβος για το άγνωστο ή για αντίποινα ή επιθυμία να αποφύγει την ντροπή ή τον κοινωνικό στιγματισμό.

Συμπερασματικά, αποτελεί αδήριτη αναγκαιότητα η αναγνώριση και η συλλογική προσπάθεια αντιμετώπισης του φαινομένου της κακοποίησης που αποτελεί ουσιαστικά παραβίαση της προσωπικότητας των ηλικιωμένων.

*Μπατσίλα Γεωργία, Ψυχολόγος Α.Π.Θ., MSc*

## Απόσπασμα από γράμμα ενός ηλικιωμένου προς το παιδί του

**Α**γαπημένο μου παιδί, την ημέρα που θα προσέξεις ότι γέρασα, κι αυτό φοβάμαι πως δε θα αργήσει να γίνει, κάνε υπομονή και προσπάθησε να καταλάβεις..

Μπορεί τα χρόνια μου να πέρασαν, μπορεί οι ρυτίδες να χάραξαν το πρόσωπό μου

Όμως ούτε η καρδιά μου έχασε την τρυφερότητά της, ούτε τα μάτια μου

την καλοσύνη τους..

Στα χρόνια που πέρασαν ήμουν δίπλα σου με την αγάπη που σου άξιζε και την τρυφερότητα που χρειάζόσουν..

Όμως ο χρόνος είναι αδυσώπητος και οι αλλαγές επάνω μου είναι ορατές. Για αυτό αν κάποια φορά λερωθώ την ώρα που τρώω ή αν δυσκολεύομαι να ντυθώ, δείξε κατανόηση και θυμήσου με πόση υπομονή ξόδευα ώρες να σε βοηθήσω..

Όταν μιλάμε, εάν επαναλαμβάνω τα ίδια πράγματα, μη με παρεξηγείς. Άκουσέ με.. όταν ήσουν μικρό παιδί έπρεπε να σου λέω πολλές φορές την ίδια ιστορία μέχρι να σε πάρει ο ύπνος!

Όταν συζητάμε και ξεχνάω κάτι, δώσε μου χρόνο να το θυμηθώ κι αν δε μπορώ μην εκνευρίζεσαι..

Όταν τα κουρασμένα πόδια μου δε μου επιτρέπουν να περπατώ, μη με πιέζεις. Δώσε μου απλά το χέρι σου να κρατηθώ, το ίδιο έκανα κι εγώ στα πρώτα σου βήματα..

Δώσε μου το χέρι σου και βοήθησέ με, με υπομονή.. Κι εγώ θα σου το ανταποδώσω με ένα χαμόγελο και την αγάπη που έχω μέσα μου για σένα....



Μπατσίλα Γεωργία, Ψυχολόγος Α.Π.Θ., MSc  
Πηγή: internet

## Νέα προσέγγιση στο κόστος φροντίδας των ασθενών με άνοια

**Ο**ι ασθενείς που ζουν στα χωριά λόγω της ιδιαιτερότητας των κλειστών Ελληνικών Κοινωνιών αλλά και της αδυναμίας για άμεση πρόσβαση σε ειδικό ιατρό ή κέντρο για την έγκυρη διάγνωση της άνοιας, συνήθως φθάνουν πιο γρήγορα σε εξαρτώμενο για νοσηλεία στάδιο της άνοιας με αποτέλεσμα να επιβαρύνουν με μεγαλύτερο κόστος τις δαπάνες για την υγεία. Για μεγάλο διάστημα ζουν μόνοι τους με την ηλικιωμένη ή το ηλικιωμένο σύζυγο χωρίς ιατρικοφαρμακευτική περιθάλψη και απευθύνονται στον γιατρό όταν πλέον έχει προχωρήσει η άνοια σε όψιμα στάδια.

Οι ασθενείς με άνοια που ζουν στα αστικά Κέντρα έχουν μεγαλύτερες ευκαιρίες να παρατείνουν τα πρώτα στάδια της άνοιας βοηθούμενοι από τις διάφορες δομές που υπάρχουν, όταν όμως είναι εξαρτώμενοι ζουν σε ένα διαμέρισμα υποστηριζόμενοι από μια αλλοδαπή συνήθως περιθάλποντα.

Η περισσότεροι ασθενείς με άνοια λαμβάνουν υπέρογκες φαρμακευτικές αγωγές για πολύ μεγάλα χρονικά διαστήματα χωρίς να έχουν κάποιο ουσιώδες αποτέλεσμα. Έχει υπολογιστεί ότι το κόστος θα μπορούσε να μειωθεί στο 1/3.

Για να καλυφθεί η ανάγκη για ύπαρξη πληρότητας σε ορισμένα Δημόσια Νοσοκομεία κυρίως της επαρχίας παραμένουν για μεγαλύτερα διαστήματα από ότι χρειάζεται νοσηλεύόμενοι με αποτέλεσμα να αυξάνουν το Δημόσιο Κόστος.

Λόγω της παθογένειας του Ελεγκτικού συστήματος στην Υγεία ασθενείς με άνοια νοσηλεύονται:

1. Σε Κέντρα Αποκατάστασης με νοσήλιο 150 ευρώ ημερησίως πλέον της φαρμακευτικής δαπάνης και για μεγάλα χρονικά διαστήματα ακόμη και 6 μήνες.
2. Σε παθολογικές κλινικές που σήμερα αποζημιώνονται με Κεντρικό Ενοποιημένο Νοσήλιο και είναι τουλάχιστον διπλάσιο από αυτό που λαμβάνουν οι Νευροψυχιατρικές κλινικές

Εξαιτίας της μη ύπαρξης χρόνου ή χώρου από τα παιδιά τους, οδηγούνται για νοσηλεία σε κλινικές πολύ νωρίτερα από ό,τι χρειάζεται και πολλές φορές και σε πρώιμα στάδια της άνοιας με αποτέλεσμα να αυξάνεται υπερβολικά το κόστος.

Εξαιτίας των νέων οικονομικών δεδομένων με την μη κάλυψη εξ ολοκλήρου από τα Ασφαλιστικά Ταμεία της νοσηλείας ενός ασθενούς και η συμμετοχή του ίδιου

στην δαπάνη νοσηλείας, σε πολλές περιπτώσεις είναι αδύνατη η παραμονή τους σε κλινική. Με δεδομένο ότι η αύξηση των δαπανών για την άνοια στην δεδομένη στιγμή είναι αδύνατη, αυτό που χρειάζεται να γίνει είναι η αποτελεσματικότερη χρήση των υφιστάμενων πόρων που δαπανώνται.

Αν γίνει σωστή διαχείριση της άνοιας με έγκυρη και έγκαιρη διάγνωση, καθώς και παροχή φροντίδας στους ίδιους του ασθενείς και στους ανθρώπους που τους φροντίζουν θα υπάρξουν πολλά οφέλη όσον αφορά τη μείωση του κόστους.

Η ανάπτυξη Ειδικών Δομών θα βοηθήσει στην μείωση του κόστους, αφού θα βοηθήσει στην αύξηση του χρόνου στα πρώτα στάδια της άνοιας που δεν είναι απαραίτητη η νοσηλεία αλλά η μόνιμη φροντίδα από κάποιο περιθάλποντα.

Η ανάγκη του ασθενή με άνοια έχει να κάνει με την φροντίδα της οικογένειας και της ασφάλειας που πρέπει να αισθάνεται μέσα αυτή.

Ένα επιδοματικό σύστημα στα πρότυπα του επιδόματος μητρότητας που θα επέτρεπε να υπάρχει για τον περιθάλποντα έτσι ώστε να απομακρυνθεί από την δουλειά του για ένα χρονικό

διάστημα θα είχε τα κάτωθι αποτελέσματα

1. Ιδανικές συνθήκες φροντίδας του ασθενή στο σπίτι του
2. Μείωση του κόστους αφού το επίδομα που θα δινόταν είναι πολύ μικρότερο από το κόστος νοσηλείας σε μία κλινική
3. Αύξηση των θέσεων απασχόλησης από την απελευθέρωση από τις θέσεις εργασίας των περιθάλπόντων για το διάστημα που θα λείπουν από την εργασία τους
4. Μείωση της εισφοροδιαφυγής και φοροδιαφυγής αφού οι περιθάλποντες θα πάρουν την θέση των αλλοδαπών που φροντίζουν σήμερα τους ασθενείς
5. Τα χρήματα που δαπανώνται θα παραμένουν στην Ελλάδα και δεν θα πηγαίνουν στις γείτονες χώρες

Με δεδομένο ότι η αύξηση των δαπανών για την άνοια στην δεδομένη στιγμή είναι αδύνατη, αυτό που χρειάζεται να γίνει είναι η αποτελεσματικότερη χρήση των υφιστάμενων πόρων που δαπανώνται.

**Αντωνίου Α., Οικονομολόγος**  
**Νευρολογική Κλινική ΑΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΑΕ**



## Δίνοντας πίσω

**Τ**ο προηγούμενο καλοκαίρι το θέμα της συνάντησης με τους παλιούς συμμαθητές μου ήταν το «Δίνοντας πίσω». Τους άκουσα να μιλούν σχετικά με όλα αυτά που έχουν λάβει στη ζωή τους και το πως αισθάνθηκαν σε τέτοιες στιγμές. Τώρα ήταν η κατάλληλη στιγμή για αυτούς να δώσουν κάτι πίσω. Όλοι ήμασταν θετικοί στη σκέψη να δώσουμε πίσω σε ανθρώπους που μας υποστήριξαν, σε ιδρύματα που μας δίδαξαν, σε αυτούς που μας χρειάζονται. Έχουμε λάβει τόσα πολλά στη ζωή μας τα οποία πολλές φορές θεωρούσαμε δεδομένα, ενώ άλλοι δεν τα έλαβαν ή δεν τα είχαν ποτέ όπως την οικονομική, πνευματική και σωματική ελευθερία, υγεία, ευτυχία, οικογένεια, φίλοι. Τόσα πολλά!



Το Ίδρυμα *Είμαι ακόμη εδώ* είναι ένας τρόπος να δίνουμε πίσω. Από την αρχή –και κυρίως μέσω του ARTZ: Artists for Alzheimer's (Καλλιτέχνες για το Alzheimer)- το Ίδρυμα 'Είμαι ακόμη εδώ' (*I'm Still Here Foundation*) παρείχε ευκαιρίες σε χιλιάδες ανθρώπους που έπασχαν από άνοια να βγουν έξω και να συμμετέχουν στην κοινωνία: στα μουσεία, σε θεατρικές παραστάσεις, σε χώρους με yoga, στα εθνικά πάρκα, σε τοπικά καφέ. Κατά τη διάρκεια του τελευταίου έτους, και με περιορισμένους πόρους, το προσωπικό και τα μέλη, εταίροι οργανισμοί, και θυγατρικές από τη Βοστώνη μέχρι το Σακραμέντο δούλεψαν σκληρά για να προσφέρουν στα άτομα με άνοια τη δυνατότητα να βγουν από τα σπίτια τους, τις υποβοηθούμενης διαβίωσης κατοικίες τους, τα νοσηλευτικά ιδρύματα, και να συμμετέχουν πλήρως στην κοινωνία. Η κοινωνική τους ένταξη είναι ανθρώπινο δικαίωμα. **Αν αισθάνεσαι με τον ίδιο τρόπο** – αυτή είναι η κίνηση για μια ζωή όπως αξίζει να ζουν και για την κοινωνική ένταξη των ανθρώπων που πάσχουν από άνοια. Αυτός είναι ο τρόπος να δώσουμε πίσω στους ανθρώπους που αγαπάμε και να μάθουμε από αυτούς. Παρακαλώ σκεφτείτε δωρίζοντας κάτι φέτος στο Ίδρυμα 'Είμαι ακόμη εδώ' (*I'm Still Here Foundation*) και στο πρόγραμμα ARTZ. Η δωρεά σας δίνει τη δυνατότητα για μια επίσκεψη στο μουσείο σε 30 ανθρώπους με άνοια σε μια "αργή ημέρα μουσείου", ένα πρόγραμμα ταινιών σε εκατό ανθρώπους με Alzheimer σε τοπικό θέατρο στις 11 πμ, ή μια σειρά μαθημάτων yoga, τα οποία διδάσκονται από έναν δάσκαλο του οποίου πέθανε η μητέρα του από άνοια τον προηγούμενο χρόνο. Μια μεγαλύτερη δωρεά μας δίνει την ευκαιρία να μετατρέψουμε μια ολόκληρη πόλη σε μια φιλική κοινότητα για την άνοια – με λιγότερο κοινωνικό στίγμα και μια μεγάλη ανοιχτή αγκαλιά σε όλους αυτούς που πάσχουν από Alzheimer μέσω του προγράμματος "It Takes a Village".

Οι άνθρωποι που πάσχουν από άνοια είναι δικοί σου και δικοί μου συγγενείς και φίλοι. Χρειάζονται την υποστήριξή μας να ζήσουν μια ζωή όπως τους αξίζει, να συμμετέχουν με χαρά στην κοινωνική ζωή με τα ανθρώπινα δικαιώματά τους να προστατεύονται. Παρακαλείστε να μας βοηθήσετε να αυξήσουμε την υποστήριξη μας στους ανθρώπους που αγαπάμε καθώς γερνούν, δίνοντας πίσω..

### Με αγάπη και εκτίμηση,

John Zeisel, Πρόεδρος  
Sean Caulfield, Καλλιτεχνικός Διευθυντής  
Marian Brown, Επικεφαλής Διευθυντής  
Dee Brenner, Συντονιστής Προγράμματος  
<http://www.artistsforalzheimers.org>

## Ευχαριστήρια Επιστολή

Αγαπητή κυρία Τσολάκη και συνεργάτες του κέντρου

**Π**ριν λίγες μέρες η μητέρα μου, κυρία Ασημίνα Παπαχατζή, έφυγε από κοντά μας, μετά από τριετή αγώνα με την νόσο και συνοδές παθήσεις που είχαν επιβαρύνει πολύ την υγεία της. Όλα αυτά τα χρόνια, στην καθημερινή μάχη που έδινα μαζί της για την υγεία της, την φροντίδα της, την αξιοπρέπεια της, ένιωθα ότι δεν ήμουν μόνος. Είχα μαζί όλους τους αγγέλους που έχουν σήμερα την γήινη θέση του προσωπικού του κέντρου σας, που με τόση αγάπη και αγώνα υποστηρίζετε καθημερινά. Άνθρωποι που προσφέρουν ένα ύψιστο λειτουργήμα και όχι μια απλή εργασία. Άνθρωποι που πονάνε μαζί μας, χαίρονται μαζί μας, δακρύζουν μαζί μας.

Η μητέρα μου όσο μπορούσε να έρθει στο κέντρο, μετρούσε τις μέρες που θα συναντήσει τις φίλες της, το προσωπικό για τα μαθήματα, τον γυμναστή, την χορωδία. Περίμενε με αγωνία τις γιορτές, τις εκδηλώσεις, είχε τη συνεχή φροντίδα και αγάπη της κ. Γκαβοπούλου στα ιατρικά θέματα και το ενδιαφέρον του κ. Πετσάνη.

Για εμάς, τους περιθάλπτοντες, κάθε κούραση, κάθε ένταση, κάθε πίεση, ξεπερνούσαν πιο εύκολα μπροστά στην χαρά της, την χαρά ενός μικρού παιδιού μπροστά σε αυτή την απίστευτη αγάπη και υποστήριξή σας. Θα ήθελα να σας ευχαριστήσω από τα βάθη της ψυχής μου και να σας στείλω την δική μου συμπαραστάση σε όλους εσάς, για το δύσκολο αυτό έργο, που ειδικά σήμερα γίνεται ακόμα πιο επίπονο. Σας παρακαλώ, μην εγκαταλείψετε ποτέ αυτές σας τις προσπάθειες. Οι ζωές και οι ψυχές των ανθρώπων αυτών που έζησαν μαζί σας, θα σας συντροφεύουν για πάντα και ακόμα και αν δεν μπορούν να σας το εκφράσουν, θα σας χαμογελούν με ευγνωμοσύνη όπου και αν βρίσκονται.

ΥΓ καταθέτω στη μνήμη της μια μικρή δωρεά των 50 ευρώ, σαν ένα κέρασμα δικό της από εκεί που βρίσκεται τώρα, σε όλους εσάς τους Ανθρώπους. Ο Θεός να σας έχει καλά

### Κωνσταντίνος Παπαχατζής



## Ευχαριστήρια επιστολή από τον Βόλο προς τους υπεύθυνους της Πολιτείας

**Ό**ταν συμβαίνει κάτι σαν αυτό, το μόνο που σκέφτεσαι είναι "γιατί σε μένα, γιατί σε μας". Πριν από τρία χρόνια, έγινε η διάγνωση για Alzheimer. Μετά από πολλές ταλαιπωρίες και αντιμετώπιση άλυτων προβλημάτων ενός ανύπαρκτου κοινωνικού κράτους, βρήκαμε μια «**M.A.N.A.**» για τη μητέρα μας.

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε ολόθερμα τη **Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer στις Αλυκές Βόλου**, για την ποιότητα υπηρεσιών που προσφέρει. Αν και το «ευχαριστώ», είναι πολύ μικρό, για να εκφράσει αυτό που αισθανόμαστε για σας. Από τη πρώτη στιγμή νιώσαμε σίγουροι για την άρτια οργάνωση της μονάδας (τήρηση λεπτομερούς ιατρικού ιστορικού, καθαριότητα, εξαιρετική φροντίδα, διάθεση και ζήλος για προσφορά). Το προσωπικό συνολικά σαν ομάδα, αλλά και ο καθένας τους ξεχωριστά, αποτελούν υπόδειγμα προς μίμηση.

Όλα αυτά, θεωρώ, ότι αναδεικνύουν την αφοσίωση και την ευαισθητοποίησή σας απέναντι στο σοβαρό πρόβλημα της άνοιας. Είναι εντυπωσιακό πως αναπληρώνεται τη βοήθεια και τη φροντίδα που η οικογένεια αδυνατεί να δώσει. Δείχνετε σεβασμό στην προσωπικότητα και την αξιοπρέπεια σε κάθε ένα ξεχωριστά ασθενή. Πάνω απ' όλα τους κάνετε να νοιώθουν ασφάλεια –τόσο σημαντικό για ανθρώπους που η "ομίχλη" στο μυαλό, τους προκαλεί μεγάλο άγχος και μια ζωή γεμάτη από αντίο και ατέλειωτες νέες αρχές. Εδώ μπορούν με ελπίδα και αισιοδοξία να βλέπουν την επόμενη μέρα.

Δε ξέρετε πόσο σημαντικό είναι για μας που δε μπορούμε πια να ζούμε κοντά της, ότι ο δικός μας άνθρωπος έγινε και δικός σας. Η μητέρα μας ενσωματώθηκε σε μια νέα οικογένεια χωρίς το συναίσθημα ότι είναι βάρος στους άλλους. Παρέχετε σεβασμό της αυτονομίας και τη δυνατότητα στους ενοίκους σας, να ζουν με το δικό τους τρόπο και ρυθμό ώστε να νιώθουν αυτοσεβασμό και αυτοεκτίμηση. Αίσθημα ότι ανήκουν κάπου, ότι κάποιος φροντίζει τις ιδιαίτερες ανάγκες τους με χαρά. Λειτουργείτε σαν μια ομάδα, στην οποία όλοι μπορούν να συμμετέχουν, εξαλείφοντας το αίσθημα της απομόνωσης, που συνήθως αισθάνονται τα άτομα με άνοια. Για όλα αυτά, για την ανθρωπιά, για το σεβασμό, ένα μεγάλο ευχαριστώ!

Να είστε σίγουροι ότι αυτό που ζούμε θα το θυμόμαστε για όλη μας τη ζωή με ευγνωμοσύνη.

Οικογένεια Βαλασίδου Βασιλικής

*Υ.Γ. Αυτή είναι μία επιστολή που είχα στείλει προ τριών μηνών θέλοντας να ευχαριστήσω τη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer στο Βόλο όπου και φιλοξενείται η μητέρα μου ετών 56 που πάσχει από τη νόσο. Παρακολουθώντας τις εξελίξεις που αφορούν στο κλείσιμο των Μονάδων αυτών μετά λύπης μου σας στέλνω τη συγκεκριμένη αναφορά, την οποία με τη σειρά μου θα δημοσιεύσω οπουδήποτε μου είναι εφικτό. Δεν μπορώ σε καμία περίπτωση να βρω τον κατάλληλο χαρακτηρισμό που αντιπροσωπεύει τη συγκεκριμένη απόφαση...Είναι χιλιάδες τα άτομα που εξυπηρετούνται στις δομές αυτές καθώς και χιλιάδες οι οικογένειες που ανακουφίζονται βλέποντας τον άνθρωπο τους να είναι ενταγμένος «κάπου», κάπου που του δίνουν τη δέουσα φροντίδα και προσοχή. Πώς λοιπόν κάποιος που «χορεύει έξω από το χορό» μπορεί και παίρνει αποφάσεις για όλους αυτούς τους ανθρώπους; Πώς τους πετά στο δρόμο χωρίς να υπάρχει μία δεύτερη λύση; Χωρίς να τους έχει εξασφαλίσει κάτι ανάλογο; Πιστέψτε με κανείς από όλους αυτούς δε νοσούν με τη θέληση τους... όλοι θα επιθυμούσαν να είναι υγιείς και να ζουν στα σπίτια τους, στη θαλπωρή των οικογενειών τους. Ποιός σας έχει δώσει το δικαίωμα να τα βάζετε με ασθενείς που το μόνο που τους έχει απομείνει είναι να ζουν αξιοπρεπώς μέσα στις μονάδες αυτές, τις οποίες εσείς θέλετε να τις καταργήσετε; Κράτος πρόνοιας δεν υπήρχε και δεν θα υπάρξει ποτέ και υλοποιώντας όλες αυτές τις αποφάσεις το μόνο που καταφέρνετε είναι να γκρεμίζετε και τα ελάχιστα λιθαράκια που υπήρχαν στο τομέα της πρόνοιας!*

*Παρ' όλα αυτά σας εύχομαι κανείς από σας να μην γνωρίσει από κοντά τον πόνο που νιώθουν οι άνθρωποι αυτοί και οι οικογένειες τους.*

*Σας ανέφερα τις σκέψεις μου πάνω στο θέμα αυτό έτσι απλά γνωρίζοντας όμως εκ των προτέρων ότι λόγια σαν αυτά εσάς δεν σας αγγίζουν!!!*

**Βαλασίδου Άννα (Κοινωνική Λειτουργός)**





## Ερώτηση Προς τον κ. Υπουργό Υγείας

ΒΟΥΛΗ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ  
Αριθ. Πρωτ.: 6744/05.02.2013

## ΕΡΩΤΗΣΗ

Προς τον κ. Υπουργό Υγείας

**Θέμα:** *Ελληνική Εταιρεία Νόσου ALZHEIMER και Συγγενών Διαταραχών (ΕΕΝΑΣΔ)*

**Η** Ελληνική Εταιρεία Νόσου ALZHEIMER και Συγγενών Διαταραχών (ΕΕΝΑΣΔ) σε επιστολή της αναφέρει, ότι η άνοια είναι ένα μείζον ιατρικό, κοινωνικό και οικονομικό πρόβλημα και χαρακτηρίζεται δυστυχώς πλέον από τους επιστήμονες ως η επιδημία του 21ου αιώνα.

Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τις τελευταίες εκτιμήσεις της Παγκόσμιας Εταιρείας Alzheimer (ADI), υπάρχουν 35.6 εκατομμύρια άνθρωποι που ζουν με άνοια παγκοσμίως, αριθμός που θα ανέλθει σε 65.7 εκ. μέχρι το 2030 και σε 115.4 εκ. μέχρι το 2050, ενώ στην Ελλάδα πάσχουν περίπου 200.000 άτομα ενώ ο αριθμός αυτός αναμένεται να φτάσει στις 365.000, το 2050. Απαιτείται συνεπώς παγκόσμια δράση, ώστε να αντιμετωπιστεί η πιο σημαντική κρίση υγείας του 21ου αιώνα.

Εξαιτίας όλων των παραπάνω, είναι φανερή η ανάγκη να συνεχίσουν να λειτουργούν οι Μονάδες Άνοιας που λειτουργούν μέχρι σήμερα στη Θεσσαλονίκη με τη χρηματοδότηση του Υπουργείου Υγείας, διότι είναι οργανισμοί που έχουν προσφέρει και θα προσφέρουν πολύτιμο έργο σε ασθενείς με άνοια αλλά και στους περιθάλποντές τους και βέβαια η κατάρτιση και η πολυετής εμπειρία των εργαζομένων στις ανωτέρω Μονάδες έχουν καταστήσει τις δομές πρότυπο ποιότητας υπηρεσιών με επιστήμονες από όλο τον κόσμο να τις επισκέπτονται για να εκπαιδευθούν.

Δυστυχώς, όμως, το τελευταίο χρονικό διάστημα παρατηρείται η απειλή του λουκέτου για τις δομές του ιδιωτικού μη κερδοσκοπικού τομέα, διότι οι εργαζόμενοι παραμένουν απλήρωτοι εδώ και μήνες και δυστυχώς ο δηλωθείς προϋ-

πολογισμός τους για το 2012 ήταν 1.272.000€, το κατανομηθέν ποσό για το 2012 ήταν συνολικά 715.000 €, ενώ η τελευταία χρηματοδότηση του 2012 κατά το χρηματικό ένταλμα ήταν μόλις 20.000€, με αποτέλεσμα να υπάρχει αδυναμία πληρωμής των μισθών μηνών, όπως επίσης και των προμηθευτών.

Επειδή είναι χρέος της Πολιτείας η προσφορά της κοινωνικής μέριμνας, της σωματικής και ψυχικής υγείας, είναι απαραίτητο όλα τα εμπλεκόμενα μέρη και φορείς να κάνουν ό, τι είναι δυνατό με γνώμονα τη συνέχιση της παροχής υπηρεσιών υψηλής ποιότητας και ιδιαίτερα στα πλαίσια της οικονομικής κρίσης σε μια τόσο ευπαθή ομάδα του πληθυσμού, η οποία δεν έχει «φωνή» να διεκδικήσει από μόνη της.

**Ερωτάται ο κ. Υπουργός:**

Πότε αναμένεται να ομαλοποιηθεί η χρηματοδοτική ροή προς τις δομές του ιδιωτικού τομέα, μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα, ώστε να συνεχίσουν απρόσκοπτα τις δράσεις τους και την εν γένει αποτελεσματική λειτουργία τους;

Αθήνα, 5 Φεβρουαρίου 2013

**Η Ερωτώσα Βουλευτής  
Μαρία Κόλλια Τσαρουχά  
ΣΤ' Αντιπρόεδρος της Βουλής των Ελλήνων  
Βουλευτής Ν. Σερρών**



## Ερώτηση Προς τον κ. Υπουργό Υγείας

ΒΟΥΛΗ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ  
Αριθ. Πρωτ.: 4024/15.11.2012

## ΕΡΩΤΗΣΗ

Προς τον κ. Υπουργό Υγείας

Θέμα: Ασθενείς με Αλτσχάιμερ

**Η** νόσος Αλτσχάιμερ εξελίσσεται σε μια από τις χειρότερες μάστιγες του αιώνα μας, καθώς ο αριθμός των ασθενών με Αλτσχάιμερ έχει παρουσιάσει δραματική αύξηση παγκοσμίως. Σύμφωνα με πρόσφατα ιατρικά στοιχεία, αποτελεί την πιο συχνή μορφή άνοιας, με έξι στους δέκα ασθενείς που εκδηλώνουν άνοια να πάσχουν από τη συγκεκριμένη νόσο, ενώ στη χώρα μας, οι ασθενείς με νόσο Αλτσχάιμερ, έχουν ήδη αγγίξει τους 160.000.

Πρόκειται για μια πάθηση που ξεκινά με σχετικά ήπια συμπτώματα, όπως αδυναμία συγκέντρωσης, ελάττωση μνήμης, άγχος κτλ., ενώ με την πάροδο του χρόνου η κατάσταση του ασθενούς επιβαρύνεται σημαντικά και καταλήγει ανίκανος να αυτοσυντηρηθεί. Οι πιθανότητες να εμφανιστεί η ασθένεια αυξάνουν σημαντικά, όσο αυξάνει η ηλικία του ατόμου, ενώ το οικονομικό κόστος αντιμετώπισης της πάθησης είναι τεράστιο. Είναι η μόνη νόσος που πλήττει ταυτόχρονα αλλά και με διαφορετικό τρόπο δύο άτομα, με επιπτώσεις τόσο για τον ασθενή όσο και για τον περιθάλποντα. Όσον αφορά τη χώρα μας, δεν υπάρχει ειδική κρατική μέριμνα για τους ασθενείς με τη νόσο (μονάδες φιλοξενίας, επιδόματα κλπ.), με την ευθύνη της περιθαλψής να πέφτει στους ώμους των οικογενειών και των συγγενών των ασθενών.

Υπενθυμίζεται, ότι πριν από ένα περίπου χρόνο, και λόγω της δύσκολης οικονομικής θέσης της χώρας, το Υπουργείο Οικονομίας μείωσε κατά ποσοστό 45% τον προϋπολογισμό των μονάδων ψυχικής υγείας, που λειτουργούν στο πλαίσιο του προγράμματος Ψυχαργώ με την ευθύνη μη κυβερνητικών οργανώσεων και που παρέχουν ένα σημαντικό μέρος των δωρεάν παρεχόμενων υπηρεσιών ψυχικής υγείας του Δημόσιου Εθνικού Συστήματος Υγείας. Μέρος των μονάδων αυτών αποτελούν 12 δομές Αλτσχάιμερ (2 ξενώνες, 8 Κέντρα Ημέρας και 2 Υπηρεσίες Φροντίδας στο Σπίτι), οι οποίες εξυπηρετούν ένα πού μικρό μόνο ποσοστό ανθρώπων με άνοια και τις οικογένειές τους.

Η πρόσφατη αλλαγή στα επίπεδα κάλυψης της φαρμακευτικής αγωγής, με την επιβολή συμμετοχής 10% για τους ασθενείς με άνοια, που έχει ανακοινώσει η Κυβέρνηση, αναμένεται να προκαλέσει σημαντικά προβλήματα τόσο στους ασθενείς που πάσχουν από τη νόσο, όσο και στις οικογένειές τους.

Σε επιστολή της προς τον κ. Υπουργό Υγείας, για το θέμα αυτό, η πρόεδρος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας

Νόσου Αλτσχάιμερ, καθηγήτρια Α.Π.Θ., κ. Μάγδα Τσολάκη, επισημαίνει ότι:

«Η άνοια τύπου Αλτσχάιμερ αποτελεί μια ιδιαίτερα δαπανηρή νόσο, λόγω των αυξημένων πόρων που διατίθενται για την πρόληψη, τη διάγνωση, τη θεραπεία και τη διαχείρισή της. Το κόστος της νόσου υπερβαίνει το άμεσο υγειονομικό κόστος, δηλαδή το κόστος που κυρίως επωμίζεται ο υγειονομικός τομέας, καθώς η ασθένεια έχει σημαντικές οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις τόσο στους ίδιους τους πάσχοντες όσο και στην οικογένειά τους.» Οι μη υγειονομικές οικονομικές επιπτώσεις της νόσου, συνίστανται κυρίως σε απώλεια εισοδήματος λόγω αδυναμίας του ασθενή να εργασθεί, πιθανής πρόωρης συνταξιοδότησης του, μείωσης του οικογενειακού εισοδήματος λόγω απασχόλησης και άλλων μελών της οικογένειας στη φροντίδα του ασθενή και λόγω απασχόλησης επαγγελματία περιθάλποντα. Οι υγειονομικές οικονομικές επιπτώσεις της νόσου συνίστανται σε δαπάνες που αφορούν είτε την κατ' οίκον νοσηλευτική φροντίδα του ασθενούς ή τη νοσηλεία του σε νοσηλευτικό ή γηριατρικό ίδρυμα».

«Η νόσος αφορά σε μια ηλικιακή ομάδα ασθενών, οι οποίοι στην πλειοψηφία τους είναι συνταξιούχοι. Πολλοί από τους ασθενείς αυτούς βρίσκονται ήδη σε δυσχερή οικονομική θέση, αντιμετωπίζοντας μειώσεις και περικοπές σε συντάξεις και επιδόματα. Ένας στους τρεις Έλληνες δηλώνει πως δεν του περισσεύουν καθόλου χρήματα μετά την κάλυψη των βασικών του αναγκών. Βάσει στοιχείων της Nielsen, το ποσοστό αυτό (35%) είναι ένα από τα υψηλότερα που έχει καταγραφεί στην Ελλάδα και το τρίτο υψηλότερο παγκοσμίως για το συγκεκριμένο τρίμηνο. Ειδικά για την ηλικιακή ομάδα την οποία πλήττει η νόσος, το μέσο μηνιαίο εισόδημα των ασθενών δεν υπερβαίνει τα € 785, η δε κατώτατη σύνταξη του ΟΓΑ και του ΙΚΑ δεν ξεπερνά τα €350 και €470 αντίστοιχα (400.000 συνταξιούχοι λαμβάνουν σύνταξη μεταξύ €600 και €1000).

Ταυτόχρονα, τόσο οι ίδιοι οι ασθενείς όσο και οι οικογένειές τους καλούνται να καλύψουν σε ιδιωτικό επίπεδο τις οικονομικές ανάγκες που προκύπτουν από τη νόσο, με μεγαλύτερο το κόστος του περιθάλποντα ή και το κόστος του ιδρύματος.

Συγκεκριμένα, ακόμη και στις περιπτώσεις που ο ασθενής ου φροντίζεται από την οικογένεια, η συνεχώς επιδεινούμενη κατάστασή του (ελλιπής έως και πλήρως ανεπαρκής ικανότητα του ασθενούς να διατελέσει βασικές λειτουργίες καθώς και πολλές φορές μεγάλη επικινδυνότητα λόγω της κακής νοητικής κατάστασης του ασθενούς), χρήζει από το μετρίως σοβαρό στάδιο της νόσου και έπειτα 24ωρης φροντίδας. Η κατάσταση αυτή απαιτεί είτε επιπρόσθετο επαγγελματία περιθάλποντα είτε την παραμονή μέλους της οικογένειας εκτός εργασίας προκειμένου να τον φροντίζει ο ίδιος.

Το κόστος του περιθάλποντα καθώς και σημαντικό τμή-

## Απάντηση σε ερώτηση Βουλευτή

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Αριθ. Πρωτ.: 111767/09.01.2013

ΤΜΗΜΑ: ΚΟΙΝΟΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΝΟΜΟ-  
ΘΕΤΙΚΟΥ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ & ΚΩΔΙΚΟΠΟΙΗΣΗΣ

ΠΡΟΣ ΒΟΥΛΗ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

Δ/ση Κοινοβουλευτικού Ελέγχου

Τμήμα: Ερωτήσεων

Θέμα: Απάντηση σε ερώτηση Βουλευτή

**Α**παντώντας στην με αρ. 4024/15-11-2012 ερώτηση, που κατατέθηκε στη Βουλή από τη Βουλευτή κ. Μ. Κόλλια-Τσαρουχά, με θέμα «Ασθενείς με Αλτσχάιμερ», σας γνωρίζουμε τα ακόλουθα:

Σύμφωνα με την αρ. ΔΥΓ3(α)/οικ. 104747 Κοινή Υπουργική Απόφαση των Υπουργών Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Πρόνοιας και Υγείας, αποφασίστηκε ο κατάλογος παθήσεων, τα φάρμακα των οποίων χορηγούνται με μειωμένη ή μηδενική συμμετοχή του ασφαλισμένου. Στην απόφαση αυτή καθορίστηκε ότι οι πάσχοντες από τη νόσο Alzheimer θα έχουν συμμετοχή σε ποσοστό 10%.

Η δυνατότητα επέκτασης της δωρεάν χορήγησης των φαρμάκων στους πάσχοντες από τη νόσο Alzheimer θα εξεταστεί από τα συναρμόδια Υπουργεία Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Πρόνοιας και Υγείας και στη συνέχεια θα πρέπει να ρυθμιστεί νομοθετικά.

Επισημαίνεται ότι, σύμφωνα με την Έκθεση του ΠΟΥ για την ψυχική υγεία (2001), οι χώρες οφείλουν να διασφαλίζουν τη διαθεσιμότητα των ψυχοτρόπων φαρμάκων σε όλα τα επίπεδα της υγειονομικής περίθαλψης. Ειδικότερα, η διασφάλιση της πρόσβασης στα σχετικά φάρμακα είναι αναγκαία για τους πάσχοντες από σοβαρές ψυχικές διαταραχές – μεταξύ των οποίων περιλαμβάνονται και οι πάσχοντες από άνοια-και διαθέτουν ισχύο εισόδημα.

μα του κόστους του ιδρύματος το καλύπτουν ιδιωτικά ασθενείς και οικογένεια. Το 30% των ασθενών με άνοια τύπου Αλτσχάιμερ απασχολεί κάποιον επαγγελματία – αμειβόμενο περιθάλποντα με μέση αμοιβή € 520. Όπως αναφέρθηκε πιο πάνω, το μέσο μηνιαίο εισόδημα των ασθενών δεν υπερβαίνει τα €785. Επομένως, το 66% του εισοδήματος του ασθενή αποτελεί το κόστος του επαγγελματία, ο οποίος απασχολείται για τη φροντίδα του.

Παράλληλα, οι ασθενείς με άνοια στην πλειοψηφία τους πάσχουν από ένα ή περισσότερα συνοδά νοσήματα (με συχνότερες τις καρδιαγγειακές παθήσεις), για τα θεραπευτικά σκευάσματα των οποίων οι ασθενείς ήδη καλύπτουν το κόστος συμμετοχής».

Επειδή:

Τόσο οι ασθενείς με Αλτσχάιμερ, όσο και οι οικογένειές τους αντιμετωπίζουν μια ιδιαίτερα δύσκολη και πολύπλοκη κατάσταση που θα δυσκολέψει ακόμη περισσότερο από την εφαρμογή της απόφασης,

Η παραμονή των ασθενών στη θεραπεία αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για την καθυστέρηση της επιδείνωσης της νόσου και την καλύτερη ποιότητα ζωής ασθενών και περιθαλπόντων,

Υπάρχει σοβαρός κίνδυνος, η επιπλέον επιβάρυνση του ασθενούς στην κάλυψη του κόστους να οδηγήσει πολλούς ασθενείς στη διακοπή της θεραπείας. Το σημαντικά αυξημένο κόστος, που αναμένεται να φέρει η πιθανή διακοπή θεραπείας, λόγω ταχύτερης και μεγαλύτερης επιδείνωσης της νόσου, θα επιβαρύνει τα ταμεία.

## Ερωτάται ο κ. Υπουργός

Προτίθεται το Υπουργείο να διατηρήσει το ποσοστό της συμμετοχής του ασθενούς στην κάλυψη της θεραπείας, στο 0%, όπως ίσχυε σύμφωνα με το προηγούμενο καθεστώς;

**Η Ερωτώσα Βουλευτής  
Μαρία Κόλλια Τσαρουχά  
ΣΤ' Αντιπρόεδρος της Βουλής των Ελλήνων  
Βουλευτής Ν. Σερρών**

**Η Υφυπουργός  
Φ.Ν. Σκοπούλη**



## Οι υπερήλικοι στην οικογένεια

Τίμα τόν πατέρα σου και τήν μητέρα σου :  
Οι υπερήλικοι στην οικογένεια

Από τόν τίτλο και μόνο τής όμιλίας μου, γίνεται προφανής ή διπλή διάσταση αυτού του τόσο σημαντικού θέματος. Η μία διάσταση αφορά στην κρουσάλλινη σαφήνεια τής 5<sup>ης</sup> έντολης, ή όποια δέν αφήνει περιθώρια γιά διαπραγμάτευση χρονικών όρίων και συγκυριακών συμβιβασμών. «Τίμα...» Συνεχώς και άδιαλείπτως. Όχι μόνο όταν έσύ είσαι νέος και έχεις ανάγκη τούς γονείς, ή όταν εκείνοι είναι άκόμα νέοι και δυνατοί, ή, αντίθετα, όταν τούς χάσεις και σέ καταθλίβει ή άπώλειά τους. Όχι. Νά τους τιμάς, μέ τόν νοΰ και τήν καρδιά σου, αλλά κυρίως μέ τίς πράξεις σου, όσο εκείνοι βρίσκονται στή ζωή, αλλά και όταν έχουν φύγει, όσο έσύ ζεις πάνω σ' αυτήν τή γή.

Η δεύτερη διάσταση του θέματος έχει νά κάνει μέ τήν ύπαρξη υπερήλικων γονιών μέσα στην εύρύτερη οικογένεια. Λόγω τής αύξησεως του μέσου όρου έπιβίωσης, ή συνύπαρξη αυτή γίνεται όλο και πιό συχνή, μέ θετικές και άρνητικές όψεις, τόσο γιά τούς ίδιους τούς υπερήλικες, όσο και γιά τά υπόλοιπα μέλη τής οικογένειας.

Είναι γεγονός ότι, στίς χώρες πού συνηθίζουμε νά χαρακτηρίζουμε ως «προηγμένες», οι σχέσεις γονιών και παιδιών είναι, συνήθως, χαλαρές. Συχνά δέ, από τήν έφηβεία και μετά, τά παιδιά άπομακρύνονται και σωματικά από τήν πυρηνική οικογένεια, μέ σχέσεις κάπως τυπικές ή και άνυπαρκτες. Εύτυχώς, στην πατρίδα μας, άκόμα τά πράγματα διαφέρουν και, σέ όλες τίς σχετικές κοινωνικές έρευνες, οι νέοι μας, κατά τήν ιεράρχηση τών άξιών τους, δίνουν στην οικογένεια πολύ ύψηλή θέση.

Όμως, οι κοινωνικές συνθήκες πού συνεχώς αλλάζουν, αλλά και ή γενικότερη περιρρέουσα άτμόσφαιρα του άτομοκεντρισμού, τών δικαιωμάτων, τών άπαιτήσεων, τών έπιθυμιών πού μεταφράζονται άδιακρίτως σέ άνάγκες, τών συνεχών διεκδικήσεων, όπως και ή μίμηση σαθρών προτύπων πού έπίμονα προβάλλονται, φαίνεται ότι έπιδροΰν πιά καταλυτικά στον τρόπο διαβίωσης και στην συμπεριφορά και τής σύγχρονης έλληνικής οικογένειας, κυρίως στα μεγάλα άστικά κέντρα.

Κατά συνέπεια, πολλοί και διαφορετικοί – γιά τήν κ ά θ ε συγκεκριμένη οικογένεια – παράγοντες είναι αυτοί πού διαμορφώνουν αντίστοιχα και έπηρεάζουν τίς διάφορες οικογενειακές καταστάσεις. Θά μπορούσαμε, έπομένως, νά υποστηρίξουμε ότι, και γιά τά συμβαινόντα μέσα στίς οικογένειες, ισχύει κάτι παρεμφερές προς τό γνωστό ίατρικό άξιωμα πού λέει ότι : «Δέν υπάρχουν άσθενείες, αλλά άσθενείς, και κάθε περίπτωση είναι μιά είδική περίπτωση».

Παρά ταΰτα, θά έπιχειρήσω μιά, κατά τό δυνατόν, γενική

θεώρηση του θέματος, έξετάζοντάς το, τόσο από τήν πλευρά τών νέων μελών μιάς οικογένειας, όσο και από τήν πλευρά τών υπερηλικών. Και επειδή, ένας κáριος και άκρως καθοριστικός παράγοντας είναι ή κατάσταση τής σωματικής και πνευματικής υγείας τών υπερηλικών, θά αναφερθώ πρώτα σέ όσα μπορεί νά ισχύουν όταν οι υπερήλικες είναι σχετικά υγιείς. Όταν έχουν, δηλαδή, τή δυνατότητα, όχι μόνο νά αυτοεξυπηρετούνται και νά έπικοινωνούν μέ τούς δικούς τους, αλλά, συχνά, είναι και σέ θέση νά προσφέρουν ήθική συμπαράσταση, όπως και χρήσιμες ή και πολύτιμες άκόμα υπηρεσίες στα παιδιά και στα έγγόνια τους.

Στίς εύλογημένες αυτές περιπτώσεις, και έφ' όσον ό τόπος κατοικίας και οι άποστάσεις έπιτρέπουν τήν φυσική έπικοινωνία τής εύρύτερης οικογένειας, πιστεύω ότι, **μέ τήν τήρηση κάποιων προϋποθέσεων** - τόσο από τούς νέους, όσο και από τούς υπερήλικες - ή 5<sup>η</sup> έντολή, μέ όλες τής τίς προεκτάσεις, μπορεί, άβίαστα, νά γίνει βίωμα και συνειδητή πράξη ζωής.

\* \* \*

Αρχίζοντας από τίς προϋποθέσεις πού άφορούν στους ν έ ο υ ς ή και τούς λιγότερο νέους, πού έχουν τήν τύχη νά βλέπουν δίπλα τους και τούς δύο ή έστω τόν έναν από τούς ήλικιωμένους γονείς τους, θά προσπαθήσω, όσο πιό έπιγραμματικά μπορώ, νά άπαριθμήσω και νά καταθέσω στην κρίση σας μερικές από αυτές τίς προϋποθέσεις.

Ός **Πρώτη** προϋπόθεση, θά έβαζα τήν άνάγκη νά συνειδητοποιοΰν, έγκαιρως, τά υπερασχολημένα, ίσως, ένήλικα παιδιά, πού ένδεχομένως είναι πιά αυτά τά ίδια οικογενειάρχες, ότι «*τούς γονείς δέν θά τούς έχουν μαζί τους γιά πάντα*», παίρνοντας άφορμή από ένα άπόσπασμα κειμένου του Κωνσταντίνου Τσάτσου. Γράφει χαρακτηριστικά στην «Λογοδοσία μιάς ζωής»:

«*Ό πιό ζωηρός μου πόθος, ένας πού κάθε λίγο ξανάρχεται ίδιος, είναι νά ανασταίνονταν ή μάνα και ό πατέρας μου, νά ζήσω έναν καιρό μαζί τους, νά τούς διηγηθώ τή ζωή μου. Κι έγώ πού τώρα τελείως άδιαφορώ γιά τή γνώμη του ξένου κόσμου, θά ήθελα εκείνοι νά μέ καμαρώσουν. Μεγαλύτερη άγαλλίαση δέν θά μπορούσα νά νιώσω. Ξέρω πώς, τά λίγα πού κατόρθωσε ό γιός τους, θά τούς φαίνονταν σπουδαία. Και θά τούς έδιναν άπέραντη εύχαρίστηση...».*

Όμως, όλοι ξέρουμε ότι, αυτός ό πόθος δέν θά πραγματοποιηθεί ποτέ. Και τά λίγα αυτά λόγια, πόσο καλά εκφράζουν τά συναισθήματα πού πολλοί από έμάς έχουμε νιώσει, όταν οι γονείς μας έφυγαν κι άρχισαμε, σιγά-σιγά, νά αναλογιζόμαστε και νά συνειδητοποιοΰμε τό πόσο φτωχά και λίγα ήταν, τελικώς, αυτά πού, όσο ζοΰσαν, τούς χάρισαμε από τά συναισθήματα πού πλημμύριζαν πάντα τήν καρδιά μας γ' αυτούς, αλλά έμεις τά

κρατούσαμε, με τσιγκουνιά, θαρρείς, βουβιά και διπλοκλειδωμένα, χωρίς καν να υποψιαζόμαστε την μοναξιά της τρίτης και τέταρτης ηλικίας.



Με πόση χαρά και ανακούφιση θα καθόμασταν τώρα δίπλα τους, χωρίς να βιαζόμαστε, σε μία ήρεμη ώρα αφιερωμένη μόνο σ'αυτούς, και κρατώντας το τρεμάμενο, ίσως, χέρι τους, θα μοιραζόμασταν μαζί τους όσα κάποτε ζητούσε, με λαχτάρα και αγάπη, ή άηχη προσμονή στο βλέμμα τους. Στο βλέμμα που έμεις, βιαστικοί και απρόσεκτοι, προσπερνούσαμε. Μήπως, ακόμα, δεν θα θέλαμε ίσως να ζητήσουμε τώρα κάποια όφειλόμενη κι εύλογημένη συγγνώμη για την άστοχη κουβέντα μας, που κάποτε τούς είχε πικράνει;

Κι όμως. Έμεις, τότε που τούς είχαμε δίπλα μας, μέσα στη βουή και το άγχος της καθημερινότητας, μέσα στη δίψα και την ανεξέλεγκτη βουλμία για δραστηριότητες, για άψυχα υλικά αγαθά, για κατακτήσεις στόχων, είχαμε πάψει να θυμόμαστε ότι «δέν φτάνει να υπάρχει ή αγάπη, πρέπει και να εκδηλώνεται με έγνοια και πράξεις». Είχαμε ακόμα πιστέψει πως, «εύτυχώς οι γονείς είναι καλά και, σίγουρα, σε μία από τις προσεχείς εβδομάδες, θα προσπαθήσουμε να βρούμε, κάποια στιγμή, λίγο περισσότερο χρόνο, για να τούς κάνουμε συντροφιά, να πάμε μαζί τους μία βόλτα, για να τούς δείξουμε πόσο νοιαζόμαστε για να τούς ευχαριστήσουμε. Ή, αναγνωρίζοντας την όποια τυχόν βοήθεια εκείνοι πρόθυμα μας προσφέρουν, θα βρούμε κ α π ο τ ε την ευκαιρία να τούς πούμε μία γλυκιά μας κουβέντα, που γι' αυτούς θα γίνει δώρο ακριβό. Θα μᾶς δοθεί ή ευκαιρία να θυμηθούμε ακόμα ότι, τᾶ ἄσπρα μαλλιά δέν καταργούν την ανάγκη για καλοσύνη και τρυφερότητα. Θα βρούμε κ α π ο τ ε και την κατάλληλη εποχή για να τούς δείξουμε την έγνοια μας, να χαρούν και αυτοί μία δυνατότητα που θα τούς προσφέρουμε ώστε να κάνουν κάτι που τούς ευχαριστεί...». Νά, όμως, που αφήνουμε τις εβδομάδες, τους μήνες και τᾶ χρόνια να περνούν, κι αυτό το «κάποτε», μπορεί να καταλήξει να γίνει μία μέρα ένα πικρό και ἀμετάκλητο «ποτέ»... Τότε που δέν θα υπάρχει πιά κανείς για να μᾶς προσφωνήσει τρυφερά «κορούλα μου» ή «ἀγόρι μου».

Όταν τό αναφέρω αυτό, θυμάμαι πάντα μία ιστορία που ἄκουσα σχετικά με τόν μεγάλο μας ζωγράφο Γιάννη Τσαρούχη. Στην κηδεία της μητέρας του που πέθανε σε ηλικία μεγαλύτερη τῶν ἑκατό ἑτῶν, τότε που ὁ Τσαρούχης είχε φτάσει ἤδη στά ὀγδόντα του χρόνια, ἕνας φίλος του προσπαθώντας να τόν παρηγορήσει βλέποντας τον

νά κλαίει σπαρακτικά, τοῦ εἶπε :

*Μήν κάνεις ἔτσι βρέ Γιάννη. Πόσο θά μπορούσε ἀκόμα νά ζήσει;*

Καί ὁ Τσαρούχης τοῦ ἀπάντησε:

*Δέν κλαίω γιά τή δική της ζωή που τελείωσε. Κλαίω γιατί ἔφυγε πιά ἀπό τή ζωή ὁ τελευταῖος ἄνθρωπος που μέ θεωροῦσε ἀκόμα παιδί και σάν παιδί μέ κανάκευε...*

Μιά **δεύτερη** προϋπόθεση που ἀφορᾶ καί πάλι τούς νέους, ἔχει να κάνει με μία, δύσκολη, ἀλλά συνειδητή προσπάθεια που θά πρέπει να κάνουν, ὥστε να ἔχουν λίγο περισσότερη ἀνεκτικότητα καί να μή θεωρῶν, ἐκ προοιμίου καί πάντοτε, ἐντελῶς ἀπαράδεκτα καί ξεπερασμένα ὅσα προσ-παθοῦν να τούς ποῦν, ἀπό βαθιά αγάπη καί μόνο, οἱ υπερῆλικοι. Καί, κυρίως, να θυμῶνται μία σοφή παροιμία που συμβαίνει να σιγοψιθυρίζουν συχνά οἱ ἡλικιωμένοι καί λέει, «*ἐκεῖ που εἶσαι ἡμουνα, κι ἐδῶ που εἶμαι θᾶρθεις*». Ἀνεκτίμητη σε ἀξία εἶναι ἡ ἰκανότητα τῶν νέων να μήν ἀντιδρῶν στίς κουβέντες τῶν ἡλικιωμένων με τρόπο που προκαλεῖ ἔνταση καί στενοχώριες.

Όπως ὁ Μεγαλοδύναμος Θεός ἄφησε τόν ἄνθρωπο ἐλεύθερο να παίρνει τίς ἀποφάσεις του, ἔτσι καί οἱ νέοι ἐνήλικες θά πρέπει να αἰσθάνονται ἐλευθεροί να ἀποδέχονται ἢ ὄχι τή γνώμη τῶν ἡλικιωμένων γονιῶν καί να κάνουν τίς προσωπικές τους ἐπιλογές, γιά τίς ὁποῖες πρέπει να ἀναλαμβάνουν καί τήν εὐθύνη. Εἶναι, ὅμως, ἔνδειξη εὐλογημένης ὠριμότητας τό να ὑπάρχει πάντα στή στάση τους, ἀπέναντι στοῦς γονεῖς, ὁ σεβασμός ἐκεῖνος που, ὡς πρωταρχικό καί θεμελιῶδες συστατικό, ἐνυπάρχει μέσα στήν ἴδια τήν πρώτη λέξη τῆς 5<sup>ης</sup> ἐντολῆς «*Τίμα...*». Εἶναι, ἐπίσης, ἔνδειξη ὠριμότητας τό να συνειδητοποιοῦν, οἱ νέοι ἐνήλικες, τ ρ ε ῖ ς ἀπλές ἀλήθειες που συχνά τούς διαφεύγουν. Ὅτι, δηλαδή:

- οἱ ἡλικιωμένοι ἄνθρωποι δύσκολα προσαρμόζονται σε νέες νοοτροπίες καί καταστάσεις,

- πολλά ἀπό αὐτά που λένε καί πιστεύουν οἱ υπερῆλικοι, με τήν πείρα τους, μπορεί να ἀποδειχθοῦν πολύ χρήσιμα γιά τή δική τους ἀτομική καί οἰκογενειακή ζωή, καί

- ὁ παππούς καί ἡ γιαγιά εἶναι, γιά τᾶ ἐγγόνια τους, ἀστείρευτες πηγές ἀγάπης, ζεστές παραμυθιές ἀγκαλιές, καί σοφοί δάσκαλοι ζωῆς γιά ἱερές ἀξίες καί παραδόσεις. Συγχρόνως, καί γιά τόν παππού καί τή γιαγιά, τᾶ ἐγγόνια εἶναι εὐλογημένες πηγές ζωῆς καί χαρᾶς.

Μιά **τρίτη**, τέλος, προϋπόθεση, που ἀφορᾶ στή συμπεριφορά τῶν νέων ἀπέναντι στοῦς ἡλικιωμένους τῆς οἰκογένειας, εἶναι τό να ἔχουν οἱ νέοι ἐπίγνωση ὅτι, **ἡ δική τους συμπεριφορά**, εἴτε τό θέλουν εἴτε ὄχι, καταγράφεται καί ἀντιγράφεται ἀπό τᾶ δικά τους μικρά παιδιά. Γι' αὐτό καί προδικάζει, συνήθως, τή στάση που θά ἔχουν αὐτά τᾶ παιδιά ἀπέναντί τους, ὅταν αὐτοί, οἱ νέοι τώρα γονεῖς, θά ἔχουν γεράσει. Ἡ σοφή ρῆση τοῦ Πιπτακοῦ τό καταγράφει ἀνεξίτηλα: «*Οἷος ἄν ἐράνους*



*είσενέγκης τοῖς  
γονεῦσι, τοιοῦτους  
αὐτός ἐν τῷ γήραϊ πα-  
ρά τῶν τέκνων προσδέ-  
χου». Καί, πολύ παρα-  
στατικά, τὸ περιγράφει  
μιά μικρὴ ἱστορία πού  
μαθαίναμε κάποτε στὸ  
Σχολεῖο, ἐκεῖ στὴ χώρα  
τοῦ μεγάλου ποταμοῦ,*

γιά τὸ μικρὸ ἀγόρι καὶ τὸ ξύλινο πιάτο τοῦ παπποῦ.

\* \* \*

Ἄς ἐξετάσουμε τώρα κάποιες ἀπὸ τίς προϋποθέσεις πού ἀφοροῦν στὴ συμπεριφορὰ τῶν ὑπερηλικῶν, σέ σχέση μέ τὰ παιδιά καὶ τὰ ἐγγόνια τους, μέσα στὴν εὐρύτερη οἰκογένεια.

Ὡς **πρώτη** προϋπόθεση, θεωρῶ ὅτι εἶναι τὸ νὰ συνειδητοποιήσουν ἐγκαίρως οἱ γονεῖς ὅτι, τὰ ἐνήλικα παιδιά τους, παρὰ τὸ ὅτι γι' αὐτούς δέν θά πάσουν ποτέ νὰ εἶναι τὰ *παιδιά* τους, εἶναι πιά ἐνήλικες, μέ ὅλες τίς προεκτάσεις αὐτοῦ τοῦ ὄρου. Ὅτι, δηλαδή, ἔχουν δικαίωμα γιά προσωπικές ἐπιλογές καὶ ἀποφάσεις. Κι ἂν, σ' αὐτά τὰ παιδιά-ἐνήλικες, οἱ γονεῖς δέν ἔχουν καταφέρει νὰ μεταδώσουν ἀρχές, κανόνες ζωῆς καὶ ἰδανικά, ἢ εὐκαιρία ἔχει πιά περάσει. Παρὰ, ἐπομένως, τὸ ὅτι, μέχρι νὰ κλείσουμε, ἐμεῖς οἱ γονεῖς, τὰ μάτια μας, δέν παύουμε, ὄχι ἀπλῶς νὰ νοιαζόμαστε γι' αὐτά τὰ «μεγάλια παιδιά», ἀλλά καὶ νὰ αισθανόμαστε, λίγο ἢ πολύ, ὑπεύθυνοι γιά ὅσα συμβαί-νουν στὴ ζωὴ τους, πρέπει νὰ συμβιβαστοῦμε μέ τὴν ἰδέα ὅτι, τώρα πιά, ἐκεῖνα ἔχουν ἀνάγκη νὰ νιώσουν ἐλεύθερα, νὰ ἀποφασίσουν καὶ νὰ ἐπιλέξουν τὸν τρόπο τῆς δικῆς τους ζωῆς, τὸ πῶς θέλουν νὰ μεγαλώσουν τὰ δικά τους παιδιά, ἀναλαμβάνοντας καὶ τίς ἀντίστοιχες εὐθύνες.

Ἐπάρχει, ὁμως, ἐδῶ ἕνας ἀντίλογος πού προκύπτει ἀπὸ τίς σύγχρονες κοινωνικές συνθήκες, οἱ ὁποῖες, συχνά, ἐπιβάλλουν μιὰ μακροχρόνια ὑλικὴ ἐξάρτηση τῶν ἐνήλικων παιδιῶν ἀπὸ τοὺς γονεῖς τους. Ὅταν, γιά παράδειγμα, ἀκολουθοῦν μακροχρόνιες σπουδές ἢ ὅταν ἢ ἐπαγγελματικὴ τους ἀποκατά-σταση καθυστερεῖ, ἀκόμα καὶ σέ περιπτώσεις πού ἔχουν ἤδη δημιουργήσει δική τους οἰκογένεια. Τὸ γεγονός αὐτὸ, εἶναι ἀναπόφευκτο νὰ συνοδεύεται ἀπὸ κάποιες δεσμεύσεις τῶν παιδιῶν πρὸς τοὺς γονεῖς. Ὡστόσο, θά πρέπει καὶ σ' αὐτές ἀκόμα τίς περιπτώσεις, οἱ γονεῖς νὰ μὴν ἔχουν τὴν ἀπαίτηση νὰ ἐλέγχουν καταπιεστικά καὶ ἀπολύτως τὴ ζωὴ τῶν παιδιῶν τους, μέ συνεχεῖς παρεμβάσεις, ἐλέγχους καὶ ὑποδείξεις. Ἡ διακριτικότητα στὴ στάση τῶν γονιῶν, ἢ ἀποφυγὴ συνεχῶν ἀπαιτήσεων, ὁ πηγαῖος σεβασμὸς τους πρὸς τὴν προσωπικότητα ἀλλά καὶ τίς ὑποχρεώσεις τῶν παιδιῶν τους, ἀλλά καὶ ἡ πεποίθηση πού, μέ τὸν τρόπο

τους οἱ γονεῖς θά ἐμπνεύσουν σ' αὐτά τὰ παιδιά ὅτι, ὅσα τοὺς προσφέρουν εἶναι ἀπὸ ἀγάπη καὶ μόνο, χωρὶς νὰ ἀπαιτοῦν ὑποτέλεια καὶ ἀνταλλάγματα, παίζουν τὸν πιὸ καταλυτικὸ ρόλο στὶς σχέσεις μεταξύ τους.

Μιά **δεύτερη** προϋπόθεση εἶναι, νὰ μὴν ξεχνοῦν οἱ γονεῖς ὅτι, στὴ δική τους γενιά, ἢ ἀπόσταση μεταξύ παιδιῶν καὶ γονιῶν, σέ ἡλικία, ἀλλά, κυρίως, σέ νοοτροπία καὶ κοινωνικὴ συμπεριφορὰ, ἦταν, περίπου, τριάντα χρόνια. Σήμερα, ὁμως, ἢ ραγδαία, θά ἔλεγα, ἢ ἰλιγγιώδης, ἀνάπτυξη τῆς τεχνολογίας, τῶν μέσων ἐπικοινωνίας καὶ ἐνημέρωσης, οἱ εὐκολες ἀλλά καὶ ἐπιβεβλημένες ἀπὸ τὴ ζωὴ μετακινήσεις ἀνά τὴν ὑφήλιο, ἢ παγκοσμιότητα πού παίρνουν τὰ διάφορα γεγονότα ὅπως καὶ οἱ διάφορες στάσεις ζωῆς, κάνουν αὐτὴν τὴν ἀπόσταση τῶν γενεῶν, **σέ νοοτροπία καὶ συμπεριφορές**, πολλαπλάσια. Ἄν, λοιπόν, οἱ ἡλικιωμένοι γονεῖς δέν προσπαθήσουν νὰ τὸ κατανοήσουν αὐτὸ καὶ ἀπαιτοῦν ταύτιση τῆς νοοτροπίας τῶν νέων μέ τὴ δική τους, μεταφράζοντας συγχρόνως αὐτὴν τὴν ταύτιση σέ ἐνδειξη σεβασμοῦ, εἶναι βέβαιο ὅτι καὶ οἱ ἴδιοι ἀλλά καὶ τὸ περιβάλλον τους θά ἔχει δύσκολες καὶ στενόχωρες ὥρες. Πρέπει, ἐπίσης νὰ μὴν ξεχνοῦν ὅτι τὰ ἐγγόνια τους εἶναι παιδιά **τῶν παιδιῶν τους**, ὄχι δικά τους. Ἐπομένως, οἱ γονεῖς ἔχουν τὴν εὐθύνη γιά τὴν ἀνατροφή τους καὶ ἢ συμπεριφορὰ τοῦ παπποῦ καὶ τῆς γιαγιάς ἀπέναντι στὰ ἐγγόνια πρέπει νὰ σέβεται καὶ νὰ μὴν ἀκυρώνει αὐτὴν τὴν εὐθύνη.

Ἡ **τρίτη** σημαντικὴ προϋπόθεση πού μπορῶ νὰ σκεφτῶ, εἶναι νὰ μὴν ξεχνοῦν οἱ γονεῖς, εἴτε εἶναι ἡλικιωμένοι, εἴτε ὄχι, ὅτι τὰ παιδιά τους δέν εἶναι μόνο δικά τους. Τοὺς τὰ χάρισε καὶ τοὺς τὰ ἐμπιστεύθηκε γιά νὰ τὰ μεγαλώσουν ἢ Θεῖα Πρόνοια. Ἐπομένως, ἀκόμα καὶ στὶς πιὸ δύσκολες ὥρες τους, ἢ προσευχὴ τῶν γονιῶν πρὸς τὸν Οὐράνιο Πατέρα, γιά νὰ τὰ προστατεύει καὶ νὰ τὰ φωτίζει, εἶναι ἢ πιὸ πολὺτιμη καὶ σίγουρη βοήθεια πού μποροῦν νὰ προσφέρουν σ' αὐτά τὰ παιδιά, ἀλλά καὶ ἢ μόνη πηγὴ ἐλπίδας καὶ παρηγοριᾶς γιά τοὺς γονεῖς.

\* \* \*

Ἐπάρχουν ὁμως καὶ οἱ περιπτώσεις τῶν ὑπερηλικῶν πού εἶναι σοβαρὰ ἄρρωστοι, πού πάσχουν ἀπὸ ἄνοια καὶ ἄλλες χρόνιες καταστάσεις, καὶ ἀπαιτοῦν μιὰ συνεχῆ καὶ ἐξειδικευμένη φροντίδα, τὴν ὁποία τὰ παιδιά, στὴ σύγχρονη πραγματικότητα, ἀδυνατοῦν νὰ προσφέρουν. Μπορεῖ ἄραγε, καὶ σ' αὐτές τίς δύσκολες περιπτώσεις, τίς, συχνά, δυσβάστακτες γιά τὴν οἰκογένεια, νὰ βρεθοῦν τρόποι τήρησης τῆς 5<sup>ης</sup> ἐντολῆς;

Θέλω νὰ ἀπαντήσω καταφατικά, χωρὶς ἐπιφυλάξεις. Θέλω, δηλαδή, νὰ δώσω ἔμφαση στὴ σημασία πού ἔχει γι' αὐτούς τοὺς ὑπερήλικες, πού, συνειδητὰ ἢ ἀσυνειδητὰ προσεύχονται γιά «*τέλη ἀνώδυνα καὶ ἀνεπαίσχυντα*», τὸ νὰ νιώθουν, μέ ὅποιες συνθήκες, ἢ, καλύτερα, τὸ νὰ δι-

αισθάνονται, όχι μόνο ότι έχουν πάντα την ἔγνοια, τήν ἀγάπη καί τή στοργή τῶν παιδιῶν τους - αὐτό κι ἂν ἐμπίπτει στή Θεία ἐντολή - ἀλλά, τουλάχιστον, ὅτι δέν τοὺς ἔχουν ἐγκαταλείψει καί ξεχάσει ἐντελῶς, μέσα σ' ἓνα ἀπομακρισμένο ἴδρυμα, χωρίς ἐπισκέψεις, χωρίς ἓνα χᾶδι στά μαλλιά, χωρίς ἓνα ζεστό χαμόγελο.

Στό σημεῖο αὐτό, νομίζω ὅτι ταιριάζει νά σᾶς μεταφέρω μιά μικρή ἀληθινή ἱστορία ἢ ὁποῖα, ἂν καί δέν εἶναι ἀπολύτως σχετική μέ ὅσα προανέ-φερα, ἔχει μιά σημαντική ἀναλογία. Μιά φίλη μου φαρμακοποιός, σέ μιά μικρή συνοικία τῆς Ἀθήνας, εἶχε ἓναν τακτικό ἠλικιωμένο ἐπισκέπτη, ὁ ὁποῖος ἔπα-σχε ἀπό ὑπέρταση καί, δύο-τρεῖς φορές τήν ἐβδομάδα, ἐρχόταν πρωί-πρωί γιά νά τοῦ μετρήσει τήν πίεση καί, ἀναλόγως, νά ρυθμίσει τά φάρμακά του. Ἐνα πρωί ἡ φαρμακοποιός ἄργησε νά πάει στό Φαρμακεῖο καί τόν εἶδε νά πηγαι-νοέρχεται ἀνυπόμονος καί ἀνήσυχος στό πεζοδρόμιο. Τόν καλοδέχτηκε μέ ἓνα συγγνώμη, ἀλλά μόλις τοῦ μέτρησε τήν πίεση - πού ἦταν αὐξημένη - ἐκεῖνος βιαστικός τήν χαιρέτησε φεύγοντας τρεχᾶτος πρὸς τήν πόρτα. Τόν ρώτησε τότε ἀπό πραγματικό ἐνδιαφέρον:

- *Γιά ποῦ τό βάλατε τόσο βιαστικός;*

- *Θέλω νά προλάβω τήν ὥρα τοῦ πρωينوῦ νά εἶμαι μέ τή γυναίκα μου, νά τῆς πῶ καλημέρα, τῆς ἀπάντησε.*

Ἡ φαρμακοποιός, γνωρίζοντας ὅτι ἡ γυναίκα του ἦταν ἀπό χρόνια σέ ἴδρυμα γιατί ἔπασχε ἀπό Ἀλτςχάιμερ, ἐντελῶς αὐθόρμητα τοῦ εἶπε:

- *Καλά, μήν κάνετε ἔτσι, ἀφοῦ πιά δέν σᾶς γνωρίζει...*

- *Ἐγώ, ὅμως, τήν γνωρίζω πενήντα χρόνια..., ψιθύρισε ἐκεῖνος, κι ἔφυγε βουρκωμένος...*

Συχνά, λοιπόν, μέσα στή δίνη τῆς καθημερινότητας, τά παιδιά, ἀλλά καί τά ἐγγόνια, ξεχνοῦν ὅτι, κάπου, ὑπάρχει ἓνα βλέμμα, ἔστω καί ἀπλανές, πού καρφωμένο σέ μιά πόρτα ἐνός ψυχροῦ δωματίου, περιμένει μιά ἀγαπημένη παρουσία, περιμένει μιά γνώριμη φωνή...

Τά παιδιά ξεχνοῦν καί οἱ γονεῖς, χωρίς παράπονο, περιμένουν... καί γερνοῦν. Ἀλλά ἡ ἐντολή «*Τίμα τόν πατέρα σου καί τή μητέρα σου...*», παραμένει ἀμετάβλητη στοὺς αἰῶνες, γιά νά μᾶς προτρέπει νά προσπαθοῦμε, μέ ὅποιο τρόπο θέλει καί ὅπως κρίνει καί μπορεῖ ὁ καθένας μας, νά ἐδηλώνουμε τήν τιμὴ καί τόν σεβασμὸ πρὸς τοὺς γονεῖς. Νά τοὺς βοηθοῦμε, ὅσο γίνεται, νά αισθάνονται λιγότερο καταθλιπτικά τά βάσανα τῶν γηρατειῶν, νά μὴν εὐτελίζονται στή μοναξιά τους ἀπό τήν ἀδιαφορία τῶν γύρω, νά μὴν ντρέπονται γιά τήν κατάντια τους. Αὐτό, στήν οὐσία, σημαίνει ἡ ἐντολή «*Νά τιμᾶς...*».

Ἄς σημειώσουμε, ὅμως, ἐδῶ, ὅτι δέν ὀφείλουμε νά τιμοῦμε μόνο τοὺς φ υ σ ι κ ο ὗ ς γεννήτορες. Στήν οὐσιαστική ἔγνοια τοῦ ὅρου «γονεῖς», ἐντάσσονται βεβαίως καί οἱ πνευματικοὶ γονεῖς, αὐτοὶ πού, μέ ὅσα μέ

τήν παρουσία καί μέ τό παράδειγμά τους μᾶς δίδαξαν, μᾶς ἔδειξαν τόν δρόμο γιά νά γ ι ν ο υ μ ε ἀληθινὸ ἄνθρωποι καί μᾶς πότισαν μέ τά ἁγιασμένα νάματα τῆς ἀληθινῆς, σέ νόημα, ζωῆς.

\* \* \*

Θά κλείσω αὐτές τίς σκέψεις μου μέ κάποιες ἐπιγραμματικές ὑπομνήσεις, οἱ ὁποῖες σηματοδοτοῦν γιά τόν καθένα μας καί ἀντίστοιχα συμπεράσματα :

- Ὁ Δημιουργὸς μας, στή σοφία Του, αὐτὴν τήν ἱερὴ σχέση τοῦ ἀνθρώπου πρὸς τήν μητέρα καί τόν πατέρα του, μέ τή Θεία Του βούληση, τήν καταξίωσε μέ τό νά δώσει στόν Χριστὸ μας, στόν Γιό Του, τήν ἀνθρώπινη φύση Του, μέσα ἀπό γέννηση, μέσα ἀπό τήν ἀξεπέραστα συμβολικὴ παρουσία τῆς Παναγίας μητέρας Του.

- Ἀπὸ τίς δέκα ἐντολές Του, οἱ μὲν τέσσερις πρῶτες ἀφοροῦν στίς σχέσεις τοῦ ἀνθρώπου μέ τόν Θεό. Ἡ Πέμπτη ἐντολή, αὐτὴ πού ἀναφέρεται στοὺς γονεῖς, εἶναι π ρ ὶ τ ῆ στή σειρά τῶν ἐντολῶν πού ἀκολουθοῦν καί ἀφοροῦν στίς σχέσεις τοῦ ἀνθρώπου μέ τοὺς συνανθρώπους του.

- Ὁ ἴδιος ὁ Χριστὸς μας, ἐκείνη τὴ φοβερὴ νύχτα, ἐκεῖ στό ὄρος τῶν ἐλαιῶν, στόν Οὐράνιο Πατέρα Του ἀπευθύνθηκε ζητώντας Του χάρη, ἀλλά, μέ ὑπακοή, ἀποδέχθηκε τό θέλημα Του.

- Ὁ ἴδιος ὁ Χριστὸς μας καί πάλι, ἀπὸ τόν Σταυρὸ τοῦ μαρτυρίου Του, εἶχε τήν ἔγνοια γιά τὴ Μητέρα Του, καί τήν ἐξέφρασε μέ τήν ἀνάθεση τῆς φροντίδας Της στόν ἀγαπημένο Του Μαθητὴ.

Νά θυμίσω ἀκόμα ὅτι, ἀπὸ τὴ στιγμή πού κάποιος γίνεται γονιός, δέν ἔχει, σ' αὐτὴ του τὴν ιδιότητα, ἀργίες, διακοπές, ἄδειες ἄνευ ἀποδοχῶν, καί ἀπεργίες. Συγχρόνως, ζεῖ συνεχῶς μέ μιά μυστικὴ προσευχὴ, μέσα του, καί μέ τίς πιό θερμές εὐχές, στά μύχια τῆς ψυχῆς του, γιά τὰ παιδιά του. Αὐτὲς οἱ εὐχές, ὅπως λένε καί τὰ ἱερά κείμενα, κατὰ τό μυστήριό τοῦ γάμου, εἶναι πού «στηρίζουσι θεμέλια οἴκων».

Τέλος, ἐπειδὴ κανεὶς καί ποτέ δέν γνωρίζει τό πότε θά ἔρθει ἡ ὥρα γιά τό μεγάλο ταξίδι πρὸς τήν ἀπέναντι ὄχθη, ἄς μὴν ἐπαναπαυόμαστε στό ὅτι «ἔχουμε καιρὸ», κι ἄς μὴν ἀφήνουμε τίς μέρες μας νά περνοῦν ἄδειες ἀπὸ ἐκδηλώσεις ἀγάπης καί στοργῆς, τόσο πρὸς τὰ παιδιά μας, ὅσο καί πρὸς τοὺς ἠλικιωμένους πιά ἢ καί τοὺς, σχετικὰ, νέους ἀκόμα γονεῖς μας.

Σᾶς εὐχαριστῶ .

**ΜΕΡΟΠΗ Ν. ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΥ**  
Ὁμότιμης Καθηγήτριας Παν/μίου  
Ἀθηνῶν



### Εταιρεία Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Ν. Ρεθύμνου

Την Παρασκευή 1 Φεβρουαρίου 2013 και ώρα 20.00, στο ξενοδοχείο " Αχίλλειον " πραγματοποιήθηκε η ετήσια εκδήλωση της κοπής της βασιλόπιτας της Εταιρείας Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Ν. Ρεθύμνου. Στην εκδήλωση παραβρέθηκαν μέλη, φίλοι και εργαζόμενοι της Εταιρείας. Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης, η ψυχολόγος μας, η κα Καίτη Ζαχείλα, με μια σύντομη ομιλία της μας ενημέρωσε για τις παρεμβάσεις που γίνονται από την Εταιρεία στους περιθάλποντες των ασθενών με άνοια. Τυχερός της βραδιάς ο πρόεδρος της Εταιρείας κ. Σπανδάγος Σταύρος που κέρδισε το φλουρί.



### Ομάδες αυτοβοήθειας στο κέντρο ημέρας ασθενών Ν. Alzheimer Χανίων

Η διάγνωση ενός ανόικου συνδρόμου πυροδοτεί αλυσιδωτές αντιδράσεις τόσο σε ατομικό όσο και σε οικογενειακό επίπεδο. Η σταδιακή γνωστική έκπτωση, οι συναισθηματικές και οι συμπεριφορικές αλλαγές που παρουσιάζει ο ασθενής έχουν σαν αποτέλεσμα την ολοκληρωτική αλλαγή της προσωπικότητάς του, το οποίο έχει σαν φυσικό επακόλουθο την αναδιαμόρφωση της σχέσης μεταξύ περιθάλποντα και ασθενή. Η αλλαγή αυτή στη σχέση προκαλεί έντονο άγχος και ενίοτε καταθλιπτικά συμπτώματα (καθώς ο ρόλος που έχει το κάθε άτομο μέσα στην οικογένεια αναπροσαρμόζεται συνεχώς) και έτσι ο περιθάλποντας συχνά νιώθει ότι κουβαλάει ένα φορτίο.

Στο Κέντρο Ημέρας παρέχουμε 4 διαφορετικούς τρόπους υποστήριξης των περιθαλπόντων, τους οποίους κάνουν χρήση όλοι οι περιθάλποντες των ασθενών που εντάσσονται στο πρόγραμμα του Κέντρου:

Ομάδα Περιθαλπόντων: ξεκινάει αμέσως μόλις ενταχθεί ο ασθενής στο πρόγραμμα.

Συναντήσεις με τις ειδικότητες: λαμβάνουν χώρα καθ' όλη τη διάρκεια της συμμετοχής του ασθενή στο πρόγραμμα.

Γραπτές οδηγίες: δίνονται με την αποχώρηση του ασθενή

Ομάδα Αυτοβοήθειας: ξεκινάει αμέσως μετά την ολοκλήρωση της ομάδας περιθαλπόντων.

Με το πέρας της ομάδας περιθαλπόντων (στη διάρκεια της οποίας παρουσιάζονται αναλυτικά όλα τα σχετικά με τη νόσο θέματα –ορισμοί, συμπτώματα, αντιμετώπιση, αλλαγές στην καθημερινή ζωή, στις ανάγκες, στη συμπεριφορά, στο σώμα κ.λπ.) δημιουργείται η ομάδα αυτοβοήθειας, με κύριο στόχο την ενεργοποίηση των περιθαλπόντων και την αλληλοϋποστήριξη, την ανταλλαγή τρόπων αντιμετώπισης και τη μείωση του συναισθήματος του στίγματος ή της απομόνωσης. Τα μέλη της ομάδας εκπαιδεύονται να στηρίζονται ψυχολογικά μεταξύ τους, να επικοινωνούν και να μαθαίνουν μέσα από τις εμπειρίες των άλλων μελών, να δοκιμάσουν νέες πρακτικές, να βοηθήσουν τα υπόλοιπα μέλη και τελικά να καταφέρουν να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα που προκύπτουν από τη φροντίδα του ασθενή με άνοια που φροντίζουν. Τα μέλη των ομάδων αυτοβοήθειας μοιράζονται αρκετές κοινές εμπειρίες ή καταστάσεις. Οι συναντήσεις τους βασίζονται στον αμοιβαίο σεβασμό για τις απόψεις και τα πιστεύω όλων των μελών. Καταλαβαίνουν τα αισθήματα που βιώνει κάθε μέλος που αντιμετωπίζει ένα πρόβλημα. Γίνονται ταυτόχρονα και «βοηθοί» και «βοηθούμενοι».

Οι ομάδες είναι «κλειστού» τύπου και συμμετέχουν αυστηρά μόνο οι περιθάλποντες των ασθενών οι οποίοι ολοκλήρωσαν την εκπαίδευση που προηγήθηκε στην Ομάδα Περιθαλπόντων.



## Απόψεις περιθαλπόντων

### Περιθάλποντες από ομάδα στήριξης περιθαλπόντων Αγ Γιάννης

Το κέντρο μου προσφέρει ηρεμία. Έρχομαι κάθε Παρασκευή και έχω μάθει πολλά για την άνοια και το Alzheimer. Συζητώντας με την ψυχολόγο, την Μαρία και τις άλλες κυρίες έμαθα να κάνω υπομονή και πώς να συμπεριφέρομαι στον άνθρωπο μου. Είναι μια ξεχωριστή μέρα για μένα και συνολικά μια πολύ χρήσιμη εμπειρία.

*Μπαρόγλου Ζαφειρία*

Είμαστε το ζεύγος Δαυίδ, Χρήστος και Μαρία. Εδώ στο κέντρο ερχόμαστε δύο χρόνια και είμαστε πάρα πολύ ευχαριστημένοι. Ευχαριστούμε όλο το προσωπικό που είναι όλοι τους υπέροχοι.

*Δαυίδ Μαρία*

Θα ήθελα να αρχίσω με τη λέξη Ευχαριστώ. Αισθάνομαι μεγάλη ευγνωμοσύνη για τη στήριξη, τη συμπαράσταση, τις χρήσιμες συμβουλές σε κάθε δύσκολη κατάσταση. Ξέρω πλέον ότι ανήκω και σε μια άλλη μεγάλη οικογένεια, που όταν θα χρειαστώ θα μου απλώσει το χέρι και θα με βοηθήσει να βγω από το τούνελ της απτόνωσης. Ευχαριστώ την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και κάθε άτομο χωριστά που εργάζεται σε αυτή για το χαμόγελο και την αγάπη που μοιράζει απλόχερα.

*Σίμη Ευθυμία*

Στο κέντρο που ερχόμαστε με τον σύζυγο μου ωφελούμαστε πάρα πολύ. Εγώ σαν περιθάλπουσα έμαθα πολλά και ωφέλιμα πράγματα και ξεπέρασα τον φόβο για το πώς να φέρομαι στο σύζυγο μου

*Ζήση Ασπασία*

Μου αρέσει η επικοινωνία που έχω κάθε εβδομάδα με την ομάδα. Οι συζητήσεις που γίνονται και ανταλλάσσονται απόψεις και ιδέες. Η βοήθεια που παίρνω είναι μεγάλη, και ειδικά από τη ψυχολόγο.

*Παρσονίδου Θωμαή*

Ήμουν απελπισμένη, μόνη, πιεσμένη, αγχωμένη από την ασθένεια της μητέρας μου. Στην Εταιρεία βρήκα βοήθεια, ελπίδα, συντροφιά, ανθρώπους που με κατάλαβαν και με βοήθησαν, με αγκάλιασαν. Σας ευχαριστώ όλους. Ευχαριστώ Μαρία!

*Θεοδωρίδου Φιλίτσα*

Πριν τρία χρόνια έπεσε τυχαία στα χέρια μου μια πρόσκληση για ένα σεμινάριο στις Συκιές και από εκεί έμαθα για το κέντρο. Ήταν Θεού δώρο για να μπορέσω να μάθω να βοηθάω τον εαυτό μου και κατ' επέκταση τους γονείς μου και ιδιαίτερα τον πατέρα μου. Παλεύουμε χρόνια με την ασθένεια και τολμώ να πω πως είμαι πολύ ικανοποιημένη από την αργή εξέλιξη της. Σ'

αυτό μεγάλο ρόλο έπαιξε το κέντρο αλλά και στη δική μου ψυχολογία. «Ξεφορτώνω» κάθε Παρασκευή στην ψυχολόγο της ομάδας μας και βοηθίεμαι ακόμα και από τις εμπειρίες των υπολοίπων περιθαλπόντων που είναι στην ομάδα μου. Όποιος δεν ξέρει δεν μπορεί να καταλάβει τι σημαίνει η άνοια και τι επιπτώσεις έχει σε όλη την οικογένεια του ασθενούς. Η βοήθεια που έχουμε λοιπόν είναι όπως είπα στην αρχή δώρο από το Θεό για να βαδίσουμε στο δύσκολο δρόμο. Να είστε καλά και να συνεχίσετε το έργο σας με τον ίδιο ζήλο.

*Παπαδοπούλου Χρυσάνθη*

Στην εταιρεία Alzheimer βρίσκω την ψυχολογική στήριξη που έχω ανάγκη και τις καλύτερες συμβουλές και λύσεις στα προβλήματα που με απασχολούν.

*Λαϊνίδου Μαρία*

Για μένα η ομάδα σημαίνει μια μεγάλη βοήθεια. Μέσα σ' αυτήν ακούμε διάφορες απόψεις, μαθαίνουμε πολύ χρήσιμα πράγματα. Νιώθω κάθε φορά την ανάγκη να έρθω να μιλήσω.

*Αναστασιάδου Πολυξένη*

### Περιθάλποντες από το πρόγραμμα οικογενειακής στήριξης στον Αγ. Γιάννη

Η συνεργασία μας με την Εταιρεία Νόσου Alzheimer και ειδικότερα με την ψυχολόγο Μαρία Τουμπαλίδου υπήρξε άψογη, γόνιμη και ιδιαίτερα αποτελεσματική. Βοηθηθήκαμε πολύ με τις προσωπικές θεραπείες και τις άλλες δραστηριότητες της εταιρείας και θεωρούμε πως θα ήταν καλό και για άλλους να συνεχιστεί η ουσιαστική προσφορά κοινωνικών υπηρεσιών. Το περιβάλλον ήταν φιλικό και μέσα από την αλληλεπίδραση με όλους τους υπεύθυνους της εταιρείας μπορέσαμε να διαχειριστούμε καλύτερα τους εαυτούς μας και τις ψυχοκοινωνικές μας ανάγκες. Πραγματικά αξίζουν σε όλους πολλά συγχαρητήρια για την εργατικότητα και την προσωπική τους στάση προσφοράς και ευχόμεστε να ενισχυθεί ακόμη περισσότερο η παροχή ανθρωπιστικών υπηρεσιών της εταιρείας.

*Ελισάβετ Κόντα, Ελένη Κόντα*

Παρέχονται υψηλές και άριστες υπηρεσίες από την εταιρεία σας. Προγράμματα με πολλά σχόλια, κριτικές, ερωτήματα, απαντήσεις, προβληματισμούς με θετικές πάντοτε σκέψεις. Αυτό που προέχει σε όλα τα άτομα της υπηρεσίας σας, είναι ότι όλα κατέχονται από ηρεμία, πραότητα, μεταδοτικότητα, όλα αυτά που χρειάζονται οι ασθενείς και οι οικείοι τους. Συνεχίστε το ευλογημένο έργο σας, με την αγάπη που σας παρέχει ο Μεγαλοδύναμος Θεός, να διδάσκετε την αγάπη, την κατανόηση, την υπομονή, την ανεκτικότητα, την επιμονή και τόσα πολλά άλλα αγαθά του Θεού.

*Ηλιάδου Σταυρούλα*

### Εμπειρίες από το Κέντρο Ημέρας «Αγία Ελένη»

Είμαι ευχαριστημένη πολύ, μαθαίνω πολλά πράγματα και ευχαριστώ πολύ τα κορίτσια γι'αυτό. Νιώθω καλύτερα γι'αυτά που μου συμβαίνουν και τα αντιμετωπίζω με αισιοδοξία.

*Μαλαματή Ν.*

#### Θεσσαλονίκη 3/6/2012

Επισκέφτηκα τη Μονάδα τον Οκτώβριο του 2011 με άσχημη διάθεση που προερχόταν από τη μειωμένη μνήμη μου. Ξεχνούσα πού άφησα τα γυαλιά μου, τα κλειδιά μου, αν πήρα ή όχι τα φάρμακά μου. Πήγα με την ελπίδα να έχω κάποιο αποτέλεσμα και πολλά ερωτηματικά.

Στη συνέντευξη δεν ανέφερα πράγματα σοβαρά που μου συνέβησαν. Αργότερα τα θυμήθηκα και γύρισα απελπισμένη. Μετά από κάποια μαθήματα άρχισα να νιώθω καλύτερα και βρήκα λύσεις: για να είμαι βέβαιη ότι πήρα τα φάρμακά μου, τα χωρίζω για μια βδομάδα, τα έχω σε μέρος εμφανές, πριν ξεκινήσω να κάνω κάτι δεν βιάζομαι, σκέφτομαι που θα πάω, τι θα πάρω, ή τι θα κάνω, έτσι με τον καιρό ηρέμησα.

Οι δασκάλες μας είναι πρόσχαρες, ευγενικές ήρεμες. Η δική μας Έλενα Πόππη, είναι μια κοπέλα με το χαμόγελο στα χείλη. Δεν καταλαβαίνω πότε περνάει η ώρα. Τα μαθήματά μας είναι ευχάριστα και πιστεύω ότι μας βοηθούν πολύ. Να είναι καλά και να πραγματοποιηθούν οι επιθυμίες της.

Για τον εαυτό μου πιστεύω ότι κάτι κατάφερα και ελπίζω για ένα καλύτερο αύριο. Ένα μεγάλο ευχαριστώ για όλους που φροντίζουν και βοηθούν τους πάσχοντες. Εύχομαι ο Θεός να τους χαρίζει υγεία και δύναμη στο δύσκολο έργο τους.

Με εκτίμηση

*Θωμάη*

#### Θεσσαλονίκη 32 Μαΐου 2012

Πέρασα το κατώφλι «της σχολής» Αγία Ελένη, επί της οδού Πέτρου Συνδίκου 13, στα μέσα του Οκτώβρη του 2010. Είχα πρόβλημα άνοιας (ξεχνούσα ονόματα, ξεχνούσα να πάρω τα φάρμακά μου, πήγαινα κάπου και ξεχνούσα τι ήθελα, ξεχνούσα τι φαγητό είχα φάει). Βραδεία απώλεια μνήμης με συνεχή επιδείνωση.

Συν τοις άλλοις άγχος, μελαγχολία, κακοκεφιά, εκνευρισμός εριστικότητα και όλα τα συμπαρομαρτούντα. Έκλεισα ραντεβού για εξετάσεις, έκανα τα εισαγωγικά τεστ, νευρολογικές εξετάσεις και ακολούθως ιατρικές και μικροβιολογικές. Ταυτόχρονα μαθήματα «ΠΡΟΣΟΧΗΣ» και «VIDEO». Συγχρόνως σύμφωνα με το αρχαίο ρητό «νους υγιής εν σώματι υγιή» γυμναζόμουν εντατικά στο θαυμάσιο κτίριο της εταιρείας, με την τεράστια αίθουσα γυμναστικής. Διάδρομος. Ποδήλατο και μετά ελαφρές σωματικές ασκήσεις συνδυασμένες με γράμματα και αριθμούς. Έμαθα χορούς, συρτό, καλαματιανό, τσάμικο, συρτάκι, νησιώτικα και

βαρύ χασάπικο (128 συγκεκριμένα βήματα). Οι μέρες κι οι ώρες πενούσαν χαρούμενες κι ευχάριστες. Έκανα πολλές και ξεχωριστές γνωριμίες και δημιούργησα καλές φίλιες.

Γλέντησα στις γιορτές που διοργάνωσε η εταιρεία, απολαμβάνοντας τη ζεστή ατμόσφαιρά τους. Έχω βελτιώσει τις πνευματικές και σωματικές μου ικανότητες και κέρδισα πολλά. Βασικά νιώθω νεότερος. Γενικά περνώ πολύ καλά! Στο Alzheimer «την βρίσκω». Ευχαριστώ όλους όσους συνέτειναν σε αυτό.

Με εκτίμηση,

*Γιώργος Μπαλιδάκης*

#### Θεσσαλονίκη 8 Ιουνίου 2012

Έγινα μέλος της πιο πάνω Εταιρείας πριν από 2 χρόνια περίπου. Αυτό έγινε ύστερα από μία ομιλία/παρουσίαση που η **κ. Κουντή** έκανε αν δεν κάνω λάθος τον Σεπτέμβριο 2010- στην Ένωση παλαιών προσκόπων στην περιοχή της Αναλήψεως. Εντυπωσιάστηκα από τη σύντομη αλλά πολύ περιεκτική και κατατοπιστική ομιλία της και απεφάσισα αμέσως να παρακαλέσω να με δεχτούν στα προγράμματα της μονάδας στην Π. Συνδίκου 13.

Σήμερα πιστεύω ότι ήμουν τυχερός που το έκανα και που έγινε ότι έγινε! Κατέγραψαν το ιστορικό μου κτλ. Πέρασα διάφορα tests. Στη συνέχεια έλαβα μέρος σε σειρά ασκήσεων με την βοήθεια Η/Υ για την ενίσχυση της μνήμης και άλλων λειτουργιών του εγκεφάλου. Έγινε έλεγχος του εγκεφάλου μου με ηλεκτρο-εγκεφαλογραφήματα.

Για κάποιο διάστημα έλαβα μέρος σε ειδικές νοητικές και σωματικές ασκήσεις στο πιλοτικό **πρόγραμμα LLM**. Όλοι οι συνεργάτες ήσαν και είναι άψογοι και μόνον καλά λόγια θα μπορούσα να γράψω.

Το 2011-2012 παρακολούθησα και παρακολουθώ τα μαθήματα **Πληροφορικής** με τον **κ. Σταύρο Ζαφειρόπουλο** και είμαι ενθουσιασμένος. Έμαθα και κέρδισα πολλά στο θέμα των computers. Είναι άξιος συγχαρητηρίων. Πρόσφατα μπήκα στην **Ομάδα Νοερής Απεικόνισης** και παρακολουθώ τα χρήσιμα μαθήματα με την **κ. Έλενα** που είναι ένας γλυκός νέος άνθρωπος και μπορεί και βοηθάει και με την επιστήμη της και με την προσωπικότητά της.

#### ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΜΟΝΑΔΑ ΤΗΣ ΠΕΤΡΟΥ ΣΥΝΔΙΚΑ :

**Νομίζω ότι δεν μπορώ να βρω.** Ωστόσο ίσως θα μπορούσα να σημειώσω: Μήπως θα ήταν εφικτό να είχαμε στα χέρια μας **γραπτώς** τα αποτελέσματα των όποιων εξετάσεων και συγκεκριμένα ενός **ηλεκτροεγκεφαλογραφήματος;**

Περισσότερα **monitors** νομίζω ότι θα διευκόλυναν τις ασκήσεις ή/και τα μαθήματα τχ. στην τάξη της Πληροφορικής

Με εκτίμηση,

*Αστέριος Χαριζάνης*

## 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)



**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, Άγιος Νικόλαος,  
☎ 28413 41330, ☎: 28410 24554,✉ [ky.therapeytirio@gmail.com](mailto:ky.therapeytirio@gmail.com)**ΑΘΗΝΑ**• **Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer**

Κάνιγγος 23, ΤΚ 106 77, Αθήνα

☎ 210 3811604, ☎: 210 3840317, Γρ. Βοήθειας: 210 3303678

✉ [hagg@otenet.gr](mailto:hagg@otenet.gr), @ [www.gerontology.gr](http://www.gerontology.gr)• **Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών**

Κέντρο Ημέρας Ανοϊκών Ασθενών

Μάρκου Μουσούρου 89 & Στίλπωνος 33, Παγκράτι,  
ΤΚ 116 36, Αθήνα. ☎ 210 7013271, ☎: 210 6012239✉ [info@alzheimerathens.gr](mailto:info@alzheimerathens.gr), @ [www.alzheimerathens.gr](http://www.alzheimerathens.gr)**ΑΡΓΑΛΑΣΤΗ Ν. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ****Σωματείο Νόσου Alzheimer Αργαλαστής Πηλίου**Δημαρχείο Αργαλαστής, Τ. Κ. 37006, Νομός Μαγνησίας  
☎/☎: 24210 58218**ΑΧΑΪΑ**• **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. “Μνημοσύνη” Πάτρας**

Σωσικράτους 12, ΤΚ 264 43, Πάτρα,

☎: 6945395040, ✉ [traviata@otenet.gr](mailto:traviata@otenet.gr)**ΒΟΛΟΣ****Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου “Η Αγία Σοφία”**

Ρόζου 135, ΤΚ 383 33, Βόλος

☎ 24210 43448, ☎: 24210 44984, Γρ. Βοήθειας: 24210 43448

✉ [volos2@otenet.gr](mailto:volos2@otenet.gr), @ [www.institutoalzheimer.gr](http://www.institutoalzheimer.gr)**ΕΥΒΟΙΑ****Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών Ευβοίας**

Κονίστρες Εύβοιας, ΤΚ 340 16

☎ 22220 58540, ☎: 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, ☎: 2810 360047

✉ [alzheimer.heraklion@gmail.com](mailto:alzheimer.heraklion@gmail.com)@ [www.alzheimeheraklion.gr](http://www.alzheimeheraklion.gr)**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ**• **Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ.**Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer  
“Αγία Ελένη”, Πέτρου Συνδίδα 13, 546 43, Θεσσαλονίκη

☎ 2310 810411, ☎: 2310 925802

Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer

“Άγιος Ιωάννης”, Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, ΤΚ 542 48

☎ 2310 351451, ☎: 2310 351456, Γρ. 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 Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων**

Κατακόμβη Αγ. Νεκταρίου, ΤΚ 543 52,

☎ 2310 830667, ✉ [info-pindis@gmail.com](mailto:info-pindis@gmail.com)• **Εταιρεία Μελέτης Νόσου Alzheimer & Αγγειακών Α-****νοϊών Κεντρικής Μακεδονίας**

Στεφάνου Τάττη 10, ΤΚ 546 21, Θεσσαλονίκη

☎ 2310 280707, ☎: 2310 261226, ✉ [nkalzheimer@gmail.com](mailto:nkalzheimer@gmail.com)**ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ****Σωματείο στήριξης ασθενών νόσου Alzheimer - Συναφών****Διαταραχών & υπερηλίκων Νομού Πέλλας**

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

**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.Δ.**

Β' ΚΑΠΗ Λάρισας, Τέρμα Λαγού, ΤΚ 412 22, Λάρισα,

☎ 2410 235169, ✉ [alzheimer.lar@gmail.com](mailto:alzheimer.lar@gmail.com)**ΛΕΣΒΟΣ****Λεσβιακός Σύλλογος Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διατα-****ραχών Μυτιλήνης**

Ερμού 104, ΤΚ 81100, Μυτιλήνη

☎ 22510 61906, ☎: 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, ✉ [alzxn@in.gr](mailto:alzxn@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)**ΡΕΘΥΜΝΟ****Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης «Συμπαράσταση»,****Μάχης Ποταμών 9, Καλλιθέα, ΤΚ 741 00, Ρέθυμνο**☎ 2831101645, ✉ [alzheimer.ret@gmail.com](mailto:alzheimer.ret@gmail.com)**ΡΟΔΟΣ****Εταιρεία Ανάπτυξης Κοινωνικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγεί-****ας 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)**ΧΑΛΚΙΔΑ****Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας**

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 Χίος**

Αλ. Παχνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος

☎ 22710 41020, ☎: 22710-81491, ✉ [gmaris.chi@gmail.com](mailto:gmaris.chi@gmail.com)