



Εξαμηνιαία έκδοση • Τεύχος 7ο
Έτος 4ο • Σεπτέμβριος 2000

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ALZHEIMER

Μήνυμα της νέας προέδρου της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer είναι σήμερα μια πραγματικότητα. Η ιδέα ξεκίνησε μέσα σε ένα πλοίο σε ένα παραπόταμο του Μισισσιππή, όπου η τότε γραμματέυς της Διεθνούς Εταιρείας Νόσου Alzheimer κ. Rafael Billington με πλησίασε και με ρώτησε γιατί στην Ελλάδα δεν έχουμε δημιουργήσει μία εταιρεία η οποία θα φροντίζει για τα δικαιώματα των ασθενών με άνοια αλλά και θα προωθεί με κάθε τρόπο την ενημέρωση και την έρευνα και θα στηρίζει τους συγγενείς τους. Στην αρχή αιφνιδιάστηκα. Στη συνέχεια όμως σκέφτηκα ότι η Εταιρεία ήταν μία υποχρέωση που έχουμε οι επιστήμονες της χώρας αυτής στους ανθρώπους που πάσχουν από Άνοια.

Το Σεπτέμβριο του 1995 ιδρύθηκε η Εταιρεία από επιστήμονες και μέλη οικογενειών και αρχίσαμε την ενημέρωση, κυρίως των ηλικιωμένων που επισκέπτονται τα ΚΑΠΗ. Νευρολόγοι, Ψυχίατροι, Ψυχολόγοι, Φυσικοθεραπευτές, Καθηγητές Γυμναστικής Αγωγής, Κοινωνιολόγοι μιλήσαμε για την Νόσο και υποσχθήκαμε στους ηλικιωμένους ότι είμαστε δίπλα τους για να τους βοηθήσουμε σε ό,τι χρειαστούν όταν βρεθούν αντιμέτωποι μ' αυτή τη φοβερή νόσο.

Την Άνοιξη του 1996 η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer έγινε μέλος –ένα από τα 57 σήμερα μέλη-χώρες- της Διεθνούς Εταιρείας Νόσου

Alzheimer (Alzheimer Disease International-ADI) και η ενημέρωσή της είναι μεγαλύτερη, διότι προμηθεύεται υλικό από τη διεθνή εταιρεία η οποία φέτος έχει ήδη ιστορία 17 ετών. Το Σεπτέμβριο του 1999 μάλιστα, στο Συνέδριο της ADI στο Γιοχάνεσμπουργκ, η σημερινή πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer έγινε μέλος του Executive Committee της ADI.

Το Σεπτέμβριο του 1997 εκδίδεται το πρώτο περιοδικό της Εταιρείας “Επικοινωνία” –υπάρχουν σήμερα 7 περιοδικά στη διάθεση όλων των ενδιαφερομένων– και εορτάζεται η παγκόσμια ημέρα της Νόσου Alzheimer στην Αίθουσα τελετών του Αριστοτελείου Πανεπιστήμιου Θεσσαλονίκης στις 21 Σεπτεμβρίου. Η Ελληνική Εταιρεία γίνεται μέλος της Alzheimer Europe την ίδια χρονιά και έχει τη δυνατότητα να επικοινωνεί και να μοιράζεται πληροφορίες με άλλα 27 κράτη-μέλη της Εταιρείας. Τον Οκτώβριο του 2000, η σημερινή πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer εκλέγεται στο Μόναχο μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου της Alzheimer Europe.

Κατά τη διάρκεια του 1998 μεταφράζεται ο πρακτικός οδηγός της Alzheimer Europe για τους περιθάλποντες συγγενείς ή επαγγελματίες ο οποίος θα πρέπει να αποτελεί το βοήθημα κάθε ελληνικής οικογένειας που φροντίζει ασθενή με νόσο Alzheimer.

Το βιβλίο αυτό εκδόθηκε με τη φροντίδα και την ευγενική προσφορά της Φαρμακευτικής Εταιρείας Novartis και μπορεί να το προμηθευτεί καθενας που γίνεται μέλος της Εταιρείας. Η ετήσια συνδρομή της Εταιρείας είναι 5.000 δραχ. Κατά τη διάρκεια του ίδιου χρόνου άλλες τέσσερις πόλεις –η Αθήνα, η Ξάνθη, ο Βόλος και τα Χανιά– ετοιμάζουν και ιδρύουν τις Εταιρείες των πόλεών τους οι οποίες αρχίζουν να δραστηριοποιούνται.

Το 1999 μεταφράζεται και εκδίδεται με την ευγενική προσφορά της Pfizer το παραμύθι “Αγαπημένη μου Γιαγιά” το οποίο επίσης ετοιμάστηκε από την Alzheimer Europe. Το παραμύθι αυτό το παίρνουν όλα τα μέλη της Εταιρείας δωρεάν. Μία δασκάλα εθελόντρια πουλά το βιβλίο αυτό σε βιβλιοθήκες των Δημοτικών Σχολείων, σε άλλες δασκάλες αλλά και σε παιδιά που έχουν κάποιον από τους παππούδες τους με άνοια αντί του ποσού των 2.000.

Το 2000 έγινε το 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο της Νόσου Alzheimer στη Θεσσαλονίκη με μοναδικό σκοπό την ενημέρωση Γιατρών, άλλων επαγγελματιών υγείας αλλά και των οικογενειών με ασθενείς με άνοια. Συνολικά πάνω από 1000 Συνεδροί –επαγγελματίες υγείας και περιθάλποντες– παρακολούθησαν το Συνέδριο. Υπάρχουν τα Πρακτικά του Συνεδρίου στη διάθεση κάθε ενδιαφερομένου.

Το Μάιο του 2000 λειτουργούσαν –και λειτουργούν μέχρι σήμερα– τρία κέντρα Ημέρας για τους ασθενείς: Το

Συνέχεια στη σελίδα 2

Συντακτική Επιτροπή

Αλεβιζόπουλος Γεώργιος (Αθήνα)
Βασιλόπουλος Δημήτριος (Αθήνα)
Βιολάκη Μερóπη (Αθήνα)
Γεωργακάκης Γεώργιος (Χανιά)
Δαβάκη Παναγιώτα (Αθήνα)
Δαλάκας Μαρίνος (Αθήνα)
Ευκλείδη Αναστασία
Θεοδωράκης Ιωάννης (Τρίκαλα)
Ιεροδιακόνου Χαράλαμπος (Θεσ/νίκη)
Καπινάς Κων/νος (Θεσ/νίκη)
Καπρίνης Γεώργιος (Θεσ/νίκη)
Καραγεωργίου Κλημεντίνη (Αθήνα)
Κάξης Αριστείδης (Θεσ/νίκη)
Μαΐλης Αντώνιος (Αθήνα)
Μεντενόπουλος Γεώργιος (Θεσ/νίκη)
Μούγιας Αθανάσιος (Αθήνα)
Μπαλογιάννης Σταύρος (Θεσ/νίκη)
Μυλωνάς Ιωάννης (Θεσ/νίκη)
Παπαναστασίου Ιωάννης (Αθήνα)
Παπαπετρόπουλος Θεόδωρος (Πάτρα)
Παράσχος Ανδρέας (Θεσ/νίκη)
Πετριόλης Γεώργιος (Αθήνα)
Πήττας Ιωάννης (Θεσ/νίκη)
Πλαϊτάκης Ανδρέας (Ηράκλειο)
Ρουτσώνης Κορνήλιος (Θεσ/νίκη)
Σιαμούλης Κων/νος (Θεσ/νίκη)
Σακκά Παρασκευή (Αθήνα)
Σαμαρατζή Μαρία (Αθήνα)
Σγουρόπουλος Παναγιώτης (Αθήνα)
Σιτζόγλου Κώστας (Θεσ/νίκη)
Τζήμος Ανδρέας (Θεσ/νίκη)
Φωτίου Φώτιος (Θεσ/νίκη)
Χατζηαντωνίου Ιωάννης (Αθήνα)

Επιμέλεια: Τσολάκη Μαγδαληνή
Χρήστος Μουζακίδης

Το επίσημο επιστημονικό περιοδικό της Ελληνικής Εταιρείας για τη Νόσο Alzheimer και τις Συναφείς Διαταραχές είναι ο ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ

Φωτοστοιχειοθεσία-Εκτύπωση:

UNIVERSITY STUDIO PRESS
Αρμενοπούλου 32 - Θεσ/νίκη 546 35
Τηλ. 209 837, 209 637 • Fax 216 647

Στόχοι της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών και του περιοδικού

Η εταιρεία δημιουργήθηκε με στόχο:

1. Να προωθήσει την κατανόηση, την υποστήριξη καθώς και τη δράση όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση ή ενδιαφέρον που αφορά αυτή τη νόσο στα πλαίσια της Ελληνικής επικράτειας.
2. Να εγκαταστήσει επαφή με άλλες όμοιες εταιρείες άλλων χωρών.
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Οίκων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς.
4. Να οργανώσει παραρτήματα της Εταιρείας σ' ολόκληρη την Ελλάδα, ώστε τα οφέλη που θα προκύψουν από τις δραστηριότητές της να γίνουν κτήμα όλων.
5. Να ενθαρρύνει την συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που θα απευθύνονται τόσο στους επαγγελματίες της υγείας όσο και σε εκείνους που δεν έχουν καμιά σχέση με το χώρο αυτό
6. Να βοηθήσει στη δημιουργία του κλίματος εκείνου στην κοινωνία που θα οδηγήσει στην όσο το δυνατόν μικρότερη περιθωριοποίηση των ασθενών και των οικογενειών τους αλλά και στην πιο έγκαιρη αναζήτηση φροντίδας.
7. Να προωθήσει την επιστημονική έρευνα καθώς και την ταχεία εισαγωγή στη χώρα μας νέων θεραπευτικών μεθόδων.
8. Να οργανώσει παρεμβάσεις σε επίπεδο φορέων της Πολιτείας που διαμορφώνουν την οικονομική πολιτική και την πολιτική στο χώρο της Υγείας,
9. Σκοπός της έκδοσης του περιοδικού είναι να απαντάει στα συνήθη ερωτήματα των συγγενών με Νόσο ALZHEIMER και Συναφείς Διαταραχές, να ανακοινώνει και να σχολιάζει τα καινούργια επιτεύγματα στο χώρο και να αποτελεί μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας. Στην Αγγλία, όπου γίνεται καταγραφή όλων των γραπτών ή τηλεφωνικών επικοινωνιών συγγενών ασθενών αναφέρεται ότι κατά την διάρκεια του 1996, η Αγγλική Εταιρεία δέχτηκε 21.000 ερωτήματα.
10. Υπάρχει τηλεφωνική γραμμή βοήθειας: 925802

προτεραιότητες: 1. Ενημέρωση 2. Δωρεάν χορήγηση των Φαρμάκων 3. Επίδομα συνοδού – είναι από όλους κατανοητό ότι οι ασθενείς με άνοια είναι σε χειρότερη θέση από την άποψη αυτοεξυπηρέτησης απ' ότι οι τυφλοί και οι παραπληγικοί, οι οποίοι στη χώρα μας δικαίως παίρνουν το επίδομα συμπαράστασης και 4. Εκστρατεία “Υιοθεσίας” σε όλη τη Χώρα, σύμφωνα με την οποία κάθε οικογένεια υγιών ανθρώπων να “υιοθετήσει” μία οικογένεια της οποίας ένα μέλος πάσχει από άνοια.

Αγαπητοί φίλοι, η οδύνη που βιώνουν οι οικογένειες των ασθενών με άνοια είναι ασύλληπτη. Η απομόνωση και η εγκατάλειψη που έζησαν οι οικογένειες αυτές στο τέλος του προη-

γούμενου αιώνα ας αποτελέσουν το οδυνηρό παρελθόν. Στον καινούργιο αιώνα ας γίνουμε περισσότερο άνθρωποι, ας συμπαρασταθούμε τους ανθρώπους που υποφέρουν και ας δώσουμε λίγο από τον πολύτιμο χρόνο μας για να επουλώσουμε τις πληγές τους. Η δυστυχία τους δεν είναι μόνο που δεν έχουν τα απαραίτητα χρήματα για την καλύτερη φροντίδα του αγαπημένου τους είναι το ότι η ζωή τους έχει σταματήσει όταν χτύπησε η νόσος Alzheimer το σπίτι τους. Ας τους βοηθήσουμε να καταλάβουν ότι το έργο της αγάπης που επιτελούν καθημερινά είναι ποιότητα ζωής ιδιαίτερα θεάρεστη και ας τους το δείξουμε με τη δική μας αγάπη.

Μάγδα Τσολάκη

Συνέχεια από την 1η σελίδα

1^ο στο Β' ΚΑΠΗ Συκεών, το 2^ο στην Κοινωνία Αγάπης στη Φλέμιγκ 5 και το 3^ο στο Χαρίσειο Γηροκομείο. Κάθε Τρίτη, 9:00 το πρωί, στο Χαρίσειο Γηροκομείο γίνεται ομιλία με θέματα που ενδιαφέρουν όλους που εμπλέκονται στη νόσο Alzheimer.

Το Σεπτέμβριο του 2000 έγιναν οι εκλογές και το νέο διοικητικό Συμβούλιο που αναδείχθηκε έχει τις εξής

Η πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer σε μία συνέντευξη τύπου προσπάθησε να δώσει στους δημοσιογράφους αυτές τις οδηγίες που ακολουθούν. Η προσπάθεια απέβη άκαρπη. Κάθε δημοσιογράφος, που ασχολείται με την υγεία ας ενημερωθεί με όποιον τρόπο μπορούμε όλοι.

ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΤΗΣ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ALZHEIMER

Προσχέδια ανακοίνωση για να βοηθηθούν τα μέσα μαζικής ενημέρωσης στην εκτίμηση των ισχυρισμών για νέες θεραπείες, που αφορούν τη νόσο Alzheimer ή άλλους τύπους άνοιας.

Τίτλοι όπως:

- Νέο θανατοποιοό φάρμακο για τη νόσο Alzheimer.
- Αποφασιστικό βήμα για την αντιμετώπιση της νόσου Alzheimer

τρέφουν τις ελπίδες των ανθρώπων με άνοια καθώς και των οικογενειών τους. Αν αυτοί οι ισχυρισμοί είναι ψεύτικοι, τότε προκαλούν μεγάλη θλίψη. Μερικές θεραπείες μπορεί ακόμα να είναι και επικίνδυνες.

Πώς μπορεί ένας δημοσιογράφος να εκτιμήσει αυτούς τους ισχυρισμούς; Η Ιατρική Επιστημονική, Συμβουλευτική Ομάδα της Διεθνούς Εταιρείας Alzheimer έχει δημιουργήσει έναν κατάλογο- έλεγχο για να βοηθήσει σ' αυτή την εκτίμηση.

1. Υπάρχει πρωτογενής πηγή για την πληροφόρηση;
Αν όχι – απορρίπτεται.
Αν ναι – συνεχίστε στην ερώτηση 2.
2. Είναι η πρωταρχική πηγή αξιόπιστη;
Αν όχι – συνεχίστε με ιδιαίτερη προσοχή
Αν δεν είναι σίγουρο – συνεχίστε με προσοχή
Αν ναι – συνεχίστε στην ερώτηση 3.
3. Υπάρχει αξιόπιστη ή λογική βάση για τη θεραπεία;
Αν όχι – συνεχίστε με ιδιαίτερη προσοχή.

Αν δεν είναι σίγουρο – ρωτήστε κάποιον ειδικό.

Αν ναι – συνεχίστε στην ερώτηση 4.

4. Έχουν δημοσιευθεί τα αποτελέσματα σε κάποιο καταξιωμένο επιστημονικό περιοδικό;

Αν όχι – αλλά είναι υπό δημοσίευση (εξασφαλίστε κάποια επιβεβαίωση).

Αν δεν έχουν δημοσιευτεί καθόλου – απορρίψτε ή εξετάστε σοβαρά το άρθρο.

Αν ναι – δημοσιεύστε το.

5. Επιπλέον υποστήριξη για τον ισχυρισμό.

I. Ανθρώπινη κλινική μελέτη.

II. Για τα φάρμακα – ασφαλώς δοκιμασμένα στα ζώα.

III. Για τα φάρμακα – ασφαλώς δοκιμασμένα σε εθελοντές ανθρώπους.

IV. Για τα φάρμακα – ασφαλώς δοκιμασμένα σε ασθενείς με τη συγκεκριμένη νόσο.

V. Η μελέτη είναι ελεγχόμενη, π.χ. συγκρίνεται με εικονικά φάρμακα ή άλλες κατάλληλες θεραπείες.

VI. Οι ασθενείς κατανέμονται στην ενεργό θεραπεία ή σε συγκριτική κατάσταση ή σε εικονική με τυχαίοποιημένο τρόπο, π.χ. τυχαία κατανομή.

VII. Η μελέτη είναι διπλή-τυφλή, από την άποψη ότι ούτε ο ασθενής (και η οικογένεια), ούτε ο γιατρός (και η ερευνητική ομάδα) ξέρουν ποια θεραπεία ακολουθεί ο ασθενής.

VIII. Η υπεροχή της νέας θεραπείας είναι στατιστικά σημαντική.

IX. Η υπεροχή των νέων θεραπειών είναι κλινικά σημαντική.

X. Τα αποτελέσματα της μελέτης έχουν επαληθευθεί από ένα δεύτερο κέντρο.

6. Πάντα να συμβουλευέστε κάποιον ειδικό με επιστημονική γνώση στο θέμα.

7. Η Ιατρική Επιστημονική Συμβουλευτική Ομάδα της Διεθνούς Εταιρείας Alzheimer καθώς και η Ελ-

ληνική Εταιρεία μπορούν να παρέχουν πληροφορίες.

Σημείωση: Το καλό κλινικό ερευνητικό πρόγραμμα ακολουθεί ένα καθιερωμένο σχήμα:

A) Η ερευνητική πρόταση επανεξετάζεται από άλλους επιστήμονες και κλινικούς και πρέπει να εγκριθεί από κάποια Ηθική Επιτροπή Ιδρυμάτων.

B) Οι ασθενείς (και συχνά οι οικογένειές τους) συμφωνούν να συμμετέχουν στη μελέτη ξέροντας ότι μπορεί να πάρουν το φάρμακο και όχι το εικονικό φάρμακο ή το φάρμακο με το οποίο συγκρίνεται το καινούργιο φάρμακο.

Γ) Οι ασθενείς και συχνά οι οικογένειές τους υπογράφουν έντυπο πληροφοριών για τη μελέτη.

Δ) Οι ασθενείς τυχαία κατανέμονται σε μία από τις θεραπευτικές ομάδες ή την ομάδα σύγκρισης.

Ε) Οι ασθενείς εξετάζονται πριν, συχνά κατά τη διάρκεια και μετά τη μελέτη χρησιμοποιώντας γενικά αποδεκτές κλίμακες από κατάλληλους επαγγελματίες που δεν ξέρουν πια θεραπεία ακολουθεί ο ασθενής.

ΣΤ) Ο τυφλός κώδικας ανοίγει μετά τις τελικές εκτιμήσεις, τα αποτελέσματα αναλύονται και επιστημονικά άρθρα υποβάλλονται για δημοσίευση σε έγκριτα επιστημονικά περιοδικά με κριτές. Εάν γίνει δεκτή η μελέτη τότε δημοσιεύεται.

Ευχαριστούμε θερμά
την κ. Μπουρνιά (Αθήνα)
για την προσφορά των 140.000
δρχ. στην Εταιρεία
εις μνήμην της μητέρας της.

Η άσκηση ως παράγοντας αλλαγής νευροφυσιολογικών παραμέτρων (HEG-P300) σε ασθενείς με άνοια. Πιλοτική έρευνα

Το θέμα αυτό ανακοινώθηκε στο 5^ο Διεθνές Συνέδριο Αθλητιατρικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδος Μουζακίδης Χ¹, Σιτζόγλου Κ², Φιτσιώρης Ξ², Τσολάκη Μ³, Θεοδωράκης Ι¹, Ευφραιμίδου Ε.⁴

¹Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας - ΤΕΦΑΑ, ²Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης - Εργαστήριο Κλινικής Νευροφυσιολογίας, ³Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Γ' Νευρολογική Κλινική, ⁴Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης - Τμήμα Ψυχολογίας,

Περίληψη

Σε αρκετές έρευνες που αφορούν σε ηλικιωμένους τονίστηκε ότι η σωματική άσκηση βελτιώνει τις φυσικές, λειτουργικές, γνωστικές και ψυχολογικές τους ικανότητες. Ο σκοπός της πιλοτικής αυτής έρευνας ήταν να βρεθεί, με τη χρήση ειδικών νευροφυσιολογικών μετρήσεων (HEG και P300) η επίδραση της άσκησης σε ασθενείς με άνοια. Πέντε ασθενείς με διαγνωσμένη άνοια (DSM IV) και μέση ηλικία τα 62 χρόνια, συμμετείχαν σε ένα ειδικά σχεδιασμένο πρόγραμμα άσκησης. Το πρόγραμμα είχε διάρκεια 12 εβδομάδες. Οι μετρήσεις έγιναν πριν και μετά το τέλος του προγράμματος. Παρατηρήθηκε βελτίωση στη ποσοτική εμφάνιση της βασικής συχνότητας του Ηλεκτροεγκεφαλογραφήματος σε πέντε ασθενείς ενώ σε τέσσερις παρατηρήθηκε βελτίωση στα Γνωσιακά Προκλητά Δυναμικά (P300).

Εισαγωγή

Ο όρος **άνοια** περιγράφει μια επίκτητη και εξελισσόμενη κατάσταση, και όχι νόσο. Το 5% των ατόμων ηλικίας 65-70 ετών εμφανίζουν κάποιο ανοϊκό σύνδρομο, ενώ η αντίστοιχη αναλογία στα άτομα ηλικίας 80-85

είναι περίπου 20%. Αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα στο χώρο της υγείας, τόσο για τους πάσχοντες όσο και τους συνοδούς τους. Χαρακτηρίζεται από προοδευτική έκπτωση των γνωστικών λειτουργιών, έκπτωση των λειτουργικών ικανοτήτων, διαταραχές συμπεριφοράς, διαταραχές διάθεσης, διαταραχές προσανατολισμού στο χώρο και στο χρόνο. Ανάλογα με την αιτιοπαθγένεια διακρίνεται σε άνοια τύπου Alzheimer (ευθύνεται για το 50% των ανοϊών), άνοια Pick, αγγειακή άνοια, αλκοολική άνοια, κλπ.

Η **Άσκηση** θεωρείται, όλο και περισσότερο τα τελευταία χρόνια, μία αναγκαία και επιθυμητή φυσική δραστηριότητα για τους ηλικιωμένους. Ο ρόλος της είναι προληπτικός και θεραπευτικός. Είναι ευεργετική για τα ηλικιωμένα άτομα γιατί βελτιώνει τις λειτουργικές τους ικανότητες, την καρδιακή λειτουργία και αυξάνει τις ψυχολογικές και γνωστικές λειτουργίες.

Η **Ηλεκτροεγκεφαλογραφία** είναι μια αναίμακτη νευροφυσιολογική μέθοδος η οποία βασίζεται στη συλλογή, ενίσχυση και καταγραφή των βιοηλεκτρικών δυναμικών (ρυθμών) του εγκεφάλου από το τριχωτό της κεφαλής. Συμβάλλει τα μέγιστα στη διαγνωστική προσέγγιση των διαφόρων τύπων ανοϊών μέσα από τις μεταβολές που παρατηρούνται στις ζώνες συχνότητων του εγκεφαλικού ρυθμού.

Τα **Γνωσιακά Προκλητά Δυναμικά** έχουν χρησιμοποιηθεί για τη μελέτη των μηχανισμών που είναι υπεύθυνοι για τις ανώτερες νοητικές λειτουργίες. Το πιο γνωστό από τα δυναμικά αυτά είναι το **P300**. Θεωρείται ότι αντανακλά γνωσιακές πλευρές της πληροφορικής διαδικασίας

(ταξινόμηση ερεθίσματος, εκσυγχρονισμός του εσωτερικού μνημονικού διαγράμματος, ελεγχόμενες γνωστικές διαδικασίες) και σχετίζεται άμεσα με τη μνήμη και τη προσοχή.

Τα τελευταία χρόνια γίνεται μια προσπάθεια σύνδεσης και αξιολόγησης του είδους της άσκησης με τις τυχόν μεταβολές των νευροφυσιολογικών δεδομένων (Ηλεκτροεγκεφαλογραφήματος και των Γνωσιακών Προκλητών Δυναμικών) στις διάφορες ηλικίες και ειδικά σε ηλικιωμένα άτομα.

Ο σκοπός της έρευνας είναι να **διαπιστωθεί με τη χρήση νευροφυσιολογικών δοκιμασιών η επίδραση ενός ειδικά σχεδιασμένου προγράμματος άσκησης σε ασθενείς με άνοια.**

Υλικό - Μέθοδος

Διαδικασία

Το πρόγραμμα εφαρμόστηκε σε 5 ασθενείς με Άνοια. Από αυτούς τέσσερις ήταν άνδρες και μία γυναίκα (ηλικίας 52 - 71 ετών (Μ.Ο. = 62). Το πρωτόκολλο άσκησης περιελάμβανε απλές, ήπιες μορφής και χαμηλής έντασης ασκήσεις ώστε να εκτελούνται με ευκολία από όλους τους συμμετέχοντες. Άτομα που δεν ήταν δυνατόν να ακολουθήσουν όλο το πρόγραμμα αποκλείστηκαν από τη μελέτη.

Οι ασθενείς εκπληρούσαν τα διαγνωστικά κριτήρια για την άνοια που έθεσε η APA (DSM IV). Επιπλέον όλοι οι ασθενείς πέρασαν από γενικές ιατρικές εξετάσεις για να διαπιστωθεί η κλινική τους κατάσταση (εξετάσεις αίματος, μέτρηση πίεσης, ιστορικό καρδιακών προβλημάτων, αρθριτικά, προβλήματα οράσεως και ακοής) και χορηγήθηκε έγγραφη βεβαίωση και έγκριση συμμετοχής στο πρόγραμμα.

Για τη συμμετοχή των ασθενών, ■

➔ δόθηκε επίσης η συγκατάθεση των συγγενών που τους φροντίζουν και ζητήθηκε και η σύμφωνη γνώμη των ίδιων των ασθενών στο μέτρο που αυτό ήταν εφικτό.

Χρονοδιάγραμμα

Το πρόγραμμα των ασκήσεων εφαρμόστηκε σε δύο Δημοτικά Γυμναστήρια (Δήμοι Θεσσαλονίκης και Νεάπολης). Οι ώρες άσκησης ήταν πρωινές και διάρκειας 60 λεπτών. Το πρόγραμμα διήρκεσε 12 εβδομάδες. Οι ασθενείς γυμνάζονταν τρεις φορές την εβδομάδα, μέρα παρά μέρα, εκτός από ένα άτομο (γυναίκα) το οποίο γυμναζόταν μία φορά την εβδομάδα, λόγω έλλειψης συνοδού.

Εφαρμογή των Μετρήσεων

Έγιναν δύο καταγραφές των Νευροφυσιολογικών παραμέτρων, η πρώτη πριν και η δεύτερη μετά το πέρας του προγράμματος άσκησης. Κάθε ασθενής εκτιμήθηκε ανεξάρτητα από τους υπόλοιπους. Πριν την έναρξη των δοκιμασιών δίνονταν κάποιες οδηγίες, με στόχο κυρίως την αποφυγή συμπτωμάτων διέγερσης και ανησυχίας. Όλα τα άτομα ήταν σε εγρήγορση, με καλή συνεργασία. Η καταγραφή έγινε σε ένα ήσυχο και γειωμένο δωμάτιο με χαμηλό φωτισμό στο Εργαστήριο Κλινικής Νευροφυσιολογίας του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης. Ο ασθενής καθόταν αναπαυτικά σε μία πολυθρόνα με τα μάτια κλειστά. Στην αρχή η καταγραφή του ΗΕΓγραφήματος γινόταν σε κατάσταση ηρεμίας διάρκειας 12-14 λεπτών και μετά σε ενεργοποίηση με υπέρπνοια (διάρκεια 3-4 λεπτά) και στη συνέχεια με χορήγηση διαλλείποντος φωτεινού ερεθισμού (ΔΦΕ). Για τη καταγραφή των εγκεφαλικών ρυθμών, χρησιμοποιήθηκε Ηλεκτροεγκεφαλογράφος Reega 2000 του εργοστασίου Alvar, 16 καταγραφικών καναλιών, συνδεδεμένος με συσκευή χαρτογραφίας Cartovar 2000. Τα ηλεκτρόδια καταγραφής ήταν τοποθετημένα στο τριχωτό της κεφαλής

σύμφωνα με το διεθνές σύστημα 10/20.

Για τη καταγραφή των Γνωστικών Προκλητών Δυναμικών (P300), χρησιμοποιήθηκε Νευροφυσιολογική Μονάδα Sapphire 4 Premiere της Medelec και εκτυπωτής laser της Epson (EPL-3000). Για τη παραγωγή της κυματομορφής P300 χρησιμοποιήθηκαν οι παρακάτω συνθήκες ερεθισμού και καταγραφής με τη μέθοδο odd-ball paradigm για τη χορήγηση ακουστικών ερεθισμάτων:

1. Συχνότητα ερεθισμάτων και αναλογία αυτών:
Ήχοι - στόχοι (target): 2000 και
Ήχοι - μη στόχοι (non target): 1000 Hz
80%
2. Ένταση των ερεθισμάτων
70 dB SPL
3. Ρυθμός ερεθισμάτων
1 τόνος / 2 sec
4. Πιθανότητα ερεθισμάτων
0,2
5. Αναλογία ερεθισμάτων
0,5 / sec

Έγιναν ταυτόχρονες καταγραφές του ΗΕΓ από τα σημεία Fz, Cz, Pz σύμφωνα με το διεθνές σύστημα 10/20 και καταγραφής του οφθαλμογραφήματος από τον άνω και κάτω κανθό του δεξιού οφθαλμού

Αποτελέσματα

Παρατηρήθηκε

- Σημαντική βελτίωση στη ποσοτική εμφάνιση του ρυθμού α, κυρίως στις πρόσθιες περιοχές.
- Μικρή αύξηση στη συχνότητα του ρυθμού α από 8-9 κ/δ σε 9-11 κ/δ.
- Δεν παρατηρήθηκε σημαντική μεταβολή στην εμφάνιση των βραδέων δραστηριοτήτων του ΗΕΓγραφήματος.
- Αύξηση του ύψους (amplitude) του P 300.
- Μικρού βαθμού ελάττωση της καθυστέρησης (latency) του P 300.

Συμπεράσματα

Τα πρώτα αποτελέσματα της πιλοτικής αυτής μελέτης δίνουν ένα αισιόδοξο μήνυμα για τη χρησιμότητα των νευροφυσιολογικών παραμέτρων

στην αξιολόγηση της γνωστικής ικανότητας των ασθενών με άνοια και αποτελούν ένα σημαντικό εργαλείο για την εκτίμηση του βαθμού βελτίωσης τους. Φαίνεται ότι η άσκηση επηρεάζει την Ηλεκτροεγκεφαλογραφική δραστηριότητα και συμβάλλει στη βελτίωση της γνωστικής ικανότητας των ασθενών.

Ωστόσο, μολονότι φάνηκε ότι η άσκηση συμβάλλει στη βελτίωση της γνωστικής ικανότητας και μολονότι το Ηλεκτροεγκεφαλογράφημα και το P300 μπορούν να αποδώσουν αυτή τη διαφοροποίηση χρειάζεται να επαληθευθούν τα αποτελέσματα σε μεγαλύτερο και πιο ομοιογενές δείγμα.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΤΑ ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΑ

Με αφορμή τα όσα ανέφερε ο κύριος Οικονόμου καθηγητής κοινωνιολογίας για το αν πρέπει οι ασθενείς με νόσο Alzheimer να παίρνουν την έκπτωση ποσού 650.000 δρχ. από το ετήσιο εισόδημά τους το οποίο παρέχεται ως εφάπαξ δαπάνη χωρίς δικαιολογητικά σε αναπήρους, τυφλούς κ.λπ. έχω την τιμή να σας γνωρίσω τα παρακάτω.

Η έκπτωση παρέχεται σύμφωνα με τον φορολογικό κώδικα σε όποιον βέβαια υποβάλει φορολογική δήλωση και παρουσιάζει νοητική καθυστέρηση, φυσική αναπηρία ή ψυχική πάθηση σε ποσοστό 67% και πάνω, ο ίδιος ή η σύζυγός του. Σ' αυτήν την περίπτωση πρέπει να συνυποβάλετε γνωμάτευση της πρωτοβάθμιας υγειονομικής επιτροπής της Νομαρχίας όπου βρίσκεται η κατοικία σας, από την οποία προκύπτει το ποσοστό αναπηρίας 67% και πάνω.

Διευκρινίζω ότι η έκπτωση γίνεται ανάμεσα στους δύο συζύγους και μόνο και δεν επεκτείνεται στους συγγενείς, αδελφούς, αδελφές, μητέρες κ.λπ.

*Χαρίλαος Λέκος
Μέλος της ΕΕΝΑΣΔ
Εθελοντής*

A. ΣΥΝΕΔΡΙΑ

2000

19-22 Νοεμβρίου

1st International Quality Research in Dementia Conference

Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο

Τηλ.: +44 20 8527 8408

Φαξ: +44 20 8527 8404

E-mail: enquiries@neuropsych.co.uk

2001

25-27 Ιανουαρίου

5^ο Συνέδριο Γηριατρικής και Γεροντολογικής Εταιρείας Β. Ελλάδος

Θεσσαλονίκη

Δαδαβέσης Θ.

Τ.Θ. 1528 - Θεσσαλονίκη 540 06

18-19 Απριλίου

1st International Conference on Alzheimer's Disease and Related Disorders in the Middle East

Λευκωσία, Κύπρος

Τηλ.: +1 216 368 1912

Φαξ: +1 216 368 1989

E-mail: rpf2@po.cwru.edu

B. ΕΚΔΟΣΕΙΣ

Ζώντας με τη νόσο Alzheimer

Alzheimer Europe

Πρακτικός Οδηγός για τους περιθάλποντες ασθενείς με νόσο Alzheimer.

Μετάφραση στα Ελληνικά από την Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer.

Τιμή: 5.000 δρχ

Δωρεάν για όλα τα μέλη της ΕΕΝΑΣΔ

Τηλ.: 031 925-802, 350-332, 283-973

Φαξ: 031 283-973

Αγαπημένη μου γιαγιά

Alzheimer Europe

Έκδοση για παιδιά σχετικά με τη νόσο και τις επιπτώσεις της στο οικογενειακό περιβάλλον.

Μετάφραση στα Ελληνικά από την Ελληνική Εταιρεία νόσου Alzheimer.

Τιμή: 2.000

Δωρεάν για όλα τα μέλη της ΕΕΝΑΣΔ

Τηλ.: 031 925-802, 350-332, 283-973

Φαξ: 031 283-973

Πρακτικά 1ου Πανελληνίου Συνεδρίου για τη νόσο του Alzheimer

University Studio Press

Επιμέλεια Έκδοσης: Μαγδαληνή

Τσολάκη

Τιμή: 5.000

Δωρεάν για όλα τα μέλη της ΕΕΝΑΣΔ

Τηλ.: 031 925-802, 350-332, 283-973

Φαξ: 031 283-973

Θέματα Γηροψυχολογίας και Γεροντολογίας

Ελληνικά Γράμματα

Επιμέλεια Έκδοσης: Αναστασία

Κωσταρίδου-Ευκλείδη

Τηλ.: 01 33 02 415, 031 245 222

Φαξ: 01 38 36 658

Γ. ΚΕΝΤΡΑ ΗΜΕΡΑΣ

1. Ανατολική Θεσσαλονίκη

Κοινωνία Αγάπης

Φλέμινγκ 5

Υπεύθυνοι από την Εταιρεία

Δευτέρα: Παπακωνσταντίνου, Τε-

τάρτη: Αλυγιζάκη Σουζάνα, Παρα-

σκευή: Τριανταφύλλου Ελένη

Χαρίσειο Γηροκομείο

Άνω Τούμπα

Τηλ. 925-802

Υπεύθυνος από Εταιρεία: κάθε ημέ-

ρα: Νίνα Μουμτζίδου, 8.30-12.00.

2. Δυτική Θεσσαλονίκη

2ο ΚΑΠΗ Δήμου Συκεών

Διεύθυνση: Μενελάου και Τσαρουχά

Δ. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ

1. Πρόγραμμα Άσκησης

Η ΕΕΝΑΣΔ σε συνεργασία με τους Δήμους Θεσσαλονίκης και Νεαπόλεως λειτουργεί πρόγραμμα Άσκησης ασθενών με άνοια χωρίς την οικονομική τους επιβάρυνση.

Υπεύθυνος του Προγράμματος

Χρήστος Μουζακίδης

Τηλ.: 264-380

Δημοτικό Γυμναστήριο Θεσ/νίκης

Τηλ.: 273-278

Δημοτικό Γυμναστήριο Νεαπόλεως

Τηλ.: 622-131

2. Προγράμματα στα Κέντρα Ημέρας Φλέμινγκ 5:

Δευτέρα: Λογοθεραπεία

Τετάρτη: Ασκήσεις μνήμης

Παρασκευή: Ομάδες στήριξης συγγενών.

Χαρίσειο:

Δευτέρα: Ομάδες στήριξης

Τρίτη: Ανοικτή ομιλία ενημέρωσης (Δες λεπτομέρειες στα κέντρα Ημέρας σελ. 9)

Τετάρτη: Φυσικοθεραπεία

Πέμπτη: Φυσικοθεραπεία

Παρασκευή: Ομάδες στήριξης.

Ε. ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ

ΑΘΗΝΑ

Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer

Κάνιγγος 23, 106 77 Αθήναι.

Τηλ.: (01) 3811 604, Φαξ: (01) 3840 317

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Χαρίσειο Γηροκομείο, Άνω Τούμπα

Τηλ.: (031) 925802

e-mail: alzhass@med.auth.gr

Διεύθυνση για τις επιταγές: Ελένη

Τριανταφύλλου: Χαρίσειο Γηροκομείο ο - Άνω Τούμπα Θεσσαλονίκης.

ΒΟΛΟΣ

Αριστείδης Λιάπης, Γραμματέας

Ροζού 135, 383 33 Βόλος.

Τηλ. & Φαξ: (0421) 44921.

ΞΑΝΘΗ

Πένυ Μιχαηλίδου, Πρόεδρος

Τ.Θ. 216, 67100 Ξάνθη

Τηλ.: (0541) 23626, Φαξ: (0541) 22636

ΧΑΝΙΑ

Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Χανίων

Μαρία Τζανακάκη, Πρόεδρος

Ελ. Βενιζέλου 100, 733 00 Μουρνιές

Χανίων. Τηλ.: (0821) 96690, 90949

ΚΥΠΡΟΣ

Παγκύπριος Σύνδεσμος Στήριξης Ατόμων της Νόσου Alzheimer

Ιωσηφίδου Γιώργα, Πρόεδρος

Σταδίου 31Α, 6020 Λάρνακα, Κύπρος

Τηλ.: (00357) 4 627 104,

Φαξ: (00357) 4 627 106.

Διαφορική διάγνωση των ανοιών – Κλινική Προσέγγιση

(Συνέχεια από το έκτο τεύχος)

Παράδειγμα 1: Ο Ασθενής Α.Π., 78 χρόνων παραπονείται για διαταραχές μνήμης και διαταραχές του λόγου και ανησυχεί μήπως πάσχει από άνοια τύπου Alzheimer. Η νευροψυχολογική εκτίμηση του ασθενούς δείχνει σε πολλές επανειλημμένες εκτιμήσεις ελάχιστα γνωστικά ελλείμματα. Δεν υπάρχει δυνατότητα να εκτιμηθούν από τη σύζυγο οι λειτουργικές του ικανότητες στη καθημερινή του ζωή, διότι ο ασθενής έρχεται πάντα μόνος του στο γιατρό. Η κλίμακα που εκτιμά λειτουργικά και γνωστικά τον ασθενή άμεσα, η FUCAS (Functional and Cognitive Assessment Scale) έδειξε ότι ο ασθενής παρουσιάζει μόνο ήπια διαταραχή σε μία μεμονωμένη γνωστική λειτουργία. Ο ασθενής δεν πάσχει από άνοια, παρουσιάζει ήπιες γνωστικές διαταραχές που οφείλονται σε πολλαπλές ισχαιμικές αλλοιώσεις του εγκεφάλου λόγω της υπέρτασης που αναφέρει.

Δεύτερη διαγνωστική προσέγγιση είναι ο αποκλεισμός και η πρωτογενής αντιμετώπιση των *ψυχιατρικών νοσημάτων* που μπορεί να προκαλούν Ήπιες Γνωστικές Διαταραχές, όπως είναι η Κατάθλιψη, το Άγχος, η Υστερία, η Σχιζοφρένεια και η Μανιοκατάθλιψη. Σύνηθες πρόβλημα είναι η κατάθλιψη. Συνήθως ασθενείς με μείζονα κατάθλιψη ή μανιοκατάθλιψη σε φάση κατάθλιψης αντιμετωπίζονται ως ανοϊκοί, και ασθενείς με μετωπιαίες άνοιες αντιμετωπίζονται ως κατάθλιψη. Σε ένα ποσοστό 0-87% συνυπάρχει άνοια με κατάθλιψη. Ωστόσο στα πρώτα στάδια είναι δυνατόν να διακρίνει κανείς την άνοια από την κατάθλιψη, διότι συνήθως ο καταθλιπτικός ασθενής δεν μπαίνει στη διαδικασία να βρει τις απαντήσεις κατά τη διάρκεια της νευροψυχολογικής εκτίμησης και απαντά “δεν ξέρω”. Εάν όμως επιμένει ο εξεταστής πάντα παίρνει τις σωστές απαντήσεις. Ο σωστός προσανατολισμός σε χρόνο και τόπο καθώς

επίσης τα παράπονα για σωματικά ενοχλήματα και οι διαταραχές της πρόσφατης αλλά και παλαιάς μνήμης βοηθούν στη διάγνωση της κατάθλιψης ενώ η έλλειψη κινητοποίησης και ενδιαφέροντος καθώς και η αδυναμία συγκέντρωσης παρατηρούνται και στην άνοια, ιδιαίτερα στη μετωπιαία αλλά και στην κατάθλιψη.

Παράδειγμα 2: Η ασθενής Μ. Τ., ηλικίας 68 ετών, αναφέρει ότι τα τρία τελευταία χρόνια μένει στο κρεβάτι, εξυπηρετείται από τον γιό της, -την ταΐζει την αλλάζει, την πλένει κ.ο.κ- θεωρείται ότι πάσχει από άνοια και παραπέμπεται στα Εξωτερικά Ιατρεία Μνήμης και Άνοιας της Γ' Νευρολογικής Κλινικής για περαιτέρω αξιολόγηση. Εισάγεται στην Κλινική και καθότι στο λεπτομερή νευροψυχολογικό έλεγχο δίνει περισσότερα στοιχεία κατάθλιψης και λιγότερο γνωστικές διαταραχές αρχίζει θεραπεία με αντικαταθλιπτικά. Η ασθενής συνέρχεται, πηγαίνει στο σπίτι της, πλέκει ταντέλες αλλά στη συνέχεια εμφανίζει επεισόδιο μανίας για την οποία χρειάστηκε ψυχιατρική αντιμετώπιση.

Τρίτη διαγνωστική προσέγγιση είναι ο καθορισμός της βαρύτητας των διαταραχών καθώς και της ποιότητας των διαταραχών. Πρέπει να ξεκαθαρισθεί εάν ο ασθενής παρουσιάζει ελλείμματα σε ένα μόνο γνωστικό επίπεδο, μνήμη -κροταφικός λοβός-, λόγο -αριστερό ημισφαίριο-, διαταραχές προσανατολισμού και κατασκευστικές αδυναμίες -βρεγματικό λοβό- ή κατάθλιψη, έλλειψη πρωτοβουλίας, απάθεια -μετωπιαίος λοβός-, οπότε η διάγνωση είναι εστιακό σύνδρομο, ή παρουσιάζει σφαιρικά ελλείμματα και επομένως μπορούμε να μιλάμε για άνοια ή παραλήρημα.

Η *μετωπο-κροταφική* άνοια που αποτελεί τη μία από τις τρεις μετωπιαίες άνοιες χαρακτηρίζεται από ψευδοανοϊκή ή κοινωνικοπαθολογική προσωπικότητα χωρίς αναστολές, διαταραχή στις εκτελεστικές λειτουργίες π.χ. συμπεριφορά χρησιμοποιή-

σης, ενώ παραμένουν σχετικά ανέπαφες η αντίληψη, η μνήμη, ο λόγος και ο προσανατολισμός στο χώρο.

Παράδειγμα 3: Η ασθενής Α.Η ετών 55 παρουσιάζει καταθλιπτικά συμπτώματα τα δύο τελευταία χρόνια, σύμφωνα με το ιστορικό. Μετά από μία μεγάλη στενοχώρια αρχίζει να πίνει κρυφά από το σύζυγο. Έξι μήνες καταφέρνει και κρύβει αυτή της την αδυναμία από τον άνδρα της μέχρις ότου μια μέρα μέθυσε και έγινε γνωστό σε όλους. Επισκέπτονται γιατρό που της δίνει ηρεμιστικά φάρμακα για αγχώδη διαταραχή. Εξαρτάται από τα φάρμακα. Τους δύο τελευταίους μήνες δεν μπορεί να οργανώσει ακόμη και απλές εργασίες στο σπίτι της. Αντιμετωπίζεται ως κατάθλιψη αλλά δεν παρατηρείται η αναμενόμενη βελτίωση στις καθημερινές δραστηριότητες. Η εξέταση στα εξωτερικά Ιατρεία Μνήμης και Άνοιας της Γ' Νευρολογικής Κλινικής, ενώ η ασθενής παίρνει αντικαταθλιπτική αγωγή, αποκαλύπτει ανοϊκό σύνδρομο, MMSE=18, με δυσκολία προσανατολισμού στο χώρο, χωρίς διαταραχές στον προσανατολισμό στο χρόνο, ήπιες διαταραχές στο λόγο και αδυναμία οργάνωσης των αριθμητικών πράξεων. Εισέρχεται στη Γ' Νευρολογική Κλινική όπου περιφέρεται στο διάδρομο και ζητάει ηρεμιστικά φάρμακα ενώ λέει στην ψυχολόγο ότι δεν παίρνει φάρμακα. Ο άνδρας της επιβεβαιώνει ότι η ασθενής λέει ψέματα τον τελευταίο καιρό ενώ επαινεί τον πολύ καλό της χαρακτήρα πριν αρχίσουν όλες αυτές οι διαταραχές. Η αξονική τομογραφία αποκαλύπτει εκτεταμένη ατροφία των μετωπιαίων λοβών άμφω.

Η δεύτερη μορφή μετωπιαίας άνοιας είναι η *πρωτογενής προοδευτική αφασία*. Χαρακτηρίζεται από διαταραχή στην έκφραση του λόγου παρόλη την προσπάθεια παραγωγής του λόγου, φωνολογικά και γραμματικά λάθη, λάθη στην ανάκληση των λέξεων, δυσκολίες στην ανάγνωση και τη γραφή ενώ διατηρείται στα αρχικά στάδια η κατανόηση των λέξεων. Στην πορεία και αυτή η κατά-

Συνέχεια στη σελίδα 13

Δραστηριότητες της ΕΕΝΑΣΔ (Απρίλιος – Σεπτέμβριος 2000)

16 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2000

Συνάντηση για καφέ των μελών της ΕΕΝΑΣΔ

Μετά την επιτυχημένη πρώτη διοργάνωση όπου διαπιστώθηκε η ανάγκη των μελών της ΕΕΝΑΣΔ για επικοινωνία και ψυχαγωγία στις 16 Απριλίου διοργανώθηκε η δεύτερη εκδήλω-



Στιγμιότυπο από την εκδήλωση της 16ης Απριλίου

ση στην αίθουσα δεξιώσεων του Ξενοδοχείου Μετροπόλιταν. Η ανταπόκριση και συμμετοχή των μελών ήταν και πάλι πολύ μεγάλη. Στη διάρκεια της εκδήλωσης ανακοινώθηκε από την τότε Αντιπρόεδρο της Εταιρείας κα Τσολάκη η συμφωνία με το Χαρίσειο Γηροκομείο για τη δημιουργία Κέντρου Ημέρας της ΕΕΝΑΣΔ στις εγκαταστάσεις του. Στην εκδήλωση παρέστη ο Διευθυντής του Χαρίσειου Γηροκομείου κ. Ταγαράκης.

10 ΙΟΥΝΙΟΥ 2000

Λήξη του προγράμματος Άσκησης για τη καλοκαιρινή περίοδο

Καθιερώθηκε πλέον να διοργανώνονται εκδηλώσεις με συμμετοχή των μελών της ΕΕΝΑΣΔ που συμμετέχουν στις ομάδες άσκησης. Με ευκαιρία λοιπόν την λήξη των προγραμμάτων για τη καλοκαιρινή περίοδο οι ομάδες συναντήθηκαν και διασκέδασαν μέχρι αργά το βράδυ σε ουζερί στην Πλατεία Άθωνος όπου ξεδίπλωσαν ο καθένας χωριστά και όλοι μαζί τις χορευτικές και φωνητικές τους ικανότητες, μέσα από διηγήσεις και πειράγματα. Ήταν μία βραδιά ξεγνοιασιάς η οποία έληξε με την υπόσχεση όλων να επαναλαμβάνεται συχνότερα. Από το



Στιγμιότυπο της 10ης Ιουνίου 2000

Δ.Σ. της Εταιρείας παραβρέθηκαν στην εκδήλωση και η τότε Γραμματέας κα Ευφραιμίδου και η τότε ταμίας κα Τεκτονίδου.

20 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2000

Γιορτή για την Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Alzheimer

Η εορτή έγινε στην Αίθουσα Τελετών του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Χαιρέτησαν την εορτή ο καθηγητής Ψυχιατρικής και Πρόεδρος του Τομέα Νευροεπιστημών κ. Γ. Καπρίνης, ο Πρώην Υπουργός Μακεδονίας Θράκης κ. Ι. Μαγκριώτης, έστειλε χαιρετισμό ο κ. Γ. Ορφανός και ζήτησε συγνώμη για την απουσία του ο κ. Σ. Παπαθεμελής. Τις νέες εξελίξεις για την Νόσο Alzheimer παρουσίασε ο αναπληρωτής Καθηγητής Νευρολογίας κ. Α. Κάζης. Συμμετείχαν με τις χορωδίες τους πολλά ΚΑΠΗ της πόλης μας.

Οι εκλογές δεν διεξήχθησαν λόγω μη συμπλήρωσης του απαιτούμενου από το Καταστατικό αριθμού μελών.

28 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2000

Εκλογές για ανάδειξη νέου Διοικητικού Συμβουλίου, Επιστημονικής Επιτροπής και Εξελεγκτικής Επιτροπής.

Πραγματοποιήθηκαν οι εκλογές για την ανάδειξη του νέου Δ.Σ., της Επιστημονικής Επιτροπής και της Εξελεγκτικής Επιτροπής για τη διετία 2000-2002 με τη συμμετοχή τουλάχιστον 100 μελών της Εταιρείας.

Η συνάντηση των πλειοψηφισάντων έγινε την Πέμπτη 12/10/2000 και ανεδείχθη το Νέο Διοικητικό Συμβούλιο: Πρόεδρος: Μάγδα Τσολάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νευρολογίας, Μέ-

λος του Executive Committee of Alzheimer Disease International, Μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου της Alzheimer Europe

Αντιπρόεδρος: Αλγυζάκη Σουλτάνα-Σουζάνα, Θεολόγος. Γραμματέας: Θεοδώρα Ζιάκα, Οικονομολόγος. Ταμίας: Τριανταφύλλου Ελένη, Νοικοκυρά. Μέλη: Εφραιμίδου Ευδοξία, Ψυχολόγος, Μουζακίδης Χρήστος, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής, Παπαποστόλου Θεοδώρα, Συνταξιούχος Υπάλληλος της ΕΕ.

1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2000

Παγκόσμια Ημέρα των ηλικιωμένων



Η κ. Μάγδα Τσολάκη στην εκδήλωση της 1/10/2000

Η πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών παραβρέθηκε σε εκδήλωση που διοργάνωσε το Δ.Κ.Ε.Ο.ΜΑ. στο Βόλο όπου παρουσίασε το μεγάλο πρόβλημα της άνοιας και παρότρυνε για εθελοντική εργασία σ' όλη την Ελλάδα.



Ο Δήμαρχος Βόλου κ. Μήτρου στην εκδήλωση της 1/10/2000



Η κ. Χατζηευθυμίου στην εκδήλωση της 1/10/2000

ΚΕΝΤΡΑ ΗΜΕΡΑΣ ΣΤΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Από το 1995 που ιδρύθηκε η Εταιρεία βρέθηκε χώρος για το Γραφείο της Εταιρείας στο Α' ΚΑΠΗ Συκεών μετά από συνενόηση με το Δήμαρχο Συκεών. Τα πρώτα χρόνια γινόταν παρεμβάσεις στους ηλικιωμένους και τους ασθενείς με άνοια από το μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου κ. Φωτεινή Κουντή, Ψυχολόγο και το Γιατρό-μέλος της Εταιρείας κ. Κων/νο Φουντουλάκη, Ψυχίατρο.

Στη συνέχεια σε συνεργασία με τον κ. Μπιριμπισούκη παραχωρήθηκε και το Β' ΚΑΠΗ Συκεών και ονομάστηκε Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer, διότι καθημερινά από τότε γίνονται παρεμβάσεις στους ηλικιωμένους αλλά και στους ασθενείς με άνοια όπως Φυσικοθεραπεία, Ψυχοθεραπεία, Οικογενειακή θεραπεία καθώς και Εκτίμηση των προβλημάτων των ηλικιωμένων – γνωστικών, λειτουργικών, συμπεριφορικών αλλά και διαιτητικών. Φυσικοθεραπευτές, Ψυχολόγοι και Γλωσσολόγοι εθελοντές-μέλη της Εταιρείας βρίσκονται σε καθημερινή βάση ανάμεσα στους ηλικιωμένους και βοηθούν με όποιο τρόπο τους επιτρέπουν οι επιστημονικές τους γνώσεις. Από την νυν πρόεδρο της Εταιρείας έγινε ομιλία εκπαιδευτική για τις άνοιες.

Την χειμερινή περίοδο 1999-2000 λειτούργησε 2ο Κέντρο Ημέρας στη Θεσσαλονίκη, Φλέμιγκ 5, όπου είναι η Κοινωνία της Αγάπης της Ενορίας Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, παραχώρηση του ενοριακού συμβουλίου κατά προτροπή του ιερέως π. Χρήστου. Τη Δευτέρα γινόταν και γίνεται Λογοθεραπεία από τον εθελοντή λογοθεραπευτή κ. Γεράσιμο Μουντούρη, την Τετάρτη γίνονται προγράμματα άσκησης της μνήμης και γενικότερα γνωστικές ασκήσεις από την Ψυχολόγο κ. Φωτεινή Κουντή και την Παρασκευή γίνονται ομάδες στήριξης των συγγενών εναλλάξ από την κ. Νακοπούλου Ευαγγελία και την κ.

Άννα Μέλλιου, Ψυχολόγους. Πάντα υπάρχει βοήθεια από μέλη του Δ.Σ. της Εταιρείας καθώς επίσης συμμετοχή από προπτυχιακούς και μεταπτυχιακούς φοιτητές του Τμήματος Ψυχολογίας.

Τη Χειμερινή περίοδο 2000-2001 μας δόθηκε αίθουσα στο Χαρίσειο Γηροκομείο από το Διευθυντή του Γηροκομείου κ. Ι. Ταγαράκη μετά από την προτροπή της κ. Αντιδημάρχου της πόλης μας κ. Α. Κολοβού. Κάθε Τρίτη πρωί 9.00-10.00 γίνονται ομιλίες, συνήθως από την Πρόεδρο της Εταιρείας κ. Μάγδα Τσολάκη, που έχουν ως στόχο την ενημέρωση των Επιστημόνων υγείας, των συγγενών και των ασθενών καθώς και όλων των εθελοντών.

Κάθε ημέρα δε υπάρχει πρόγραμμα και για τους ασθενείς-μέλη της Εταιρείας αλλά και τους ηλικιωμένους του Γηροκομείου: Φυσικοθεραπεία (Τετάρτη και Πέμπτη), Ομάδες Στήριξης (Δευτέρα, Τρίτη και Παρασκευή) Εκτίμηση των προβλημάτων τους από Ειδικούς επιστήμονες Υγείας.

ΚΕΝΤΡΑ ΗΜΕΡΑΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ

Τα Κέντρα Ημέρας είναι ένας πρωτοποριακός θεσμός που εφαρμόζεται σε χώρες όπου το σύστημα περίθαλψης των ηλικιωμένων ασθενών με άνοια είναι πολύ ανεπτυγμένο. Στη χώρα μας το πρώτο Κέντρο Ημέρας λειτούργησε από τη Μονάδα Φροντίδας Ηλικιωμένων Relax Palace στο Μαρούσι το 1998. Ο σκοπός ενός κέντρου ημέρας είναι πρωταρχικά η ανακούφιση των συγγενών/ φροντιστών των ηλικιωμένων προσφέροντας μια ολιγόωρη ανάπαυση από τα βάρη της φροντίδας καθώς και καλύτερη περίθαλψη των ηλικιωμένων ασθενών.

Τα Κέντρα Ημέρας προσφέρουν στους συγγενείς των ηλικιωμένων μία εναλλακτική λύση σε μερικά από τα προβλήματα που δημιουργεί η μακρόχρονη φροντίδα ηλικιωμένων ασθενών με άνοια στο σπίτι. Ο ηλικιω-

μένος και η ηλικιωμένη δεν χρειάζεται να μένουν μόνοι στο σπίτι, ούτε χρειάζονται κάποιο ξένο να τους φροντίζει. Μπορούν να πηγαίνουν με τη βοήθεια του συγγενή τους σε ένα οργανωμένο πλαίσιο και να απασχολούνται, να διασκεδάσουν και να υποστηρίζονται ψυχολογικά για μερικές ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Μεταξύ των υπηρεσιών που προσφέρονται είναι η ιατρική εξέταση, η φροντίδα από ειδικευμένο νοσηλευτικό προσωπικό και η διατροφή. Με την ευκαιρία της παραμονής στο Κέντρο Ημέρας καλύπτονται και οι ανάγκες προσωπικής καθαριότητας και μπάνιου, εφ' όσον βέβαια το επιθυμεί ο φροντιστής.

Εκτός όμως από την περίθαλψη των ηλικιωμένων, το Κέντρο Ημέρας συντείνει στην ανακούφιση των συγγενών των ηλικιωμένων οι οποίοι αισθάνονται παγιδευμένοι στο ρόλο του φροντιστή. Έναν ρόλο που πολλές φορές δεν επιλέγουν αλλά ο οποίος είναι μακρόχρονος, κουραστικός αλλά και επώδυνος. Στο Κέντρο Ημέρας οι φροντιστές στηρίζονται ψυχολογικά και ουσιαστικά. Μπορούν να μάθουν τρόπους αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων, αλλά και νέους τρόπους επικοινωνίας και επαφής με τους αγαπημένους τους που έχουν γνωστικά ελλείμματα.

Το Κέντρο Ημέρας μπορεί να καθυστερήσει την εισαγωγή του ασθενούς σε μία μονάδα φροντίδας ηλικιωμένων προσφέροντας φροντίδα στον ασθενή και σημαντική βοήθεια, ανακούφιση και συμπαράσταση στον συγγενή φροντιστή. Αποτελεί λοιπόν τρόπο αντιμετώπισης ενός μεγάλου κοινωνικού προβλήματος και άρα προσφορά στο κοινωνικό σύνολο.

Δρ. Κωνσταντίνος Π. Προύσκας
Ψυχολόγος, Διδάκτωρ Γεροντολογίας
Relax Palace, Μονάδα Φροντίδας Ηλικιωμένων, ΜΑΡΟΥΣΙ
Τηλ. 8022912, 8025125, 8026615
Email: <prouskas@otenet.gr>
http://www.forthnet.gr/relax_palace

Φροντίζοντας έναν ανοϊκό ασθενή

Φροντίζω έναν ανοϊκάσθενή σημαίνει φροντίζω ένα αγαπημένο μου πρόσωπο. Όταν όμως άρρωστοι με προχωρημένη νόσο αδυνατούν να εκφραστούν τόσο με λόγια όσο και με κάποιον άλλο τρόπο –την έκφραση του προσώπου, τις χειρονομίες– τότε συχνά οι περιθάλποντές τους δεν μπορούν να τους δουν σαν ζωντανά πρόσωπα. Άλλοι όμως περιθάλποντες θεωρούν πάντα δεδομένο ότι μια ανθρώπινη ύπαρξη είναι φυλακισμένη μέσα στο τραυματισμένο μυαλό του ανοϊκού αρρώστου. Αυτό το σύντομο σημείωμα αποσκοπεί στο να βοηθήσει τους περιθάλποντες να δεχθούν και να βιώσουν τους ανοϊκούς ασθενείς σαν πολύτιμες ανθρώπινες υπάρξεις και όχι σαν ανούσια αντικείμενα, χωρίς περιεχόμενο και αξία.

Πότε-πότε ο ανοϊκός άρρωστος εμφανίζει φωτεινά διαλείμματα, επεισόδια διανοητικής διαύγειας μικρής συνήθως διάρκειας. Αρκετοί περιθάλποντες αναφέρουν ότι αυτά τα ζωντανά διαλείμματα, διευκολύνουν σημαντικά την προσπάθειά τους να επικοινωνήσουν με έναν άρρωστο που συνήθως δεν αντιδρά καθόλου ή αντιδρά λανθασμένα στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος. Ακόμη κι έτσι όμως ο ανοϊκός ασθενής αισθάνεται βαθειά και ουσιαστικά ότι ένα αγαπημένο πρόσωπο ενδιαφέρεται και φροντίζει τις ανάγκες του, συναισθηματικές και υλικές.

Συχνά γιατροί και περιθάλποντες έχουμε την αίσθηση ότι πίσω από το ανέκφραστο και βωβό προσωπίο του ανοϊκού ασθενούς, υπάρχει κάτι σημαντικό, μία ουσία που καθέννας μας ερμηνεύει ανάλογα με την βιοθεωρία του. Για τον χριστιανό, όποιος φροντίζει έναν ασθενή με προχωρημένη άνοια φροντίζει τον ίδιο τον Χριστό που είναι πεινασμένος, γυμνός και άρρωστος (κατά Ματθαίον 25: 35-36). Μπορούμε επίσης να δού-

με τον ανοϊκό σαν ένα μουσικό που καλείται να παίξει ένα κατεστραμμένο μουσικό όργανο.

Όταν ο περιθάλποντας πεισθεί ότι πίσω από την μάσκα υπάρχει “κάποιος”, γίνεται ουσιαστική η ανάγκη του να αποκαταστήσει επαφή μ’ αυτόν τον άγνωστο “κάποιο”. Ποιο είναι όμως αυτό το πρόσωπο; Υπάρχει ο κίνδυνος ο περιθάλποντας να ερμηνεύσει λανθασμένα και ανεξέλεγκτα τον κατακερματισμένο λόγο και τα ελάχιστα εκφραστικά μέσα του ανοϊκού αρρώστου. Είναι σημαντικό να μην ξεχνάμε ότι πίσω από κάθε συμπεριφορά υπάρχει πάντα μια εμπειρία. Κάθε άρρωστος υγιής ή ανοϊκός, αποτελεί μια ιστορία: γεννήθηκε, μεγάλωσε, θυμάται το παρελθόν, ζει στο παρόν και περιμένει το μέλλον. Οι πιο πολλοί μπορούμε να διαχειριζόμαστε τις καταστάσεις του παρόντος, με τη βοήθεια των αναμνήσεών μας και των μελλοντικών προσδοκιών μας· έργο ιδιαίτερα δύσκολο για έναν άνθρωπο με διαταραγμένη αντίληψη του χρόνου. Με αγάπη, νηφαλιότητα και ενδιαφέρον, ο περιθάλποντας μπορεί να βοηθήσει τον άρρωστο που ψάχνει απελπισμένα στα σκοτάδια της μνήμης του. Όταν ένας ανοϊκός κοιτάζει τον περιθάλποντά του και τον ρωτά με φοβισμένη φωνή “Είσαι γερμανός αξιωματικός;” εκπέμπει διαφορετικό μήνυμα από όταν ρωτάει γλυκά “Είσαι η μητέρα μου, έτσι δεν είναι;”

Για να βοηθήσουμε έναν ανοϊκό πρέπει να λάβουμε υπ’ όψη μας τις ανάγκες και τις επιδιώξεις, ενός υγιούς ατόμου της ίδιας ηλικίας. Ο υγιής γέρος κοιτάζει πίσω στη ζωή του και θυμάται. Θέλει να αποδεχθεί το παρελθόν και να συμφιλιωθεί μαζί του. Δέχεται το γεγονός ότι ο θάνατος πλησιάζει και ψάχνει να βρει τι γίνεται μετά τον θάνατο. Ακόμη και για τους υγιείς διανοητικά ανθρώπους αυτό το έργο, ο χειρισμός της

“τελευταίας κρίσης” είναι εξαιρετικά δύσκολο. Για τους ανοϊκούς ασθενείς είναι ακατόρθωτο. Οι περιθάλποντές τους πρέπει να θυμηθούν να αξιολογήσουν το παρελθόν και να προετοιμαστούν για το θάνατο στη θέση τους. Γι’ αυτό και οι περιθάλποντες πρέπει να παρακολουθούν στενά τις αντιδράσεις του αρρώστου και με δημιουργική φαντασία να του μεταδίδουν την αίσθηση της πληρότητας και της δικαίωσης που χρειάζεται απεγνωσμένα για να επιβιώσει προς το παρόν και να πεθάνει ειρηνικά.

Ο ανοϊκός σίγουρα μοιράζεται τα αισθήματα του περιθάλποντά του και του στέλνει συνέχεια το μήνυμα “Πρέπει να είσαι πλήρης, ήσυχος και ευτυχισμένος για να είμαι κι εγώ έτσι”. Όποιος αντιμετωπίζει την φροντίδα του ανοϊκού σαν μια βαρετή και κουραστική απασχόληση, δυσανασχετεί, κουράζεται εύκολα και παραπονιέται συνεχώς. Οι περιθάλποντες όμως που βιώνουν τον ανοϊκό συγγενή τους σαν μία μοναδική και πολύτιμη ανθρώπινη ύπαρξη, βρίσκουν δικαίωση ζώντας μαζί του, αγαπώντας τον και ικανοποιώντας τις ανάγκες του.

Δρ Βούλα Σαγκά
Νευρολόγος - Ψυχίατρος
Ιατρείο Άνοιας
Νευρολογική Κλινική
NIMTS



Κρεβάτι που έκανε σύζυγος ασθενή με Νόσο Alzheimer

Προς Γραμματέα Ελλ. Εταιρείας Νόσου Alzheimer & συναφών διαταραχών

Αγαπητή κα Ευφρααμίδου Ευδοξία, Έλαβα την απόδειξη των 5.000 δρχ. για συνδρομή έτους 1999, καθώς και πρόσκληση για το 1ο Συνέδριό σας. Λυπάμαι που δεν μπορώ να παρευρεθώ.

Κα Ευφρααμίδου, από αρμόδιο φορέα της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer θα ήθελα μία απάντηση στην εξής απορία μου. Συνοπτικά σας γνωρίζω. Ήμουν παντρεμένος. Το 1993 χωρίσαμε, όμως δεν σταματήσαμε να επικοινωνούμε είτε τηλεφωνικά ή σε κάποια θάλασσα. Το 1997 αποφασίσαμε να ξανασυναντηθούμε και το 1998 ζούσαμε μαζί παρά την αντίθεση των συγγενών της. Τυπικά ήμασταν χωρισμένοι. Κάποια στιγμή διαπίστωσα ότι έκανε πολλά λάθη σε λογαριασμούς, κλπ. Τότε την πήγα σε φίλο μου γιατρό Παθολόγο, ο οποίος κάτι διαπίστωσε και μας έστειλε σε φίλη του γιατρό, την κα Μπασιμπαγλή Ουρανία, η οποία μας έστειλε να κάνουμε διάφορες εξετάσεις (ηλεκτ/φωμα κλπ.). Είπε τι φάρμακα πρέπει να παίρνει και άρχισε ένας άλλος τρόπος ζωής. Από τότε την πήρανε από κοντά μου και δεν την αφήνουν να την παίρνω να πάμε μια βόλτα μαζί. Ξέρω πόσο με αγαπάει. Ξέρει πόσο θέλω να είμαι κοντά της. Όταν παίρνω τηλέφωνο, έχουνε δασκαλέψει την γυναίκα που είναι μαζί της και μου λέει ψέματα ότι λείπει. Όταν το σηκώνει εκείνη μιλάμε ωραία, αλλά ολοφάνερα φοβισμένη.

Θέλω να μάθω από κάποιον ειδικό, εάν κάνει κακό ή καλό να συναντιέται μαζί μου, να πηγαίνουμε περίπατο για αναψυχή, φαγητό, κλπ.

Την γνώμη του ειδικού σας, γνωρίζω, με απόλυτη ειλικρίνεια, θα την στείλω στους συγγενείς της, μαζί με αντίγραφο της παρούσας επιστολής μου.

Σας γνωρίζω επίσης, ότι η ανωτέρω απορία μου - ερώτηση, μπορεί να γίνει γνωστή στο Συνέδριό σας. Δεν έχω καμία αντίρρηση.

Φιλικότατα, Τάσος Στεφανίδης



Η απάντηση

Αγαπητέ κ. Στεφανίδη

Διάβασα με προσοχή πολλές φορές το γράμμα σας. Είναι ένα γράμμα γεμάτο οδύνη. Πιστεύω ότι το να βρίσκεστε κοντά στη γυναίκα σας είναι πολύ χρήσιμο αλλά και απαραίτητο γι' αυτή. Είναι γνωστό ότι το συναίσθημα εγκαταλείπει αυτούς τους ασθενείς τελευταίο και επομένως και αντιλαμβάνεται τις εκδηλώσεις αγάπης σας αλλά και μπορεί να εκδηλώσει την αγάπη της με όποιο τρόπο μπορεί σε σας. Για αυτό μη σταματάτε να εκφράζετε την αγάπη σας με όποιο τρόπο εσείς μπορείτε.

Προσπαθήστε να πείτε στους συγγενείς της ότι η παρουσία σας είναι πολύτιμη για την πρώην γυναίκα σας αλλά και για τους ίδιους γιατί θα αρχίσουν να κουράζονται καθώς η ασθένεια προχωρεί. Η ασθενής θα χρειάζεται όλο και περισσότερο βοήθεια και δεν θα μείνει χρόνος να δείχνουν αγάπη, καλοσύνη, ανθρωπιά. Ο άνθρωπος με Alzheimer, όπως και κάθε άνθρωπος στον πλανήτη μας, έχει ανάγκη αυτής της κατεξοχόν ανθρωπίνης παρουσίας περισσότερο ίσως από το φαγητό, το πλύσιμο, τα καθαρά ρούχα, τον περίπατο, την επικοινωνία, την αλλαγή των παραστάσεων. Γι' αυτό μη σταματάτε να της προσφέρετε την αγάπης σας μέχρι και το τελευταίο στάδιο. Εάν αγαπάμε αυτούς μας αγαπούν δεν είναι κάτι ξεχωριστό. Εάν αγαπάμε αυτούς που δεν μπορούν πια να δείξουν την αγάπη τους όπως εμείς θα θέλαμε αυτό να αποτελεί την πεμπουσία της Ορθόδοξης Πίστης.

Με εκτίμηση, Μάργα Τσολάκη



Αγαπητή κ. Τσολάκη,

Σας ευχαριστώ θερμά για την επιστολή σας 27 Ιουλίου 2000 με τα συνοδευόμενα πρακτικά του Α Πανελληνίου Συνεδρίου για την Νόσο Alzheimer και τις εκδόσεις του περιοδικού "Της επικοινωνίας για την Νόσο Alzheimer" που επισυνάπτεται.

Θα ήθελα να σας εκφράσω τα ειλικρινή μου συγχαρητήρια και τη βαθειά μου εκτίμηση για το αξιόπαινο και θεόπευστο έργο που επιτελεί η Εταιρεία υπό την καθοδήγησή σας.

Σύμφωνα με τις οδηγίες σας, έστειλα επιταγή της Τράπεζας Κύπρου για δρχ. 5.000

στην ταμία της Εταιρείας κυρία Τεκτονίδου προς εξόφληση της οφειλής μου.

Με εκτίμηση, Κώστας Γ. Οικονόμου



Αικατερίνης Παπαργύρη του Δημ.

Κάτοικος Πτελεού Μαγνησίας

1. Στις 30-12-1999 πέρασε από την αρμόδια επιτροπή υγειονομική του Ο.Γ.Α. στην Αθήνα και κρίθηκε ανάπηρη.
2. Ο Ο.Γ.Α. ανακοίνωσε την απόφαση της επιτροπής στον αντιπρόσωπό του στο Πτελεό (κωδ. αριθμός 34018), με το υπ' αριθμ. 143738/30-12-1999 έγγραφό του.
3. Ο ανταποκριτής του Ο.Γ.Α. Πτελεού με το υπ' αριθμ. 26/6-3-2000 έγγραφο υπέβαλε στον Ο.Γ.Α. – Πατησίων 30 10170 Αθήνα – τα δικαιολογητικά συνταξιοδότησεως λόγω αναπηρίας της Αικατερίνης Παπαργύρη.
4. Η σύνταξη αναπηρίας εγκρίθηκε από 30-12-1999, αλλά δεν στάλθηκε η σχετική επιταγή προς είσπραξή της μέχρι σήμερα.
5. Ως δικαιολογία, που δεν στέλνεται η επιταγή της συγκεκριμένης ως άνω σύνταξης αναπηρίας, προβάλλεται ότι η ενδιαφερόμενη δεν έχει πληρώσει τις εισφορές της πρόσθετης ασφάλισης των ετών 1996 και 1997, που ανέρχονται στο ποσό περίπου 70.000 δρχ. που έπρεπε να είχε καταβάλει μέχρι 31.12.99.
6. Ζήτησε να καταβάλει τώρα τις 70.000 δρχ. ή να τις κρατήσουν από την εγκεκριμένη σύνταξη αναπηρίας, αλλά αρμόδιος υπάλληλος του Ο.Γ.Α. κύριος Παπαδάς τηλ. 3322300 ή 3848260 απήντησε ότι αυτό δεν γίνεται, αφού δεν κατέβαλε τις εισφορές των 70.000 δρχ. μέχρι τέλος του 1999.

Και το ερώτημα που γεννάται είναι: είναι δυνατόν σήμερα στο 2000 να υπάρχει τέτοια και τόση κοινωνική αναληγία από το σημερινό κράτος; Δηλαδή να μην μπορεί ένας ανάπηρος να εισπράξει την εγκεκριμένη από τον ΟΓΑ σύνταξη αναπηρίας επειδή δεν πλήρωσε στο ΟΓΑ 70.000 δρχ.; Επί πρόσθετα σημειώνεται: α) η Αικατερίνη Παπαργύρη του Δημητρίου πάσχει από την νόσο Αλτσχάιμερ, β) ο σύζυγός της Δημήτριος Παπαργύρης είναι ανάπηρος συνταξιούχος του Ο.Γ.Α.

*Ο συντάξας Δημήτριος Παπαργύρης
σύζυγος Αικατερίνης Παπαργύρη*

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η ιστορία αυτή έχει πολλά μηνύματα να μας δώσει: 1. Δεν θάμπρεπε να εγκαταλείπουμε τους φίλους μας ή τους συγγενείς μας όταν πάσχουν από Νόσο Alzheimer, γιατί δεν έχουν τίποτε να μας προσφέρουν ή γιατί φαίνεται ότι δεν μας γνωρίζουν πια. 2. Η συντροφιά μας τους χαρίζει όμορφες ώρες έστω και αν δε θυμούνται ότι τους επισκεφτήκαμε. 3. Ο φίλος της ιστορίας μας δεν ήξερε τι θα μπορούσε να προσφέρει στο φίλο του. Είναι ανάγκη να δικτυωθούμε στην Εταιρεία της Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών, να εκπαιδευτούμε και να προσφέρουμε ότι περισσότερο μπορούμε στους ανθρώπους μας που πάσχουν από άνοια.

Η ΚΑΤΑΓΙΔΑ

«Καθόμουν στην άκρη του μουράγιου. Ο ζωηρός άνεμος του Απρίλη έμοιαζε με γεράκι που πετούσε και γύριζε απότομα αφού είχε κατασκοπεύσει το θήραμά του, κρυμμένο σε ένα θάμνο. Ο κρύος άνεμος έκανε τα μάτια μου να δακρύνουν, καθώς κοιτούσα προς την κατεύθυνση του νερού.

“Γιατί;” φώναξα με παράπονο. Ένιωθα θυμό και απογοήτευση να κυριεύει το σώμα μου, ενώ το μυαλό μου έψαχνε να βρει μια απάντηση στο γιατί τα πράγματα του είχαν έρθει έτσι. Σήκωσα το χέρι μου και κοίταξα το ρολόι μου. Ήταν επτά και τέταρτο. Μια βδομάδα πριν, τέτοια ώρα είχε κιόλας σκοτεινιάσει. Ο άνεμος φαινόταν να αλλάζει κατεύθυνση, χωρίς κανένα σχέδιο, που να μπορούσα να αναγνωρίσω. Σκούπισα την υγρασία από το αριστερό μου μάγουλο με το δεξί μου χέρι.

“Να πάρει η ευχή!” είπα πιο δυνατά. Ήμουν τυχερός που δεν υπήρχε κανείς άλλος εκεί γύρω για να με ακούσει. Μόνο ανόητοι θα ήταν έξω με τέτοιο καιρό. Αν ήμουν ένας φυσιολογικός άνθρωπος θα ήμουν σίτι με τη γυναίκα μου ή θα δειπνούσα με μια γυναίκα και θα μιλούσαμε στο

τραπέζι για ότι συνέβη κατά τη διάρκεια της ημέρας. Παρόλα αυτά, δεν ήμουν έτσι. Ήμουν διαφορετικός. Όπως ακριβώς αυτός.

Γνώριζε ανθρώπους, απολάμβανε τη συντροφιά τους, και ήταν πάντα ενθουσιασμένος με την ιδέα να συναντήσει κάποιον που δεν είχε ξανασυναντήσει ποτέ. Υποθέτω αυτό ήταν το κοινό μας στοιχείο, ακόμα και όταν δεν γνωριζόμασταν πολύ καλά. Το ήξερα αυτό από την πρώτη κιόλας εβδομάδα που τον συνάντησα ως καθηγητή σε ένα τοπικό πανεπιστήμιο. Όμως στα επόμενα εικοσιπέντε με τριάντα χρόνια καταλάβαμε ο ένας το χαρακτήρα, τη συμπεριφορά και τις ενέργειες του άλλου και άρχισε να υπάρχει αλληλοσεβασμός μεταξύ μας.

Στο βάθος μπορούσα να δω μια μικρή βάρκα, που βρίσκονταν μισό μίλι από εκεί που στεκόμουν. Ένας μορφασμός εμφανίστηκε στο πρόσωπό μου. Η βάρκα αντιμετώπιζε δυσκολίες με τον αλλοπρόσαλλο άγριο άνεμο. Ο φίλος μου δεν μπορούσε να καταλάβει τη γοητεία που έβρισκα στο να ταξιδεύω μέσα στην καταιγίδα. Δεν ήταν έτσι αυτός. Ήθελε πάντα να είναι ήρεμος και ήξερε πότε να δράσει σε μια συγκεκριμένη κατάσταση, ενώ εγώ προσπαθούσα να βρω μια λύση. Πάντα μου έλεγε να υποχωρώ και να δέχομαι τις καταστάσεις στις οποίες οι άλλοι άνθρωποι ήταν μπλεγμένοι. Πάντα παρατούσα τις υποθέσεις ατόμων οι οποίες είχαν να κάνουν με ηθικά θέματα. Εκείνος πάντα εμφανιζόταν να έχει δίκιο στο τέλος όταν τα πράγματα ξεκαθάριζαν.

Ο κυβερνήτης της βάρκας ξαφνικά κατέβασε το πανί που είχε φουσκώσει από τον άγριο άνεμο, ο οποίος έσπρωχνε τη μικρή βάρκα με μεγάλη ταχύτητα. Η βάρκα είχε καταφέρει να διαφύγει τον κίνδυνο με αυτή την ενέργεια, όμως ο άνεμος συνέχιζε να την σπρώχνει γρήγορα προς τα εμπρός. Πόσο επιθυμούσα να ήμουν εγώ στη θέση αυτού του ανθρώπου, που προσπαθούσε να ελέγξει

αυτό το σκάφος. Πρέπει να περνούσε καταπληκτικά. Σίγουρα θα ήταν εντελώς εξαντλημένος, όταν θα έφτανε στο λιμάνι.

Έβγαλα το δεξί μου χέρι από την τσέπη του μπουφάν μου και κοίταξα ξανά την ώρα. Είχαν περάσει τριάντα λεπτά. Σε μία ώρα θα τον ετοιμάζαν για το κρεβάτι. Είχα ακόμη τουλάχιστον τριάντα λεπτά στη διάθεσή μου, πριν νυχτώσει, για να τον δω. Παρακολούθησα τη βάρκα για να δω πως πάει η μάχη της ενάντια στον άνεμο. Η βάρκα κρατούσε γερά, διατηρούσε τη θέση της αντιμετωπίζοντας τους ανέμους. Ο κυβερνήτης πρέπει να ήταν ένας επιδέξιος βαρκάρης. Όλο μου το σώμα ήταν παγωμένο, καθώς ο ψυχρός αέρας περνούσε μέσα από τα ρούχα μου.

Ο φίλος μου ήταν πολύ ικανός στο επάγγελμά του, βοηθώντας τους ανθρώπους να βοηθούν τους εαυτούς τους, αλλά τώρα κανείς δεν μπορούσε να τον βοηθήσει. Μπορούσε να γράψει αναφορές, ομιλίες και να ανατρέξει σε πληροφορίες που τροφοδοτούσαν τη γνώση του. Τώρα κανείς δεν ενδιαφερόταν. Παρόλα αυτά, θα μπορούσε πιθανόν άνετα να καταλάβει τη συμπεριφορά αυτών των ανθρώπων.

“Να πάρει!” ξέσπασα πάλι.

“Γιατί έπρεπε να συμβεί αυτό; Μουρμούρισα, σφίγγοντας τις γροθιές μου σφιχτά μέσα στις τσέπες μου. Αυτό σχεδόν πάντα συμβαίνει στους αρκετά δραστήριους και έξυπνους ανθρώπους, σκέφτηκα.

Μόλις που μπορούσα να δω τη βάρκα τώρα. “Καλή τύχη με τον άνεμο ναύτη – ελπίζω το λιμάνι σου να είναι κοντά,” σκέφτηκα.

Πήρα τρεις βαθιές αναπνοές. Μου είχε διδάξει να το κάνω αυτό ο φίλος μου για να χαλαρώνω, στα πρώτα χρόνια. Αυτό βοηθούσε, όμως συνέχιζα να έχω ανησυχία. Θα καθόταν απέναντί μου με το μεγαλύτερο χαμόγελο, βλέποντάς με τόσο ανήσυχο και χαρούμενο. Ήξερε ότι ήμουν σαν ένα τριχρονο παιδί τα Χριστού-

➔ γεννα, που περιμένει τον πατέρα για να ανοίξει την πόρτα του σαλονιού, και να δει τι έχει φέρει ο Άγιος Βασίλης.

Ανάμεσα στα φλιτζάνια του καφέ και τα μεγάλα ψημένα σάντουιτς με τυρί, που έφτιαχνε, θα μιλούσε για φιλοσοφία και θα πετούσε μερικές περιεργές σπόνδες θεολογικού περιεχομένου ή ερωτήσεις, στην τυπική συζήτησή μας, για να με κάνει να τις συμπεριλάβω στο κείμενό μου, για κάποιο λόγο που μου είναι άγνωστος. Τον περισσότερο καιρό τα λόγια του τα άκουγα χωρίς να τους δίνω ιδιαίτερη σημασία, όμως αργότερα με εξέπληξε το πώς οι πληροφορίες αυτές είχαν αποθηκευτεί στο υποσυνείδητό μου και είχαν εμφανιστεί στο βαθύτερο μήνυμα ή τη φιλοσοφία του μυθιστορήματος ή της μικρής ιστορίας, που είχα γράψει.

Η βάρκα είχε εξαφανιστεί από τα μάτια μου. Μπορούσα να δω ένα κενό στα σύννεφα που φανέρωνε ότι ο καιρός άλλαζε. Ο άνεμος ήταν πιο ζεστός τώρα. Ο άνεμος που κόπαζε σταδιακά χάιδευε το σώμα μου. Γιατί έπρεπε να πάω να δω αυτόν τον άνθρωπο; Αναρωτήθηκα. Δε θα με γνώριζε. Θα έπρεπε να του ξανασυστηθώ και να του πω ότι ήμουν φίλος του.

Τα μάτια μου περιπλανήθηκαν στον απέραντο ορίζοντα. Γιατί να είμαι ο πρώτος που είδε τα συμπτώματά του να χάνει τη μνήμη του; Αυτό ήταν ένα από τα χαρίσματά μου με τους ανθρώπους, να βλέπω πίσω από τις ενέργειές τους. Αυτό όμως ήταν δίκιο μαχαίρι. Από τη μια μπορούσα να εκτιμήσω τη συμπεριφορά ικανοποιητικά, από την άλλη όμως υπήρχε ο φόβος του να γνωρίζεις όλα τα άσχημα που μπορεί να ακολουθήσουν. Τα συμπτώματά του στην αρχή ήταν απλά πράγματα, όπως το να μη θυμάται έναν αριθμό τηλεφώνου ή να ξεχνάει ότι έπρεπε να κάνει μια συγκεκριμένη δουλειά, που είχε υποσχεθεί να κάνει.

Γύρισα και κοίταξα το φορηγάκι. Αυτό ήταν ένα από τα πρώτα πράγ-

ματα που είχε ξεχάσει να κάνει. Ήμουν κάπως χαρούμενος, αλλά δε θα ήθελε να χάνω το χρόνο που έπρεπε να γράφω, για να είμαι μαζί του. Εξάλλου αυτός μου είχε πει πως το γραφείο ήταν η ζωή μου, η επιλογή μου.

Προχωρώντας προς το παλιό φορηγάκι, τράβηξα τα κλειδιά από την δεξιά τσέπη του παντελονιού μου. Ένιωσα να γίνεται μια πάλη μέσα μου. Προσπαθούσα να τον ξεχάσω, να αποδεχθώ την κατάστασή του και την αναπόφευκτη κατάληξή της. Υπήρχε όμως ακόμα μέσα μου η αγάπη για έναν παλιό φίλο που χρειαζόταν βοήθεια. Το κενό μέσα μου ήταν μεγάλο και ήξερα πως κανένας δε θα μπορούσε να το καλύψει.

Σταμάτησα, γύρισα προς τα πίσω και κοίταξα άλλη μια φορά προς το νερό, το οποίο μόλις που διακρινόταν, και χαμογέλασα. Η πρώτη φορά που συνειδητοποίησα πόσο κοντά είχαμε έρθει, ήταν μόλις είχε πεθάνει η μητέρα του. Καθόμουν απέναντί του στο γραφείο. Ξαφνικά, εντελώς απροσδόκητα του είπα: “Πάντα θα υπάρχει μέσα σου ένα μεγάλο κενό επειδή εσείς οι δυο είχατε μια ιδιαίτερη σχέση που κανένας δεν μπορεί

να αντικαταστήσει. Δεν υπάρχει τίποτα που εγώ ή κάποιος άλλος να μπορούμε να κάνουμε για να καλύψουμε αυτό το κενό, που άφησε η μητέρα σου.

Γύρισα ξανά προς το φορηγάκι. Κρατούσα σφιχτά στο χέρι μου τα κλειδιά του αυτοκινήτου. Μπορούσα με το μυαλό μου να δω το χαμόγελο στο πρόσωπό του αφότου είχα περάσει μισή ώρα μαζί του, κάποια στιγμή στο παρελθόν. Ακόμη και αν ξεχάσε την επίσκεψή μου μόλις έφυγα, άξιζε τον κόπο να αφιερώσω λίγο από το χρόνο μου σε αυτόν τον άνθρωπο που μου είχε προσφέρει τόσα πολλά μέσα από τη φιλία μας.

Ξαφνικά πέταξα τα κλειδιά, που κρατούσα στο δεξί μου χέρι, ψηλά στον αέρα. Ένα χαμόγελο σχηματίστηκε στο πρόσωπό μου. Γνωρίζεις ένα νέο άνθρωπο κάθε μέρα, και ευχαριστείται να τους συναντάει όπως έκανε και στο παρελθόν. Μπορούσε ακόμη να είναι ευτυχισμένος κατά κάποιο τρόπο, σκέφτηκα, πιάνοντας τα κλειδιά του αυτοκινήτου. Έφυγα με το αυτοκίνητο ενώ συνέχιζα να χαμογελάω.»

Διαφορική διάγνωση των ανοιών – Κλινική Προσέγγιση

Συνέχεια από την 7η σελίδα

σταση εξελίσσεται σε άνοια που δεν διαφέρει στην κλινική εικόνα από τις άλλες άνοιες εκφυλιστικού τύπου.

Παράδειγμα 4.: Η ασθενής Ν.Μ ετών 59 παρουσιάζει διαταραχές στο λόγο μετά από μία έντονη στρεσογόνο κατάσταση. Μετά την εισαγωγή της σε Νευρολογικές Κλινικές της Θεσσαλονίκης και του Λονδίνου αντιμετωπίζεται ως ισχαιμικό αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο στο αριστερό ημισφαίριο χωρίς όμως η μαγνητική να συνηγορεί και να στηρίζει τη διάγνωση. Παρατηρείται φλοιώκη ατροφία ιδιαίτερα εξεσημασμένη στο αριστερό ημισφαίριο. Τα πρώτα χρόνια είναι πολύ λειτουργική, κάνει όλες τις δουλειές του σπιτιού, ταξιδεύει, έχοντας μόνο πρόβλημα την εκπομπή του λόγου. Ακόμη και

στα τελευταία στάδια όταν και η κατανόηση του λόγου προσβάλλεται δίνει μηνύματα στην αδελφή της με οποιονδήποτε τρόπο, μη λεκτικό, μπορεί. Π.χ. Παρακαλεί την αδελφή της να κάνει ένα Κέικ για τα παιδιά της γιατρού που την επισκέπτεται. Στην πορεία η κλινική της εικόνα δεν διέφερε από την εικόνα των άλλων εκφυλιστικών ανοιών στα τελευταία στάδια. Η κλινική διάγνωση που επιβεβαιώνεται με την νευροαπεικόνιση είναι η πρωτοπαθής προοδευτική αφασία. Η διάγνωση αυτή επιβεβαιώθηκε και ιστολογικά από την ομάδα του Μ. Mesulam στο Σικάγο, όταν η ασθενής πέθανε και ο εγκέφαλός της εστάλη στο εργαστήριο της ομάδας που για πρώτη φορά έθεσε τη διάγνωση αυτή.

Μάγδα Τσολάκη

Η ΔΙΚΗ ΜΑΣ ΙΣΤΟΡΙΑ

Πώς ενδεχομένως ξεκίνησε:

Προ 15ετών περίπου εργαζόμουν τα απογεύματα στο Μοσχάτο σε μια Υπηρεσία του Υπουργείου Παιδείας. Τα πρωινά ήμουν στην Τράπεζα. Ερχόταν κάθε μεσημέρι από την Αγία Παρασκευή, όπου μέναμε, με το αυτοκίνητο να μου φέρει φρεσκομαγειρεμένο φαγητό και πηγαίναμε στην απογευματινή μου δουλειά. Συνήθως καθόταν μαζί μου ως το βράδυ, διαβάζοντας ή κάνοντας κανένα εργόχειρο και γυρίζαμε μαζί στο σπίτι. Άλλοτε πάλι είχε το πρόγραμμά της να πάει σε καμιά διάλεξη, κανένα κοντσέρτο, σε καμιά έκθεση. Έτσι λοιπόν, ένα απόγευμα έφυγε, παίρνοντας το λεωφορείο και όταν έφθασε στην Ομόνοια, άρχισε να περπατάει μηχανικά και ξαφνικά έχασε τον προσανατολισμό. Θορυβημένη με παίρνει τηλέφωνο στο Γραφείο και με τρεμάμενη φωνή, έτοιμη να βάλει τα κλάματα μου λέει: “Χάθηκα, δεν ξέρω πού βρίσκομαι, πού θέλω να πάω, τι να κάνω;” Την καθησύχασα και την ρώτησα πώς λέγεται ο δρόμος όπου είναι. Μου λέει “εδώ που βρίσκομαι βλέπω μια πινακίδα που λέει *Χαλκοκονδύλη*”. Της είπα να προσπαθήσει να ηρεμήσει και θα συνέλθει διότι δεν έχει χαθεί, σωστά πηγαίνει. Αφού έλειψε το τηλέφωνο, ύστερα από λίγο συνήλθε και δεν πήγε μετά το σοκ που έπαθε στην εκδήλωση που ήθελε να πάει, αλλά κατευθείαν στο σπίτι απ’ όπου και με πήρε πάλι στο τηλέφωνο για να μου πει ότι έφθασε καλά.

Αυτή την αναστάτωση την έπαθε, αν θυμάμαι καλά άλλη μια φορά, χωρίς όμως να με ενοχλήσει, το ξεπέρασε μόνη της.

Τώρα αφότου παίρνει το Agicert των 5 mg (συγκεκριμένα από τις 30 Μαΐου) θα μπορούσε κανείς να πει ίσως ότι είναι κάπως πιο ήρεμη, πιο υπάκουη, και τώρα τελευταία πιο συναισθηματική με την έννοια ότι δείχνει κάποια αυξημένη τρυφερότητα. Όταν λείπω για ώρες από το σπίτι (πηγαίνοντας στην Αθήνα για δουλειές) είναι ανήσυχη και ρωτάει συνέχεια “που είναι, που έχει πάει;” Βέβαια ό,τι και αν της απαντήσει κανείς σου λέει “δεν καταλαβαίνω”. Και όταν έρχομαι, πε-

τάγεται αμέσως, όπου και αν βρίσκεται, έρχεται με αγκαλιάζει, με φιλάει αριστερά και δεξιά και ρωτάει “πού είχες πάει, εκεί μέσα-μέσα, πολύ μέσα;” Ξαν να αισθάνεται μια ανασφάλεια όταν δεν είμαι κοντά της, μια ανησυχία.

Κάθε πρωί σηκωνόμαστε στις 8 η ώρα, την πλένει, την καθαρίζει η γυναίκα και την ντύνει. Μετά στις 8.30 τρώει το πρωινό της (2-3 μπισκότα διάφορα, ένα ποτήρι γάλα άπαχο μαζί με το Agicert) και μετά κάθεται στην πολυθρόνα της καμιά ώρα με το ζόρι και ζητάει να φύγουν με τη γυναίκα, να πάνε στην καφετέρια κατά τις 9.30. Αυτό έχει καθιερώσει εδώ και 2-3 χρόνια που είναι άρρωστη. Εξάλλου είναι και η μόνη βόλτα που κάνει και έτσι περπατάει γύρω στο 1,5 χλμ. την ημέρα. Εκεί τρώει ένα τوست και γυρίζει πάλι σπίτι. Μόλις φθάσει, ύστερα σχεδόν από μια ώρα, γδύνεται αμέσως, διότι δείχνει κουρασμένη από το περπάτημα και πέφτει κατευθείαν στο κρεβάτι. Εξάλλου δεν έχει τι να κάνει εκτός από λίγο πιάνο που παίζει το πρωί για να περάσει η ώρα και άλλες 5-6 φορές την ημέρα ως το βράδυ όταν σηκώνεται από το κρεβάτι και σηκώνεται μέχρι και 10 φορές. Όσες φορές τυχαίνει να μπω για κάτι στην κρεβατοκάμαρα, όποια ώρα και αν είναι, με φωνάζει “ναι, ναι, έλα-έλα εκεί μέσα” και δείχνει το διπλανό, δηλ. το δικό μου κρεβάτι. Μόλις πέφτω εγώ, είτε το μεσημέρι, είτε το βράδυ, κοιμάται αμέσως, ενώ μέχρι εκείνη την ώρα είναι συνήθως ξύπνια, γι’ αυτό και σηκώνεται κάθε τόσο και με φωνάζει. Τις περισσότερες φορές όταν σηκώνεται, πάει κατευθείαν και κάθεται στο τραπέζι και ζητάει να της δώσουμε να φάει, και ας έχει φάει πριν από μισή ώρα. Έχει χάσει την αίσθηση του χρόνου, ενώ μέχρι πριν από 6-8 μήνες κοιτούσε πάντοτε το ρολόι της. Πήγαινε 10.00 η ώρα, έφευγε στο καφενείο (αυτό στο Πύργο), πήγαινε 1.00 η ώρα μεσημέρι “άντε, έλα, πάμε!” (πηγαίναμε στο εστιατόριο εκεί και τρώγαμε). Τώρα πάει, ναι μεν δεν αποχωρίζεται το ρολόι της, αλλά το φοράει από συνήθεια πλέον.

Προτού αρρωστήσει το σωματικό της βάρος ήταν σταθερά 62 κιλά· σημε-

ρα είναι 74-75. Το μεσημέρι τρώει κανονικό πιάτο φαγητό, χωρίς ψωμί, το απόγευμα στις 6.00 μια πλούσια φρουτοσαλάτα και το βράδυ, αν ζητήσει, ή ένα πιάτο χόρτα ή ένα γιαούρτι με 0% λιπαρά.

Κάθε Κυριακή πηγαίνει στην εκκλησία. Βέβαια πρέπει να της πούμε ότι είναι Κυριακή, αλλά και μεσοβδόμαδα ρωτάει τακτικά: “Πότε θα πάω εκεί-εκεί;” δείχνοντας το πορτοφόλι της με τα κέρματα. Δείχνει μεγάλη ευχαρίστηση και χαρά όταν πάει στην εκκλησία. Εκεί βέβαια ανάβει κεριά, προσκυνάει μία-μία τις εικόνες και κάθεται μέχρι τέλος της λειτουργίας που σχολάει η εκκλησία. Επιχειρεί να μπει στο ιερό, μπορεί να φιλήσει τον παπά στο πρόσωπο. Μέχρι πρότινος μου έφερνε αντίδωρο από την εκκλησία. Τώρα τελευταία φέρνει κεριά στην τσάντα της.

Είναι πολύ τακτική με τα πράγματα της και ό,τι βλέπει στο σπίτι και δεν είναι στη θέση του τα τακτοποιεί. Όταν βγάζει τα ρούχα της, τα διπλώνει και τα ακουμπάει στην καρέκλα της ή τα κρεμάει. Όταν βγάζει το πουλόβερ της το γυρίζει από την καλή και τα μανίκια. Μόλις σηκωθεί από το τραπέζι σηκώνει το πιάτο της, τα μαχαροπίρουνά, το ποτήρι, την πετσέτα και τα πάει στο νεροχύτη.

Χαρτοπετσέτες και χαρτομάνδηλα τα βάζει στο στόμα της και τα μασάει μετά βγάζει τον πολτό και τον πετάει. Επίσης στο δρόμο συνηθίζει να κόβει φύλλα από θάμνους, από δέντρα, τα βάζει στο στόμα της και τα μασάει. Δεν τα καταλαβαίνει όμως. Επίσης εκεί που είναι στο κρεβάτι και δεν κοιμάται, παίρνει στο στόμα της την άκρη της θήκης του παπλώματος και το μασουλάει.

Εκείνο που είναι περίεργο είναι ότι απεχθάνεται τρομερά το νερό. Όλο γκρίνια και αντίδραση είναι, καθώς και στο σκούπισμα, όταν την πλένουμε. Δυσάρεστο είναι ακόμη ότι εδώ και δύο χρόνια περίπου έχει σταματήσει να πλένει τα δόντια της.

Τώρα τελευταία παρουσιάζει αρκετά συχνά ενούρηση, όχι στο κρεβάτι, διότι πάει συχνά στην τουαλέτα αλλά στο εσώρουχό της. Καμιά φορά σηκώνεται από το κρεβάτι για να πάει

➔ στην τουαλέτα κάνει 2-3 βήματα, σταματάει και μετά συνεχίζει. Εν τω μεταξύ όμως βγάζει λίγα ούρα με αποτέλεσμα να έχει βραχεί. Περιορίζω αυτό μόνο την ημέρα, ενώ τη νύχτα που σηκώνεται 3-4 φορές για την τουαλέτα, δεν το παθαίνει ποτέ, είναι στεγνή. Την ημέρα βέβαια την παρακολουθούμε και πάμε κοντά της είτε σηκώνεται από το κρεβάτι ή πάει ξανά να ξαπλώσει. Την αναγκάζουμε, θέλει δεν θέλει, να πάει στην τουαλέτα.

Όταν τυχαίνει να τηλεφωνούν, μου παίρνει το ακουστικό από τα χέρια, το βάζει στο αυτί τις και, χωρίς να περιμένει να ακούσει τον άλλον, αρχίζει και γελάει και λέει “Χαρούλα μου εσύ είσαι, τι κάνεις, έλα χρυσό μου” και γελάει συνέχεια και ας της λέει όποιος είναι στην άλλη άκρη, είτε άνδρας, είτε γυναίκα, ότι “δεν είμαι η Χαρούλα” (ακόμα και ο αδελφός της όταν είναι ή η αδελφή της, δεν τους αναγνωρίζει, ούτε ονόματα ξέρει, εκτός από το όνομα της κόρης μας), εκείνη εξακολουθεί να γελάει και να λέει “ναι Χαρούλα μου τι κάνεις, καλά είσαι;” Η κόρη μας (μοναχοκόρη) λείπει έξω σχεδόν 20 χρόνια με διδακτορικά, διάφορες υποτροφίες, συνέδρια κλπ. Τώρα βέβαια είναι παντρεμένη και ζει έξω, έχει και δυο παιδιά και είναι καθηγήτρια στο πανεπιστήμιο της Romen, έξω από το Παρίσι. Εννοείται βέβαια ότι δύο φορές τουλάχιστον το χρόνο συναντιόμαστε, είτε έρχεται εκείνη για τις διακοπές, ή μέχρι και πέρσι, πηγαίναμε εμείς και μέναμε κοντά της. Τώρα πλέον δεν αποτολμώ να πάρω την γυναίκα μου και να ταξιδέψουμε έξω. Πέρσι όλα πήγαν μια χαρά παρόλο που δεν πολυκαταλάβαινε.

A. Αθήνα



ΔΥΟ “ΜΩΡΑ” ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ

Ιούλιος του 2000. Η ζέστη ήταν αφόρητη, κι εγώ κλεισμένος μέσα στο σπίτι, με κατάκλειστες πόρτες και παράθυρα, από τον μεγάλο καύσωνα, αναζητούσα λίγη δροσιά με τον ανεμιστήρα που δούλευε ασταμάτητα.

Μέσα σ’ αυτό τον καύσωνα κτύπησε το τηλέφωνο. Ήταν η κόρη μου που μου ζητούσε μια βοήθεια για τα παιδιά της την Σοφία, που έχει το όνομα της συζύγου μου και τον Χάρη.

Αν δεν μου το ζητούσε για τα αγαπημένα εγγονάκια μου δεν θα τολμούσα να αφήσω έστω αυτή την λίγη υποτιθέμενη δροσιά για να βγω στους πυρακτωμένους δρόμους με την άσφαλτο να λειώνει κάτω από τα πόδια μου.

Να πάρω το αυτοκίνητο ήταν αδύνατο οι λαμαρίνες του έκαιγαν. Με τα πόδια ήταν μακριά για τον λόγο αυτό προτίμησα να πάρω το παλιό αλλά αχώριστο ποδήλατό μου.

Λίγο πιο πέρα είδα δύο “μωρά”, μόλις τα είδα κατάλαβα ότι είχαν χαθεί. Τα πλησίασα και τα ρώτησα που μένουν. Μέσα από αναφιλητά η Ελένη, γιατί ο Απόστολος που ήταν πιο μεγάλος είχε μεγάλα προβλήματα υγείας, μου είπε ότι δεν ήξεραν τον δρόμο για το σπίτι τους. Ο Απόστολος καθόταν στο πεζοδρόμιο δίχως μιλά. Φαινόταν εξαντλημένος και ζούσε σ’ ένα κόσμο σιωπηλό. Με πολύ κόπο και υπομονή δική μου, η Ελένη μου είπε ότι το σπίτι τους είναι σε μια πολυκατοικία στην τάδε οδό και ότι κανείς δεν ήξερε να τους βοηθήσει. Η κυρία Αγγέλα, συγγενής πρώτου βαθμού που τους φρόντιζε εργάζεται μέρα και νύχτα στα προάστια του Βόλου για να μη τους λείπει τίποτα και αυτοί αναγκαστικά έμεναν όλη την ημέρα μόνοι τους. Βγήκαν για μια βόλτα εκεί κοντά αλλά δεν μπόρεσαν να βρουν τον δρόμο της επιστροφής. Δεν γνώριζα αυτό τον δρόμο αλλά δεν μπορούσα να τους αφήσω δίχως να βοηθήσω. Στον δρόμο δεν υπήρχε ψυχή, αυτοκίνητα δεν περνούσαν και τα δύο μωρά, από την πολύωρη περιπλάνηση στην κάψα του καλοκαιριού, ήταν έτοιμα να καταρρεύσουν.

Πήρα από το κινητό μου τηλέφωνο την Αστυνομία, τους εξήγησα σχετικά και ζήτησα να με πληροφορήσουν πού βρίσκεται η συγκεκριμένη οδός για να τους πάω στο σπίτι τους, και να γλιτώσουν από την τρομερή ζέστη. Από την αστυνομία με κατατόπισαν και με την βοήθεια κάποιων γειτόνων μπόρεσα να βρω την πολυκατοικία τους. Τους πήρα από το χέρι, η Ελένη συνεχώς με ευχαριστούσε για την βοήθειά που τους προσέφερα με πληροφόρησε ότι κανείς άλλος δεν στάθηκε να τους βοηθήσει.

Κατά διαστήματα, παρά το γεγονός

ότι το διαμέρισμα ήταν κοντά κάναμε πολλές στάσεις για να ξεκουραστεί ο Απόστολος, που όπως σας είπα πιο πάνω είχε μεγάλα προβλήματα υγείας. Το διαμέρισμα ήταν στο ισόγειο της Πολυκατοικίας και η πόρτα ήταν ορθάνοικτη.

Πριν φύγω έμαθα από την γειτονιά ότι **τα μωρά** αυτά, χάνονται τακτικά και πάντα κάποιος τα φέρνει πίσω γιατί η Αγγέλα πρέπει να δουλέψει εντατικά για να τα συντηρήσει γιατί δεν έχει άλλη βοήθεια.

“Η Ελένη και ο Απόστολος” Τα δύο μωρά είναι δυο συμπαθή γεροντάκια που η άνοια τα κάνει να συμπεριφέρονται σαν μωρά. Ο **Κύριος Απόστολος** είναι 88 και η **Κυρία Ελένη** είναι 74 ετών πάσχουν δε από άνοια, τα φροντίζει η κόρη τους κυρία Αγγέλα που αναγκάζεται να αφήνει μόνους του γονείς της για να μπορέσει να τους φροντίσει.

Η Πολιτεία αδιαφορεί για αυτούς και κυρίως για τον κύριο Απόστολο που έλαβε μέρος σε τρεις πολέμους και ξεσπιτώθηκε, κατ’ επανάληψη, ενώ την ίδια εποχή άλλοι θησαύριζαν ως μανραγορίτες, σαν συνεργάτες των κατακτητών και σαν αυτοεξόριστοι στην Ευρώπη, στην Αμερική ή και στο Παράτασμα.

- Πού είναι η Πολιτεία να του προσφέρει βοήθεια της τώρα που την χρειάζεται;
- Δεν γνωρίζουν οι ανάλητοι αρμόδιοι κρατικοί καρεκλοκένταυροι (είδε αναρμόδιοι) ότι οι υπερήλικες δικαιούνται στοργής;
- Δεν γνωρίζουν ότι οι υπερήλικες με άνοια συμπεριφέρονται σαν **ανήμπορα μωρά; και ότι η φροντίδα τους πρέπει να είναι τακτική και συνεχής;**
- Πού είναι οι **κατ’ ευφημισμό** φιλανθρωπικοί σύλλογοι για να δώσουν ένα χέρι βοήθειας;
- Πού είναι οι ευαισθητοποιημένοι σύλλογοι και **κατ’ επέκταση** τα ευαισθητοποιημένα άτομα που σπεύδουν στα διάφορα παράθυρα των Καναλιών και δείχνουν την ευαισθησία τους όταν θίγονται τα δικαιώματα των ζώων ή κακοποιούνται τα σκυλιά, οι γάτες, οι χελώνες, γεράκια ή οι φώκιες;

➔ Προ μηνών σε όλα τα κανάλια αναφέρθηκε η τραγική είδηση ότι σε ένα αγαπημένο ζευγάρι στην περιοχή της Θεσσαλίας, ο υπέργηρος σύζυγος σκότωσε την σύντροφό του και μετά αυτοκτόνησε γιατί αδυνατούσε να φροντίσει την κατάκοιτο σύζυγό του, την οποία δεν μπορούσε να την βλέπει να βασανίζεται.

Αυτοί όλοι οι αδιαφορούντες, όπλισαν το χέρι του συμπαθούς γεροντάκου, ο οποίος σκότωσε την γυναίκα του που υπεραγαπούσε,

Λιάπης Αριστείδης - Βόλος



ΝΑ ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ (ALZHEIMER)

Ζούσαμε αρμονικά κι ευτυχισμένα χωρίς καν πρόβλημα να μας σκιάζει σιγά - σιγά τα πρόσωπα τ' αγαπημένα η μνήμη σου για πάντα έξω τα βγάζει **Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια** Οι δεξιότητες σου σε παράτησαν τα μάτια σου δεν είναι πια σπινθηροβόλα

οι διάλογοί μας σταμάτησαν τα λόγια σου επάψαν τα κεραυνοβόλα **Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια** Για αυτοεξυπηρέτηση δεν έχεις ικανότητα

τα ρούχα ανάποδα φοράς δεν έχεις πλέον την παλιά σου οντότητα τα εγγόνια σου σαν ξένα τα κοιτάς

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Μες τα δωμάτια συνέχεια βηματίζεις τριγυρίζεις τις κάμαρες στο σπίτι ξεχνούσες κάθε τι που πρώτα γνώριζες σαν να ήσουν πιασμένη σ' ένα δίχτυ

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Πάντα με τάξη έβαζες, στη θέση του το κάθε τι

μα έφθασες να έχεις, μια ακαταστασία όλοι όσοι σε γνώριζαν γιατί ήσουν τακτική

για σένα τώρα απορούν που είχες φαντασία

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Σε έχουν εγκαταλείψει οι αισθήσεις σε τίποτα πια δεν αντιδράς συχνά παρουσιάζεις παραισθήσεις σαν ξένους πάντα μας κοιτάς

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Στην πολυθρόνα κάθεσαι πλέον παθητικά

εμάς τους γύρω σου κανένα δεν γνωρίζεις

και το κρεβάτι δέχεσαι καρτερικά

τα μάτια σου καμιά φορά σε μας γυρίζεις

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Κοιτάς αμήχανα και δεν καταλαβαίνεις γι' αυτό και πάλι θα στο πω πως την φροντίδα που προσμένεις σου την προσφέρω γιατί σε αγαπώ

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Η Παναγία μας που είδε το παιδί της να κρέμεται επάνω στον σταυρό δύναμη μου έδωσε μαζί με την ευχή της για να μπορώ να σε υπηρετώ

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Σε Εκκλησιά δεν πάω για να προσευχηθώ

να κάνω τον σταυρό μου σαν κάθε Χριστιανός

γιατί αν ατύχημα συμβεί, θα στεναχωρηθώ

τις τύψεις μου να αντέξω δεν είμαι ικανός

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Αυτά που σου εστέρησε η άσπλαχνη αρρώστια

θα σου τα δώσω αγάπη μου εγώ και το μπορώ μέσα στα τόσα βάσανα θ' αντέξω άλλα τόσα

ο Θεός, μου δίνει δύναμη, γι αυτό δεν απορώ

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Θα σε φροντίζω πάντοτε, όσο το δυνατό παρ' ότι η ηλικία μου δεν μου το επιτρέπει

στο σπίτι σου θα μείνεις για όλο τον καιρό σε άσυλο δεν θα κλειστείς γιατί δεν πρέπει

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Η Ελλάδα μας σε ξέχασε, μαζί με σε και μένα

μα όμως την φροντίδα μου δεν θα την στερηθείς με την βοήθεια της ΕΕΝΑΣΔ που στήριξε εμένα

φροντίδα σου προσφέρω, όσο την χρειασθείς

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια Έχω μεγάλη υπομονή και Πίστη στο Θεό

στον επιστήμονες τη φώτιση θα δώσει το φάρμακο να ανακαλύψουν το ποθητό που ασθενείς και όλους μας θα σώσει

Δεν φταις εσύ μα η αρρώστια

Κονίστριος

Πληροφορίες για την νόσο: Στον Βόλο Τηλ: 27049 & 44921.

Ελευθεροτυπία, Τετάρτη 12 Απριλίου 2000
Συμβουλές: **Ρωτάτε-Απαντάμε**

“Η μητέρα μου, 81 ετών, συνταξιούχος του Δημοσίου, πάσχει σε προχωρημένο μάλλον στάδιο από τη νόσο του Alzheimer. Απευθύνθηκα στις υπηρεσίες υγείας και στην Κοινωνική Πρόνοια για κάποιο επίδομα, αλλά δεν με διαφώτισαν ιδιαίτερα...”

Αγαπητέ κύριε Α.Α. (Θεσσαλονίκη): Πράγματι, χορηγείται το παραπληγικό επίδομα χωρίς να αναφέρεται ρητά στη σχετική διάταξη η νόσος Αλτσχάιμερ. Το επίδομα αυτό το χορηγούν σε μια πλειάδα νοσημάτων που προκαλούν βλάβη της “πυραμικής οδού”, όπως η σκλήρυνση κατά πλάκας, η αγγειακής αιτιολογίας βλάβη και άλλα γενικότερα νευρολογικά νοσήματα. Εδώ ανήκει και το Αλτσχάιμερ. Η μητέρα σας μπορεί να έχει... παραπληγία στο πλαίσιο αυτής της νόσου και να... περπατάει με το λεγόμενο “παραπληγικό βάδισμα”. Παραπληγία δεν σημαίνει καθήλωση στο κρεβάτι και πλήρης ακινησία. Θα χρειαστεί λοιπόν να πάρετε ένα πιστοποιητικό από κάποιο δημόσιο νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης (κατά προτίμηση από Πανεπιστημιακή Νευρολογική Κλινική). Εάν λ.χ. στη νευρολογική εξέταση διαπιστωθεί ότι έχει “σημείο Babinski άμφω” —που κατά πάσα πιθανότητα έχει— (το σημείο αυτό εκλύεται με μια βελόντα στο πέλμα των ποδιών), το απαραίτητο “χαρτί” θα το πάρετε κι ας περπατάει, όπως... περπατάει. Συνεπώς, η άποψή σας “κανένας γιατρός δεν θα υπογράψει εφόσον η μητέρα μου δεν έχει ούτε ημιπληγία, ούτε τετραπληγία” δεν ευσταθεί. Είμαστε σίγουροι ότι οι γιατροί θα σας εξυπηρετήσουν.

Τηλεφωνική Γραμμή Βοήθειας:
925802, κ. Νίνα Μουμπτζίδου, Πρωί 8.30-12.00.

Εγγραφή μελών:
Ταμίας κ. Ελένη Τριανταφύλλου.

Έδρα της Εταιρίας:
Χαρίσειο Γηροκομείο, Άνω Τούμπα Θεσσαλονίκης.

E-mail address:
alzhas@med.auth.gr

Δωρεές, επιχορηγήσεις, εισφορές και κάθε άλλη οικονομική ενίσχυση στον Τραπεζικό Λογαριασμό της ΕΕΝΑΣΔ στην Εθνική Τράπεζα με αριθμό **207 29610913**