



Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 35^ο

ΕΤΟΣ 11^ο

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ '08

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Αγαπητές φίλες και φίλοι,

Στις 30 και 31 Οκτωβρίου βρεθήκαμε στο Παρίσι ως εκπρόσωποι του Υπουργείου Υγείας στην πρόσκληση της Προεδρίας της Γαλλίας στην Ευρωπαϊκή Ένωση για τη «Μάχη κατά της νόσου Alzheimer και των άλλων ανοιών» «The fight against Alzheimer and Related Disorders». Ακούσαμε ότι πάνω από 6.000.000 οικογένειες πάσχουν στην Ευρώπη. Πάνω από 19.000.000 υφίστανται τις συνέπειες αυτής της φοβερής νόσου. Τα πιο σημαντικά μηνύματα που ακούστηκαν από χείλη υπουργών υγείας, από μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης αλλά και από τον ίδιο τον πρόεδρο Nicolas SARKOZY ήταν:

1. Θα αγωνιστούμε όλοι μαζί ερευνητές, κυβερνήσεις και κοινωνία για την πρόωμη διάγνωση της άνοιας.
2. Θα πρέπει να μειωθούν οι διαφορές στην φροντίδα των ασθενών μεταξύ των διαφόρων χωρών με την εκπαίδευση των περιθαλπόντων
3. Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι για όλους τα ίδια
4. Κάθε χώρα πρέπει να αναλάβει τις υποχρεώσεις της
5. Η νέα τεχνολογία πρέπει να μπει στην υπηρεσία των ασθενών με άνοια και των περιθαλπόντων τους
6. Πρέπει να πείσουμε τους πολιτικούς κάθε χώρας να αναλάβουν τις ευθύνες τους
7. Η μακροβιότητα θα πρέπει να φροντίσουμε να συνδυάζεται με νοητική επάρκεια
8. Θα πρέπει όλοι οι ευρωπαίοι πολίτες να είναι ενήμεροι για την νόσο

Ο πρόεδρος Nicolas SARKOZY δήλωσε ότι η νόσος Alzheimer είναι απόλυτη προτεραιότητά του, θα δώσει μάχη στην Ευρώπη εναντίον της Νόσου και πιστεύει ότι και αυτοί που θα έρθουν μετά από αυτόν στην προεδρία θα κάνουν το ίδιο ή ακόμη περισσότερα. Πιστεύει ότι κάθε οικογένεια έχει και ένα τουλάχιστον ασθενή γι' αυτό χρειάζεται Έρευνα, Αντιμετώπιση και Υποστήριξη.

«Δεν πρέπει να αφήσουμε την οικογένεια μόνη της. Η Ευρώπη μπορεί να κάνει περισσότερα από ό,τι η κάθε χώρα μόνη της. Θα πολεμήσω αυτή τη νόσο. Θα στηρίξουμε όχι μόνο την έρευνα αλλά και τη φροντίδα των ασθενών.

Ας μην υπάρξει κανείς που θα μείνει αδιάφορος μπροστά στη φοβερή αυτή αρρώστια. Η αξιοπρέπεια των ασθενών αυτών είναι υποχρέωση όλων μας, όχι μόνο της κοινωνίας και των κυβερνήσεων»

Με την ολόθερμη ευχή όλα τα ανωτέρω να αποτελέσουν την αρχή μιας συντονισμένης προσπάθειας στην Ευρώπη και την Ελλάδα καλούμε όλους τους υπευθύνους στη χώρα μας να αναλάβουν την ευθύνη τους.

*Η πρόεδρος
Μάγδα Τσολάκη*

Χριστουγεννιάτικη Γιορτή

Με μεγάλη μας χαρά θα θέλαμε να σας καλέσουμε στη Χριστουγεννιάτικη Γιορτή που θα γίνει στις 18 Δεκεμβρίου 2009, στις 19:30, στο ξενοδοχείο «Νεφέλη» στο Πανόραμα.

Κοπή Βασιλόπιτας

Σας προσκαλούμε στην εκδήλωση «Κοπή Βασιλόπιτας» που θα λάβει χώρα στις 22 Ιανουαρίου 2009, στις 19:30, στο **Nodo di Totti**. Θα χαρούμε πολύ να μας τιμήσετε με την παρουσία σας!

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

2310 909 000

24 ώρες τις εργάσιμες ημέρες

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

Η Ομοσπονδία δημιουργήθηκε με στόχο:

1. Να προωθήσει την κατανόηση, την υποστήριξη καθώς και τη δράση όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση ή ενδιαφέρον που αφορά αυτή τη νόσο στα πλαίσια της ελληνικής επικράτειας
2. Να εγκαταστήσει επαφή με τις αντίστοιχες οργανώσεις άλλων χωρών
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Κέντρων Ημέρας και Οικοτροφείων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς
4. Να ενθαρρύνει τη συνεργασία, το συντονισμό των ενεργειών και των δραστηριοτήτων μεταξύ των συλλόγων για την επίτευξη κοινών πρωτοβουλιών
5. Να ενθαρρύνει τη συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που θα απευθύνεται τόσο στους επαγγελματίες υγείας όσο και σε εκείνους που δεν έχουν καμία σχέση με το χώρο αυτό
6. Να βοηθήσει στη δημιουργία του κλίματος εκείνου, στην κοινωνία, που θα οδηγήσει στην όσο το δυνατόν μικρότερη περιθωριοποίηση των ασθενών και των οικογενειών τους, αλλά και στην πιο έγκαιρη αναζήτηση φροντίδας
7. Να προωθήσει την επιστημονική έρευνα καθώς και την ταχεία εισαγωγή στη χώρα μας νέων θεραπευτικών μεθόδων
8. Να οργανώσει παρεμβάσεις σε επίπεδο φορέων της Πολιτείας που διαμορφώνουν την οικονομική πολιτική και την πολιτική στο χώρο της υγείας
9. Σκοπός της έκδοσης του περιοδικού είναι να απαντάει στα συνήθη ερωτήματα των συγγενών με Νόσο Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών, να ανακοινώνει και να σχολιάζει τα καινούρια επιτεύγματα στο χώρο και να αποτελεί μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας

Επιστημονική Ομάδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer

Επιμέλεια: Τσολάκη Μάγδα, Νικολαΐδου Ευδοκία

Επιστημονική επιμέλεια κειμένων: Λυμπεροπούλου Όλγα

Φιλολογική επιμέλεια κειμένων: Τσάνταλη Ελένη

Ηλεκτρονική επιμέλεια: Λυκάκης Ελευθέριος, Νικολαΐδου Ευδοκία

Ανδρέου Μάρθα (Ξάνθη)	Λιάπης Αριστείδης (Κόνιστρες Ευβοίας)	Παττακού Βασιλική (Ρέθυμνο)
Αργυριάδου Στέλλα (Ξάνθη)	Μαρής Γεώργιος (Χίος)	Πετρούλιας Κων/νος (Βόλος)
Γάτος Κωνσταντίνος (Βόλος)	Μαρκάτη Λέκκα Ελένη (Αθήνα)	Πόππη Ελένη (Καλαμαριά)
Γεωργούση Μαρία (Αρτα)	Μελισσάρη Ιωάννα-Αικατερίνη (Χανιά)	Πρινωτάκη Ελένη (Ηράκλειο)
Γκλέτσος Απόστολος (Καρυώτισσα)	Μεταλληνός Ιωάννης (Πάτρα)	Σταθάκης Κυριάκος (Βόλος)
Δήμας Κωνσταντίνος (Ιωάννινα)	Μηλιώτης Θεόδωρος (Ηράκλειο)	Σταματάκης Νικόλαος (Πειραιάς)
Ευθυμίου Αρετή (Αθήνα)	Μούγιας Αντώνιος (Αθήνα)	Τζανακάκη-Μελισσάρη Μαρία (Χανιά)
Κάλφας Δημήτριος (Καρυώτισσα)	Μπίσσας Κωνσταντίνος (Αγρίνιο)	Τουλούπα Ελένη (Κόνιστρες Ευβοίας)
Καραγιώργος Αντώνιος (Πάτρα)	Οικονομίδης Δημήτριος (Θεσ/νίκη)	Τσάνταλη Ελένη (Καλλικράτεια)
Καρτσακλής Λυκούργος (Αθήνα)	Παγίτσας Ιωάννης (Λάρισα)	Τσολάκη Μάγδα (Θεσ/νίκη)
Κασιδιάρης Σπύρος (Πειραιάς)	Παπαδιαμαντόπουλος Κων/νος (Χίος)	Φωτειάδου Ανδρονίκη (Ιωάννινα)
Κοτσάνη Μαρίνα (Θεσ/νίκη)	Παπαλιάγκας Βασίλης (Θεσ/νίκη)	Φωτόπουλος Δήμος (Ρέθυμνο)
Κουντή Φωτεινή (Καλαμαριά)	Παππά Αικατερίνη (Αρτα)	Χατζηγεωργίου Γεώργιος (Λάρισα)
Κουφογιάννη Καλλιόπη (Βόλος)	Παρασκευαΐδης Νίκος (Καλλικράτεια)	

Συντακτική Επιτροπή

Βαγενάς Βασίλειος	Οικονομίδης Δημήτριος	Τσάνταλη Ελένη
Λιάπης Αριστείδης	Ρηγοπούλου Σταματία	Τσολάκη Μάγδα
Λυμπεροπούλου Όλγα	Σακκά Παρασκευή	Φιτσιώρης Ξενοφών

Ιδιοκτήτης: Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Εκδότης: Τσολάκη Μάγδα

Επωνυμία: "Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer"

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

Τηλ./FAX: 2310 810411 - 2310 925802 (Π. Συνδίκου),

2310 904404 (Χαρίσειο), 2310 342653 (Κ.Η.Φ.Η.)

E-mail: info@alzheimer-hellas.gr

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

Μήνας - Τεύχος: Δεκέμβριος - 35^ο

ΓΙΑΤΙ Ο ΠΑΠΠΟΥΣ ΜΟΥ ΔΕΝ ΘΥΜΑΤΑΙ ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΜΟΥ; Απαντώντας στις αφοπλιστικές ερωτήσεις των παιδιών

*Όλγα Λυμπεροπούλου, Γνωστική νευροψυχολόγος,
Γενική Γραμματέας Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συναφών
Διαταραχών Αθηνών*

Ο γονιός σας πάσχει από Άνοια. Ίσως να το είχατε καταλάβει από τα ανησυχητικά σημάδια που προϋπήρχαν της επίσημης διάγνωσης, όμως καθώς περνάει ο καιρός, η νόσος επιδρά εμφανώς στην προσωπικότητα και τη συμπεριφορά του. Πιθανότατα είστε πολύ πεισμένοι προσπαθώντας να επιλύσετε τα τρέχοντα προβλήματα και να προετοιμαστείτε για τις αλλαγές που πρόκειται να έρθουν. Πρέπει όμως να βρείτε χρόνο για να απαντήσετε στις ερωτήσεις των παιδιών σας που ανησυχούν βλέποντας τον/την αγαπημένο/η τους παππού/γιαγιά να ξεχνά, να κάνει περίεργα ή αστεία πράγματα και να μην τους αφιερώνει τόσο χρόνο, όσο παλιά.

Τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα στις αλλαγές που συμβαίνουν στο οικογενειακό περιβάλλον. Είναι λοιπόν λογικό η ασθένεια ενός αγαπημένου προσώπου να τα επηρεάζει βαθύτατα. Στην περίπτωση μάλιστα της Άνοιας, τα ερωτήματα που δημιουργούνται είναι αγωνιώδη και πολύ περισσότερα απ' όσα θα ήταν στην περίπτωση οποιασδήποτε άλλης ασθένειας. Και αυτό γιατί τα συμπτώματα της Άνοιας επηρεάζουν όχι μόνο το σώμα, αλλά και το πνεύμα, αλλοιώνοντας την προσωπικότητα του ατόμου που νοσεί.

Ο καλύτερος τρόπος για να βοηθήσετε τα παιδιά σας να κατανοήσουν και να διαχειριστούν την ασθένεια του παππού ή της γιαγιάς είναι να συζητήσετε μαζί τους ανοιχτά και να ακούσετε προσεκτικά αυτά που έχουν να σας πουν. Δώστε τους την ευκαιρία να σας κάνουν όλες τις ερωτήσεις που έχουν στο μυαλό τους και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους χωρίς να φοβούνται ότι θα τα επικρίνετε ή θα θυμώσετε μαζί τους. Μην προσπαθήσετε να κρύψετε την αλήθεια για να τα καθησυχάσετε. Ακόμα και τα πιο νεαρά σε ηλικία παιδιά αντιλαμβάνονται ότι κάτι δεν πάει καλά και ίσως αντιδράσουν με τρόπους που δεν περιμένετε: μπορεί να νιώσουν υπεύθυνα για την κατάσταση ή να φοβηθούν από την ασυνήθιστη συμπεριφορά του ασθενή. Είναι προτιμότερο να απαντήσετε με ειλικρίνεια στις απορίες τους, απλοποιώντας τις σύνθετες έννοιες και διατυπώνοντας τις απαντήσεις σας με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι κατάλληλες για την ηλικία τους.

Να θυμάστε ότι τα παιδιά δεν μπορούν να αφομοιώσουν μεγάλο όγκο πληροφοριών. Αντί να αφιερώσετε ένα ολόκληρο απόγευμα συζητώντας για το συγκεκριμένο θέμα (όπως θα κάνατε με έναν ενήλικα), δοκιμάστε να δώσετε τις πληροφορίες που θεωρείτε σημαντικές **σταδιακά**, ώστε να δώσετε στο παιδί το χρόνο που χρειάζεται για να τις επεξεργαστεί και να τις κατανοήσει.

Αυτές είναι ορισμένες από τις απορίες που μπορεί να έχει το παιδί. Κάθε φορά που σας δίνεται η ευκαιρία, δώστε του απλές και ειλικρινείς απαντήσεις.

1. Τι συμβαίνει στον παππού / στη γιαγιά;
2. Γιατί του / της συμβαίνει αυτό;
3. Αφού παίρνει φάρμακα, γιατί δε γίνεται καλά;

4. Φταίω εγώ που ο παππούς / η γιαγιά είναι άρρωστος/η; Έκανα κάτι κακό;
5. Θα αρρωστήσω και εγώ;
6. Ο παππούς / η γιαγιά θα πεθάνει;
7. Τι να κάνω για να τον / τη βοηθήσω;
8. Θα γίνει ο παππούς / η γιαγιά, όπως ήταν πριν;

Γενικές οδηγίες

♦ Εξηγήστε στο παιδί ότι το πιο σημαντικό όργανο του σώματός μας είναι ο εγκέφαλος - αυτός ελέγχει όλες τις επιμέρους λειτουργίες. Ο εγκέφαλος του παππού / της γιαγιάς είναι άρρωστος και αυτό επηρεάζει τη μνήμη και τη συμπεριφορά του/της.

♦ Διαβεβαιώστε το παιδί ότι ο παππούς / η γιαγιά το αγαπάει ακόμα, παρόλο που δεν μπορεί να του το δείξει, όπως παλιά.

♦ Ενθαρρυνέτε το να συζητήσει μαζί σας τους φόβους και τις ανησυχίες του σχετικά με την κατάσταση του παππού / της γιαγιάς. Θα διαπιστώσετε ότι οι φόβοι του μπορεί να μην είναι ρεαλιστικοί, αυτό όμως δεν σημαίνει ότι δε δημιουργούν στο παιδί αγωνία και ανησυχία.

♦ Αν, παρουσία του παιδιού, ο γονιός σας εκδηλώσει κάποια συμπεριφορά που σας φέρει σε δύσκολη θέση (εάν π.χ. βγει στο μπαλκόνι ημίγυμνος ή εκφράσει λεκτική επιθετικότητα), εξηγήστε στο παιδί ότι, επειδή ο παππούς / η γιαγιά είναι άρρωστος/η, δεν αντιλαμβάνεται ότι αυτό που κάνει δεν είναι σωστό.

♦ Αν η κατάσταση του γονιού σας το επιτρέπει και το ίδιο το παιδί το επιθυμεί, ενθαρρυνέτε το να κάνει παρέα στον παππού / στη γιαγιά. Η αλληλεπίδραση θα είναι ιδιαίτερα ευεργετική και για τους δύο. Υπάρχουν πολλά πράγματα που θα μπορούσαν να κάνουν μαζί: να ζωγραφίσουν, να τραγουδήσουν, να πουν παραμύθια, να περπατήσουν στην αυλή, να ετοιμάσουν το τραπέζι για φαγητό, να δουν τα άλμπουμ με τις οικογενειακές φωτογραφίες.

♦ Αποφύγετε τις αλλαγές στην καθημερινότητα του παιδιού. Συνεχίστε να κάνετε κάποια τουλάχιστον από τα πράγματα που συνηθίζατε να κάνετε στο παρελθόν όλοι μαζί, ως οικογένεια. Αυτό θα δώσει στο παιδί την ηρεμία και το αίσθημα ασφάλειας που έχει ανάγκη.

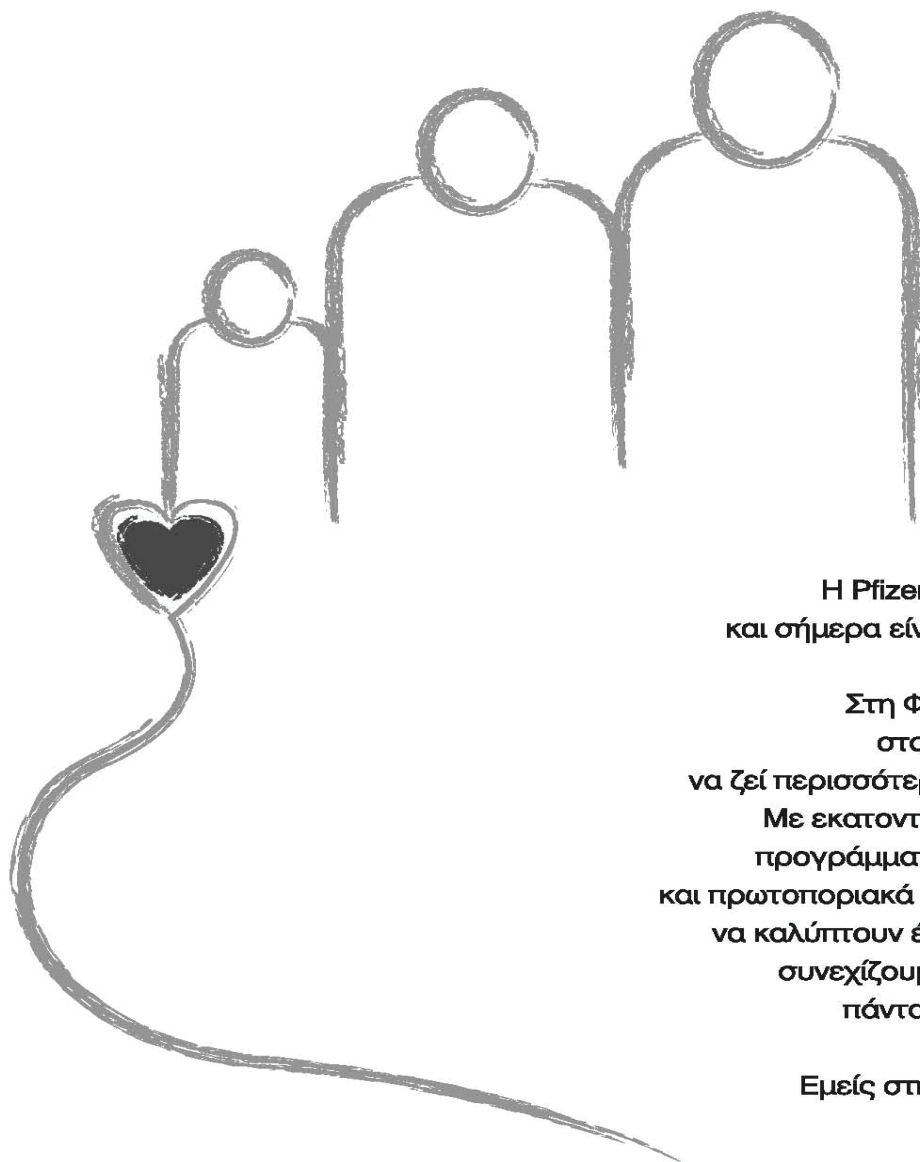
♦ Επιλέξτε κάποια ώρα της ημέρας που θα αφιερώσετε αποκλειστικά στο παιδί. Χρησιμοποιήστε αυτό το χρονικό διάστημα για να αποστασιοποιηθείτε για λίγο από το πρόβλημα υγείας του γονιού σας. Επικεντρώστε το ενδιαφέρον σας στις ανάγκες και τις επιθυμίες του παιδιού και τη σχέση σας μαζί του.

♦ Συχνά τα παιδιά ντρέπονται για την παράξενη συμπεριφορά του παππού / της γιαγιάς. Βοηθήστε τα να εξηγήσουν στους φίλους τους τι συμβαίνει και να τους κάνουν να νιώθουν ευπρόσδεκτοι και άνετα στο σπίτι σας.

Η Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών πρόσφατα εξέδωσε βιβλίο με τίτλο "Μαθαίνω για τη νόσο Αλτσχάιμερ", το οποίο διατίθεται δωρεάν από τα γραφεία της Εταιρείας. Το βιβλίο απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 6-12 ετών και περιέχει απλοποιημένες πληροφορίες, παιχνίδια και κουίζ γνώσεων σχετικά με τη νόσο Αλτσχάιμερ. Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με τη Γραμματεία της Εταιρείας στο τηλέφωνο 210.7013271, εργάσιμες ημέρες και ώρες.



Η αγάπη για τον άνθρωπο - κινητήριο δύναμη!



Η Pfizer (Φάιζερ) ιδρύθηκε το 1849 και σήμερα είναι μία από τις μεγαλύτερες φαρμακευτικές εταιρείες. Στη Φάιζερ είμαστε αφοσιωμένοι στο αίτημα της ανθρωπότητας να ζεί περισσότερο, πιο υγιής, ευτυχέστερη. Με εκατοντάδες καινοτόμα ερευνητικά προγράμματα να βρίσκονται σε εξέλιξη και πρωτοποριακά φαρμακευτικά σκευάσματα να καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα ασθενειών, συνεχίζουμε την προσπάθεια έχοντας πάντα ως αρχή τον σεβασμό μας για τον άνθρωπο. Εμείς στη Φάιζερ έχουμε ένα όραμα και σας το αφιερώνουμε:



Μαζί για έναν υγιέστερο κόσμο™

Επισκεφθείτε μας στην ιστοσελίδα: www.pfizer.gr

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER

*Γλονιαδάκη Μαρία
Κοινωνική Λειτουργός
Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων*

Η νόσος Alzheimer είναι πολύ διαδεδομένη στις ημέρες μας. Χαρακτηρίζεται από προοδευτική απώλεια της μνήμης και άλλων νοητικών λειτουργιών, από την προοδευτική εξασθένηση των καθημερινών λειτουργιών και από αλλαγές στην συμπεριφορά κυρίως από τα μεσαία στάδια της νόσου. Συνήθως εκδηλώνεται σε άτομα άνω των 60-65 ετών και υπολογίζεται ότι σήμερα νοσούν περίπου 5 εκατομμύρια άνθρωποι στην Ευρώπη και 20 εκατομμύρια σε όλο τον κόσμο, αριθμός που συνεχώς αυξάνεται.

Η νόσος Alzheimer επηρεάζει στο μέγιστο αυτούς που φροντίζουν τον ασθενή. Στην Ελλάδα οι περισσότεροι ασθενείς ζουν στα σπίτια τους και τους φροντίζουν οι οικογένειές τους. Αυτό το φαινόμενο είναι πιο συχνό εδώ στην Κρήτη όπου ο θεσμός της οικογένειας έχει μεγαλύτερη ισχύ. Όσο η ασθένεια εξελίσσεται και οι ευθύνες του περιθάλποντα αυξάνονται δημιουργούνται ολοένα και μεγαλύτερα κοινωνικά, συναισθηματικά και οικονομικά προβλήματα τόσο για τον ίδιο τον περιθάλποντα, όσο και για όλη την οικογένεια η οποία εμπλέκεται στην φροντίδα του.

Στην αρχή της ασθένειας ο περιθάλποντας αναλαμβάνει νέους ρόλους και ευθύνες, η ποιότητα ζωής και ενδεχομένως και οι προτεραιότητές του αλλάζουν. Περιορίζεται ολοένα και περισσότερο ο προσωπικός του χρόνος, τον οποίο αφιερώνει κατά κύριο λόγο στην φροντίδα του ασθενούς, και ταυτόχρονα περιορίζεται και η κοινωνική του ζωή. **Ο περιορισμός** αυτός και η αίσθηση της προσωπικής **θυσίας** επιδρά στην οικογενειακή συνοχή και την ποιότητα ζωής.

Ασθενείς και περιθάλποντες **αποσύρονται κοινωνικά** και **απομονώνονται**, γιατί νιώθουν **ντροπή** για την ασθένεια και θέλουν να διατηρήσουν το κοινωνικό τους επίπεδο κρύβοντας το πρόβλημα. Επιλέγουν τη **μοναξιά**, γιατί θεωρούν ότι οι εμπειρίες που βιώνουν καθημερινά είναι «προβληματικές» και προσπαθούν να μην γίνουν αντιληπτές από τον κοινωνικό τους περίγυρο.

Η έλλειψη ενημέρωσης και εκπαίδευσης συμβάλλει σημαντικά στη δημιουργία **κοινωνικού στίγματος**. Το στίγμα στερεί από τον άνθρωπο το δικαίωμα της πλήρους κοινωνικής αποδοχής και ταυτόχρονα τον αναγκάζει να προσπαθεί να κρύψει το «πρόβλημά» του. Ο ασθενής που πάσχει από Alzheimer και η οικογένειά του μπορεί να

πέσουν θύματα **απαξιοτικής** και **απάνθρωπης** συμπεριφοράς οδηγώντας τους συνεχώς στο περιθώριο. Κάθε είδους διάκριση και **απαξιοτικής** συμπεριφοράς μπορούν να προκαλέσουν άσκοπη επιδείνωση στο υπάρχον πρόβλημα.

Στο Κέντρο Ημέρας Νόσου Alzheimer Χανίων παρέχονται υπηρεσίες δωρεάν όπου αποσκοπούν στον περιορισμό και ακόμη καλύτερα στην αποφυγή των παραπάνω κοινωνικών προβλημάτων.

Πιο συγκεκριμένα, παρέχεται συμβουλευτική και ψυχολογική στήριξη σε ατομικό επίπεδο, εκπαίδευση των περιθάλποντων αναφορικά με τη νόσο και τα συμπτώματα αυτής, εκπαίδευση για τη φροντίδα και το σωστό χειρισμό των ασθενών, επαφή των περιθάλποντων μεταξύ τους μέσα από ομάδες, ενημέρωση του κοινού μέσα από ομιλίες και παρουσιάσεις στα Μ.Μ.Ε.

Πέρα όμως από τα κοινωνικά προβλήματα **η νόσος Alzheimer επιβαρύνει οικονομικά την οικογένεια του ασθενούς**. Όσο η νόσος εξελίσσεται και οι ανάγκες του ασθενούς αυξάνονται τόσο επιβαρύνεται το πορτοφόλι του περιθάλποντα. Οι ανάγκες του ασθενούς είναι ιδιαίτερες αυξημένες στο τελικό στάδιο όπου ο ασθενής είναι πλήρως εξαρτημένος από κάποιον τρίτο.

Τα έξοδα που καλείται να αντιμετωπίσει ο περιθάλποντας για τον ασθενή του όταν δεν είναι σε θέση να τον φροντίσει ο ίδιος είναι:

- ♦ Βοηθός στο σπίτι (8ωρη ή 24ωρη)
- ♦ Καθημερινά είδη και βοηθήματα (εσώρουχα ακράτειας, υποσέντονα, αλοιφές για κατακλίσεις, βοηθήματα για το σπίτι κ.α.)
- ♦ Φυσικοθεραπεία
- ♦ Ιδιωτικοί οίκοι ευγηρίας και γηροκομεία



Τι θα γίνει όμως μ' αυτούς που δε θέλουν ή δεν μπορούν να βάλουν τον άνθρωπό τους σε κάποιο οίκο ευγηρίας; Πρέπει να τιμωρηθούν, επειδή έχουν ανθρωπιά;

Επίδομα για ασθενείς με νόσο Alzheimer δεν υπάρχει παρά το τεράστιο οικονομικό κόστος για την οικογένεια του ασθενούς και δυστυχώς η συγκεκριμένη νόσος δεν θεωρείται αναπηρία. Ένας από τους στόχους του Κέντρου Ημέρας Χανίων είναι να αναγνωρισθεί η νόσος ως αναπηρία και να δίδεται κάποιο επίδομα από το κράτος ανάλογο με τις οικονομικές απαιτήσεις της ασθένειας. Με αυτό τον τρόπο θα αποφορτίζεται ο περιθάλποντας και ταυτόχρονα θα ενισχύεται η ισορροπία της οικογένειας και ο θεσμός της.

Αγαπητά μέλη,

Σκοποί της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών είναι η δημιουργία δομών, υπηρεσιών και συνθηκών που βελτιώνουν την ποιότητα της ζωής των ασθενών με άνοια αλλά και των περιθαλπόμενων τους, η υποστήριξη της έρευνας και η βελτίωση της διάγνωσης της ασθένειας. Η Ελληνική Εταιρεία Alzheimer έχει συμβάλει στην ίδρυση Εταιρειών σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας.

Οι δραστηριότητες της Εταιρείας στη Θεσσαλονίκη αλλά και σε όλο το πολεοδομικό συγκρότημα είναι πολυάριθμες και περιλαμβάνουν προγράμματα αποκατάστασης ασθενών και φροντίδας περιθαλπόμενων από επαγγελματίες υγείας, όπως ψυχολόγους και γιατρούς.

Τα τεράστια οικονομικά έξοδα για τη λειτουργία της Εταιρείας αντιμετωπίζονται από τις ετήσιες συνδρομές των μελών, καθώς επίσης από δωρεές και χορηγίες. Όπως ήδη γνωρίζετε, η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer ως μη κυβερνητική οργάνωση δεν έχει καμία κρατική επιχορήγηση.

Προκειμένου να συνεχιστεί το φιλανθρωπικό μας έργο, σας παρακαλούμε να συμβάλλετε τακτοποιώντας τις ετήσιες συνδρομές σας προς την Εταιρεία. Με αυτό τον τρόπο διευκολύνετε το έργο το οποίο ξεκινήσαμε με επίκεντρο την προσφορά στον άνθρωπο που πάσχει από άνοια, αλλά και την οικογένειά του.

Παράλληλα, σας προσκαλούμε μέσα σε μια κοινωνία ανθρωπιάς και αλληλεγγύης να υποστηρίξουμε και να ενισχύσουμε τον εθελοντισμό ως στάση ζωής, γιατί είναι ένα θέμα που μας αγγίζει όλους. Άλλωστε, μέσα από τον εθελοντισμό ενδυναμώνεται η κοινωνική αλληλεγγύη και προσδίδεται νέο περιεχόμενο στις ζωές όλων μας. Σας καλούμε λοιπόν να γίνετε αρωγοί και συμπαραστάτες στο εθελοντικό μας έργο και να βοηθήσετε με την ενεργό συμμετοχή σας το θεάρεστο έργο της Εταιρείας Alzheimer.

Με εκτίμηση,
Η Επιστημονικά Υπεύθυνη



Μάγδα Τσολάκη
Νευρολόγος – Ψυχίατρος
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Α.Π.Θ.

" Έχω Alzheimer. Αλλά συνεχίζω να ζω με χαμόγελο διευκολύνοντας εμένα και την οικογένειά μου. "



Τι με προβληματίζει...:

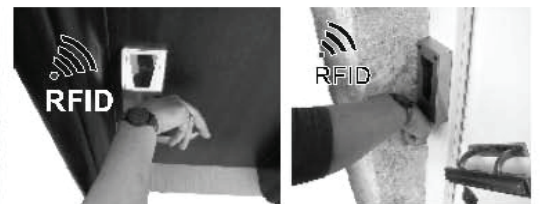
Η απάντηση της Saimon Bros για την ασφάλεια των ατόμων με νόσο Alzheimer!

- 1) Κλειδώνομαι έξω από το σπίτι αφού χάνω συνέχεια τα κλειδιά μου. Η ασφάλειά μου κινδυνεύει άμεσα.
- 2) Ξεχνώ τα κλειδιά μου πίσω από τη πόρτα .
- 3) Δυσκολεύομαι να ανοίξω τη πόρτα με το κλειδί.
- 4) Φοβάμαι ότι κάποιος κρατάει κλειδιά από το σπίτι και έρχεται να με κλέψει το βράδυ.
- 5) Υποπτεύομαι ότι ένα άτομο από το οικείο περιβάλλον μπαίνει στο σπίτι μου.

Για περισσότερες πληροφορίες ενημερωθείτε τώρα στο www.saimonbros.gr ή επικοινωνήστε στα τηλ. 2310 814683, 23920 92229

Saimon Bros

Τεχνολογία φροντίδας για τον σύγχρονο άνθρωπο



Νέα Ηλεκτρονική Κλειδαριά για το Σπίτι με βραχιόλι Ασφαλείας RFID



Νέα Ηλεκτρονική Κλειδαριά Ασφαλείας για το Σπίτι Δακτυλικού Αποτυπώματος

Τσάνταλη Ελένη
Δρ. Ψυχολογίας

Πρόεδρος της Εταιρείας νόσου Alzheimer & συναφών
διαταραχών Ν. Καλλικράτειας – Ν. Χαλκιδικής

Εκτός από τη φαρμακευτική αγωγή στην άνοια, συχνά από τις σελίδες αυτού του περιοδικού έχει γίνει λόγος για τις μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις στην άνοια. Ανάμεσα σ' αυτές είναι η Γνωστική παρέμβαση (ασκήσεις προσοχής, μνήμης και γλώσσας), ο Προσανατολισμός στην επικαιρότητα, το Πρόγραμμα Αναμνήσεων, η Εργοθεραπεία, η Εικαστική Ψυχοθεραπεία, η Γνωστική μουσικοθεραπεία και άλλες. Οι μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις αποσκοπούν στην επανδραστηριοποίηση των ατροφικών νευρώνων και των συνάψεων.

Η ενεργοποίηση των νευρωνικών συνάψεων με τις ασκήσεις μνήμης, προσοχής και γλώσσας μπορεί να λειτουργήσει αντισταθμιστικά για τη νευρωνική απώλεια κατά το γήρας. Τα βιώματα και το πλούσιο σε ερεθίσματα περιβάλλον προκαλούν κυτταρική αναγέννηση στον ιππόκαμπο (υπεύθυνος για τη μνήμη) ακόμη και κατά την ενήλικη ζωή (Kolb & Gibb, 1999). Ενδεικτικά σας παρουσιάζουμε κάποιες κατηγορίες ασκήσεων που χρησιμοποιούμε στο πρόγραμμα γνωστικής αποκατάστασης στην Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών στη Ν. Καλλικράτεια Χαλκιδικής.

Είναι ασκήσεις που αναφέρονται στην 1) περιγραφή καθημερινών αντικειμένων (χαρακτηριστικά, χρήση, λειτουργία, ομοιότητες, διαφορές) 2) στην κατηγοριοποίηση αντικειμένων (π.χ., φρούτα, λαχανικά, ρούχα...), 3) στην κατονομασία τους (οπτική, ακουστική, απτική, οσφρητική ...), 4) ασκήσεις κατονομασίας προσώπων (διάσημα, ηθοποιοί, πολιτικοί, αθλητές...), 5) ελεύθερης ανάκλησης νέων πληροφοριών (κατάλογος καθημερινών αντικειμένων) 6) ετεροχρονισμένης ανάκλησης πληροφοριών (διδασκαλία- μάθηση μνημονικών στρατηγικών, επανάληψη, 'αλάνθαστη μάθηση' ...), 7) ασκήσεις διδασκαλίας στρατηγικών μνήμης προοπτικής (μελλοντικά γεγονότα), 8) έργα διεύρυνσης της χωρητικότητας της εργαζόμενης μνήμης, 9) συνειρμοί. Σας παραθέτουμε κάποια παραδείγματα από τις ασκήσεις που κάνουμε:

1. Τις εικόνες που σου δίνουμε προσπάθησε να τις ονομάσεις και στη συνέχεια να φτιάξεις μια ιστορία με αυτές βάζοντάς τες σε όποια σειρά θέλεις.



2. Άσκηση: Τι σου φέρνουν στο μυαλό οι λέξεις;

λουλούδι (6)

φάρμακο (6)

πίατο (6)

κουζίνα (6)

καλοκαίρι (6)

θάλασσα (6)

πόνος (6)

Γράψε 6 λέξεις για την κάθε μια ξεχωριστά:

3. Προσπάθησε να βρεις λέξεις από την ίδια κατηγορία:

Ζώα που παράγουν γάλα:-----

Φαγητά με κρέας:-----

Φαγητά με λαχανικά:-----

Τι τρώμε για πρωινό:-----

Τι προσφέρουμε σε έναν επισκέπτη:-----

Φαγητά με ρύζι:-----

Ρούχα που φοράμε το χειμώνα:-----

ΠΟΙΗΜΑ

«Νοσταλγία»

Μαθητικά, νεανικά,
Ονειρεμένα χρόνια,
Ας ήτανε παντοτινά,
Κι' ας ήτανε αιώνια.

Εκείνη η παρέα μας
Στην δεύτερη μας τάξη
Ήταν πάντα χαρούμενη
Κι' απόλυτα εντάξει.

Όσπου ο χρόνος πέρασε
Κι' έκλεισε το σχολείο,
Ήταν το «ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ»
Αυτό το μεγαλείο.

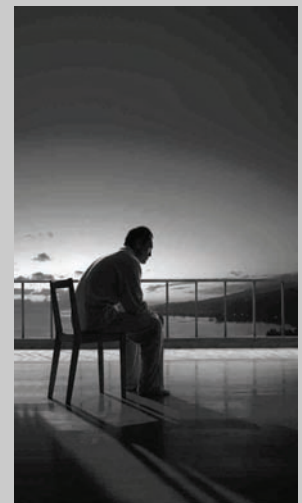
Δέσποινα και Βικτωρία
Και Καίτη του γιατρού
Στολίδια μες' την τάξη
Του όμορφου καιρού.

Η νοσταλγία στο ζενίθ
Ο νους παίρνει και δίνει
Θέλω να ζήσω νοερά
Την εποχή εκείνη.

Κι εμείς αμούστακα παιδιά
Τρέχαμε άνω-κάτω
Πετούσαμε στα σύννεφα
Με ηθικό σταράτο.

Το ποίημα είναι γραμμένο από έναν ασθενή με ήπια νοητική διαταραχή.

I.M.K.
Χέρσο Κιλκίς, 2008



ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟ ΦΟΡΤΙΟ ΤΗΣ ΦΡΟΝΤΙΑΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΟΙΑ ΚΑΙ ALZHEIMER

*Έλια Κυριακουλάκη, Ψυχολόγος Υγείας
Ινστιτούτο Έρευνας και Εκπαίδευσης Ψυχιατρικών
Ανοϊκών Ασθενών Χανίων*

Η νόσος Alzheimer είναι μία σοβαρή και πολύπλοκη νόσος που επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό όχι μόνο το ίδιο το άτομο που νοσεί, αλλά και ολόκληρη την οικογένεια του.

Το μέλος της οικογένειας που αναλαμβάνει κατά κύριο λόγο την φροντίδα του ασθενή (ο κύριος περιθάλπων) επιβαρύνεται σημαντικά. Έχει τέτοια συναισθηματική φόρτιση εξαιτίας του προβλήματος, ώστε δεν είναι σε θέση να αντιληφθεί την ψυχική πίεση την οποία υφίσταται και τις επιπτώσεις αυτής στην υγεία του.

Ο περιθάλπων για να μπορέσει να αντιμετωπίσει τις αλλαγές που επιφέρει η νόσος και να παρέχει καλύτερη ποιότητα φροντίδας στο συγγενή του, είναι απαραίτητο να προσέξει πρώτα τη δική του ψυχική και σωματική υγεία.

Η κατανόηση των δικών του συναισθημάτων, θα βοηθήσει να αντιμετωπίσει με επιτυχία τα προβλήματα του συγγενή του. Η λύπη είναι ένα πρώτο συναίσθημα που βιώνεται, το οποίο αποτελεί μία φυσιολογική αντίδραση για όποιον βιώνει μία απώλεια. Στη διάρκεια της νόσου ο συγγενής μπορεί να αισθανθεί ότι έχει χάσει μία συντροφιά, ένα φίλο ή συγγενή και συχνά πενθεί για το πώς ήταν το άτομο πριν νοσήσει. Μόλις ο συγγενής προσαρμοστεί στα νέα αυτά δεδομένα είναι πιθανό ο ασθενής να αλλάξει πάλι συμπεριφορά, καθώς η νόσος εξελίσσεται. Αρκετοί συγγενείς το βρίσκουν δύσκολο να χαρούν ακόμα και τις ευτυχισμένες στιγμές, καθώς οι ανάγκες του ασθενή τους απασχολούν υπερβολικά και ίσως τους εξοντώνουν. Κάποιες οικογένειες έχουν ανακαλύψει ότι είναι σε θέση να νιώσουν χαρά, όταν απομακρύνονται από τον ασθενή για μικρά χρονικά διαστήματα, καθώς τους βοηθάει να ανακτήσουν δυνάμεις και να περάσουν ευχάριστα.

Ο περιθάλπων είναι επίσης πιθανόν να αισθανθεί ενοχή, επειδή ντρέπεται για τη συμπεριφορά του συγγενή του ή απλά επειδή θυμώνει μαζί του. Η ενοχή μπορεί επίσης να πηγάζει και από τη σκέψη του συγγενή για διαμονή του ασθενή σε κάποια κλινική, εάν δεν αντέχει άλλο το βάρος της φροντίδας. Είναι βοηθητικό στην περίπτωση αυτή, το άτομο να συζητήσει και να ανταλλάξει εμπειρίες και συναισθήματα με άλλα άτομα.

Συχνά ο συγγενής νιώθει θυμό, ένα ανάμεικτο συναίσθημα, που μπορεί να κατευθύνεται προς τον ασθενή, τον ίδιο του τον εαυτό, το γιατρό ή και προς όλους τους παραπάνω, ανάλογα με την κατάσταση. Όταν νιώσει ότι ο

θυμός τον έχει καταβάλει, βοηθάει τον περιθάλπων, να προσπαθήσει να τον εκτονώσει με τον πιο ανώδυνο τρόπο, μακριά από την οικογένεια του. Κάποιοι μπορεί να βοηθηθούν με έντονη φυσική άσκηση ή και με ένα απλό περίπατο, ενώ κάποιοι άλλοι να ανακουφιστούν με το κλάμα, το οποίο άλλωστε είναι το μέσο που διαθέτει ο οργανισμός για να μειώσει την ένταση. Κάποιοι περιθάλποντες νιώθουν τόσο θυμωμένοι που καλό είναι να ζητήσουν βοήθεια από ένα επαγγελματία ψυχικής υγείας, καθώς υπάρχει κίνδυνος να βλάψουν το άτομο το οποίο φροντίζουν.

Η ανάληψη πολλών και διαφορετικών ευθυνών από τον συγγενή, όπως πληρωμή λογαριασμών, μαγειρέμα και φροντίδα σπιτιού, μπορεί να του προκαλέσει έντονο άγχος. Το μοίρασμα των ευθυνών με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας μπορεί να αποφορτίσει τον περιθάλποντα σε ένα μεγάλο βαθμό.

Παράλληλα, ο περιθάλπων ίσως αισθανθεί ντροπή, όταν ο ασθενής επιδεικνύει ανάρμοστη συμπεριφορά σε δημόσιο χώρο. Ο συγγενής μπορεί να συμφιλιωθεί με αυτό το συναίσθημα, αν το μοιραστεί με άλλους περιθάλποντες ασθενών με άνοια που βιώνουν τις ίδιες εμπειρίες.

Όσοι έχουν αναλάβει την φροντίδα του ατόμου με Alzheimer συχνά αποσύρονται από την κοινωνία και περιορίζονται μέσα στο σπίτι φροντίζοντας τον συγγενή τους, κάτι που μπορεί να είναι πολύ μοναχικό. Η μοναξιά κάνει όμως πολύ δύσκολο το έργο της φροντίδας. Ο περιθάλπων δεν πρέπει να παραμελεί τις προσωπικές του σχέσεις, καθώς οι φίλοι μπορούν να συμβάλουν στην αποκατάσταση των ψυχικών ισορροπιών που έχουν διαταραχτεί από την ασθένεια. Καλό είναι να δώσει προτεραιότητα στη διατήρηση των κοινωνικών του επαφών.

Για όλα τα παραπάνω, ο περιθάλπων μπορεί να απευθύνει στο Κέντρο Ημέρας Alzheimer Χανίων, όπου εξειδικευμένο προσωπικό δωρεάν μπορεί να τον υποστηρίξει ψυχολογικά, αλλά και να τον ενημερώσει πάνω στη νόσο και στα στάδια της και να του προτείνει τρόπους απασχόλησης του συγγενή του και τεχνικές συμπεριφοράς προς αυτόν. Είναι αποδεδειγμένο επιστημονικά, αλλά και μέσα από την εμπειρία μας στα 2 χρόνια λειτουργίας του κέντρου ότι ο συγγενής, ο όποιος μοιράζεται τις σκέψεις και τα συναισθήματα του με κάποιον ειδικό, αλλά και ενημερώνεται για τρόπους χειρισμού του συγγενή του, νιώθει καλύτερα, πράγμα που έχει ως αποτέλεσμα να προσφέρει ακόμα καλύτερη ποιότητα φροντίδας στο συγγενή του που χρήζει βοήθειας.



Ήπια Γνωστική Διαταραχή. Ασκήσεις Μνήμης και Γλώσσας**Α. Χουσιάδας, Ομότιμος Καθηγητής Ψυχολογίας ΑΠΘ**

Πρόσφατα, κυκλοφόρησε το βιβλίο, Ήπια Γνωστική Διαταραχή. Ασκήσεις μνήμης και γλώσσας, Ιούνιος, 2008. Οι συγγραφείς, Τσάνταλη, Ε. & Οικονομίδης, Δ., οι συμβολές των οποίων στη νευροψυχολογική έρευνα, και ιδιαίτερα στην έρευνα των ανοιών, είναι γνωστές τόσο στον ελλαδικό όσο και στον εκτός Ελλάδας επιστημονικό χώρο. Είναι το πρώτο βιβλίο που κυκλοφορεί στον Ελλαδικό χώρο με αντικείμενο την ενδυνάμωση των γνωστικών μηχανισμών, οι οποίοι εμπλέκονται στα πρώτα στάδια της γνωστικής διαταραχής, γνωστής ως Ήπια Γνωστική Διαταραχή. Η.Γ.Δ (Mild Cognitive Impairment, M.C.I). Η προσέγγιση των συγγραφέων είναι γνωστική, μη φαρμακολογική. Συμβολή του βιβλίου αποτελεί και η εκτεταμένη εισαγωγή του, η οποία αναφέρεται στις εξελίξεις της έρευνας της νευροψυχολογικής λειτουργίας της Η.Γ.Δ.

Όμως η κύρια συμβολή του βρίσκεται στη διαμόρφωση ειδικών ασκήσεων, οι οποίες εκτελούμενες υπό συγκεκριμένους όρους διευκολύνουν την έγκαιρη διάγνωση και πρόληψη της Η.Γ.Δ. Στηρίγματα στις θέσεις των βρίσκουν οι συγγραφείς στις σύγχρονες έρευνες, οι οποίες δείχνουν ότι εγκεφαλικές δομές, όπως ο ιππόκαμπος, κύριος μηχανισμός μνήμης, και λειτουργίες, όπως των συνάψεων, υπόκεινται σε μεταβολές διαβίου υπό την επίδραση παραγόντων, όπως τρόπου ζωής, εκπαίδευσης, δραστηριοτήτων κ.τ.λ. Η πλαστικότητα αυτή του εγκεφάλου, ακριβώς, δικαιολογεί τη θέση των συγγραφέων να χρησιμοποιήσουν ασκήσεις, οι οποίες κινητοποιούν εγκεφαλικές δομές υπεύθυνες για τη διατήρηση ή και βελτίωση νοητικών λειτουργιών.

Κύριο χαρακτηριστικό της Η.Γ.Δ είναι η μικρής έκτασης νοητικής έκπτωση λειτουργιών, όπως της μνήμης, της γλώσσας, της προσοχής κ.α. Είναι έκπτωση ήπια, αφού δεν διαταράσσει σοβαρά τις καθημερινές δραστηριότητες ατόμων συνήθως ηλικιωμένων. Ουσιαστικά, κατά τους συγγραφείς, το στάδιο της Η.Γ.Δ. είναι μεταβατικό από την ομαλή γήρανση στην άνοια. Σχετικές έρευνες δείχνουν ότι άτομα με Η.Γ.Δ. τείνουν να εκδηλώνουν άνοια ή σημεία πιθανής κλινικής άνοιας τύπου Alzheimer σε ποσοστό 12% για κάθε χρόνο. Δείχνουν ακόμη ότι άτομα με Η.Γ.Δ. κατέληξαν, μέσα σε διάστημα 4 ετών, σε άνοια, ενώ άλλες έρευνες έδειξαν ακόμη μεγαλύτερα ποσοστά (71,9%) ατόμων, τα οποία κατέληξαν σε άνοια μέσα σε διάστημα 2 ετών. Ανεξάρτητα πάντως από διαφορές στα ποσοστά, οι οποίες πιθανώς οφείλονται σε διαφορετικά διαγνωστικά κριτήρια των ερευνών της Η.Γ.Δ., το γεγονός παραμένει, ότι το πρόβλημα πρέπει να αντιμετωπιστεί με έγκαιρη διάγνωση.

Αυτή θα βοηθήσει στην πρόληψη δυσμενών νοητικών εξελίξεων. Αυτόν τον στόχο ακριβώς επιδιώκουν οι συγγραφείς με τις συστηματικά ταξινομημένες ειδικές ασκήσεις των, η προγραμματισμένη, διάρκειας τουλάχιστον 4 μηνών, εκτέλεση των οποίων συμβάλλει ουσιαστικά στην πρόληψη ή/και επιβρά-

δυνση της εξέλιξης της Η.Γ.Δ. σε άνοια από 2 έως 5 χρόνια. Πρόκειται, συνεπώς, περί βιβλίου του οποίου η σημασία είναι προφανής.

Οι ειδικές ασκήσεις διαμορφώθηκαν με ιδιαίτερη προσοχή και σύμφωνα με επιβαλλόμενες μεθοδολογικές διαδικασίες. Επί πλέον είναι προσαρμοσμένες στην ελλαδική καθημερινότητα και πολιτισμικές συνήθειες. Αποσκοπούν στην ενδυνάμωση νοητικών λειτουργιών, όπως της σημασιολογικής μνήμης, η οποία εναποθηκεύει γενικές πληροφορίες για τον εξωτερικό κόσμο, για τις λέξεις και τη σημασία τους, για τη γλώσσα γενικότερα κ.τ.λ.



Επίσης, αποσκοπούν στην ενδυνάμωση της επεισοδιακής μνήμης, η οποία εναποθηκεύει προσωπικές εμπειρίες από το παρελθόν, γεγονότα και πρόσωπα με ιδιαίτερη επίδραση στη ζωή του ατόμου κ.τ.λ. Είναι γνωστή και ως αυτοβιογραφική μνήμη. Όπως σημειώνουν οι συγγραφείς, η επεισοδιακή και σημασιολογική μνήμη είναι οι πρώτες, οι οποίες εκπίπτουν στη νόσο Alzheimer. Η ενδυνάμωσή τους, συνεπώς, είναι ένας από τους στόχους των ειδικών ασκήσεων. Με αυτές επιδιώκεται η ισχυροποίηση της μνήμης σημασίας, ονομασίας και λειτουργίας καθημερινών αντικειμένων, όπως η ενδυνάμωση της προσοχής μέσω ασκήσεων ετεροχρονισμένης ανάκλησης. Στο βιβλίο εμπεριέχονται ασκήσεις κατηγοριοποίησης καθημερινών πραγμάτων, κατονομασίας αντικειμένων, λεκτικής ευχέρειας, κρίσης, οροθέτησης προτάσεων, εύρεσης διαφορών μεταξύ ομοειδών αντικειμένων, άμεσης και ετεροχρονισμένης ανάκλησης.

Το βιβλίο, μολονότι αναφέρεται σε ειδικό πληθυσμό ατόμων με Η.Γ.Δ., παρουσιάζει εν τούτοις ενδιαφέρον και για πληθυσμούς ατόμων με νοητικά ελλείμματα και νοητικές διαταραχές, όπως αφασικές, διάσπαση προσοχής, μετά από Αγγειακά Εγκεφαλικά Επεισόδια, Α.Ε.Ε. Παρουσιάζει ακόμη ενδιαφέρον και για άτομα με νοητική στέρηση και μαθησιακές δυσκολίες.

Συμπερασματικά, το βιβλίο τούτο αποτελεί ένα απλό και εύχρηστο βοήθημα για πολλές κατηγορίες ανθρώπων. Είναι χρήσιμο για τους ίδιους τους ασθενείς και για όσους περιθάλπουν ανθρώπους με Η.Γ.Δ., για τους λειτουργούς υγείας, οι οποίοι ασχολούνται με ασθενείς με προβλήματα μνήμης, για επαγγελματίες και γενικότερα ασχολούμενους με άτομα ηλικιωμένα. Οι συγγραφείς προσφέρουν με το βιβλίο τους ένα μη φαρμακευτικό εργαλείο για την πρόληψη και βελτίωση της Η.Γ.Δ., η χρήση του οποίου είναι απαραίτητη, σε κάθε προσπάθεια αντιμετώπισης προβλημάτων μνήμης και νοητικής έκπτωσης, ιδιαίτερα σε άτομα της τρίτης ηλικίας.

Η ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΑΝΟΙΑΣ

Κατσιανού Γεωργία
Προϊσταμένη Νοσηλευτικής Υπηρεσίας
Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer

Μέχρι στιγμής δεν υπάρχει ριζική θεραπεία για την άνοια. Σήμερα όμως έχουμε στη διάθεσή μας φάρμακα που αναστέλλουν και καθυστερούν σημαντικά την εξέλιξη της νόσου, ιδίως αν χορηγηθούν στα αρχικά στάδια. Οι ασθενείς σε θεραπεία επιδεινώνονται πολύ βραδύτερα από ό,τι αυτοί που δε λαμβάνουν θεραπεία, η ποιότητα ζωής τους είναι σαφώς καλύτερη, ενώ ευκολότερη γίνεται η φροντίδα τους και μικρότερο είναι το βάρος για τις οικογένειές τους. Είναι σημαντικό να τονιστεί ότι όσο πιο γρήγορα ξεκινήσει η θεραπεία τόσο μεγαλύτερο θα είναι και το θεραπευτικό όφελος για τους ασθενείς.

Η σημαντικότερη κατηγορία φαρμάκων για την άνοια είναι οι αναστολείς ακετυλοχολινεστεράσης: donepezil, ριβαστιγμίνη και γκαλανταμίνη. Τελευταία έχει προστεθεί και η μεμαντίνη για τα προχωρημένα στάδια της νόσου. Επιπλέον, υπάρχουν φάρμακα και στρατηγικές που μπορεί να ανακουφίσουν την κατάθλιψη, την επιθετικότητα, τον αρνητισμό και τις λοιπές διαταραχές συμπεριφοράς των ασθενών με άνοια. Τα φάρμακα αυτά απέδειξαν ότι η πρόιμη έναρξη της θεραπείας επιβραδύνει σημαντικά την εξέλιξη ανοϊκών συνδρόμων (Αγγειακής και Μεικτής άνοιας, Άνοιας με σωματία Lewy και Άνοιας της νόσου του Parkinson). Πιο αναλυτικά, βελτιώνουν κυρίως τη μνήμη και τη συγκέντρωση αλλά και τις περισσότερες από τις λοιπές νοητικές λειτουργίες. Υπάρχουν επιπρόσθετες ενδείξεις ότι ορισμένα εξ αυτών έχουν τη δυνατότητα να βελτιώσουν τις καθημερινές δραστηριότητες των ασθενών και να επιβραδύνουν την επιδείνωση των συμπτωμάτων.

Πρόσφατα, ανακοινώθηκε η κυκλοφορία στην αγορά του EXELON Patch, ενός φαρμάκου που δημιουργεί νέες προσδοκίες για τη θεραπεία της Νόσου Alzheimer. Η ριβαστιγμίνη (EXELON) κυκλοφορεί από το 1999 και χρησιμοποιείται για τη συμπτωματική θεραπεία της ήπιας έως μέτριας βαρύτητας άνοιας Alzheimer καθώς και της ήπιας έως μέτριας βαρύτητας άνοιας σε ασθενείς με ιδιοπαθή νόσο του Parkinson.

Το EXELON Patch, το πρώτο και μοναδικό διαδερμικό αυτοκόλλητο, κυκλοφορεί πλέον και στην Ελλάδα και ενδείκνυται για τη συμπτωματική θεραπεία της ήπιας έως μέτριας βαρύτητας άνοιας Alzheimer. Το νέο διαδερμικό αυτοκόλλητο, μπορεί να βοηθήσει τόσο τους ασθενείς, όσο και τους περιθάλποντές τους, καθώς δεν αυξάνει την πολυφαρμακία και βελτιώνει τη συμμόρφωση. Επιπλέον το ίδιο το αυτοκόλλητο χρησιμεύει ως μια οπτική υπενθύμιση της λήψης της αγωγής και εξασφαλίζει στον ασθενή και τον περιθάλποντα ότι η αγωγή λαμβάνεται.

Σε φάση δοκιμών βρίσκονται επίσης 200 διαφορετικές νέες θεραπείες, ενώ παράλληλα δοκιμάζεται η προσέγγιση της χορήγησης νευροτρόπων παραγόντων μέσω της μύτης: αυτό είναι σημαντικό πλεονέκτημα, καθώς, όταν ο παράγοντας εισά-



γεται από τη ρινική κοιλότητα, περνάει κατευθείαν στην εγκεφαλική ουσία και βοηθάει τα εγκεφαλικά κύτταρα να συνεχίσουν να ζουν. Στις μελλοντικές προσεγγίσεις περιλαμβάνονται και τα βλαστικά κύτταρα, τα πολυδύναμα αυτά κύτταρα του οργανισμού τα οποία σύμφωνα με τους ειδικούς ίσως μια ημέ-

ρα φέρουν επανάσταση στη μάχη για την καταπολέμηση πολλών ασθενειών. Έχουν ήδη γίνει παρεμβάσεις με έγχυση βλαστικών κυττάρων κατευθείαν στον εγκέφαλο ασθενών και τα αποτελέσματα δείχνουν ότι αυτά πολλαπλασιάζονται εντός του εγκεφάλου, συνδέονται με τα ήδη υπάρχοντα ζώντα νευρικά κύτταρα και κρατούν τις συνάψεις ζωντανές.

Πρέπει να υπογραμμιστεί ότι το κλειδί για την σωστή αντιμετώπιση της νόσου είναι η έγκαιρη, πρόιμη χορήγηση αγωγής και η συνεπής λήψη της σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού. Αν η θεραπεία ξεκινήσει, όταν ακόμα τα συμπτώματα είναι σχετικά ήπια, ο ασθενής θα μπορεί να έχει καλύτερη λειτουργικότητα για μεγαλύτερο διάστημα.

ΠΟΙΗΜΑ

Μάνα

Μια αγκαλιά βελούδινη, γεμάτη συγκινήσεις
 από τις πρώτες μου στιγμές, που μείναν αναμνήσεις.
 Εσύ ζωή μου πρόσφερες κι εγώ τον πρώτο πόνο
 και νύχτες δίχως όνειρα, που σβήσαν με το χρόνο.

Αργότερα σε έντυσα με φόβο κι αγωνία
 κι από το φόβο σου ποτέ δεν βρήκες ηρεμία.
 Ο κόσμος γύρω σου κακός και σ' είχε υποτιμήσει,
 τους κόπους σου μανούλα μου δεν είχανε τιμήσει.

«Μάνα μου γλυκιά, πόσο σ' έχω πονέσει
 κι αγκάθινο στεφάνι, σκληρά σου έχω φορέσει.
 Τον πιο βαρύ Σταυρό, σαν τον Χριστό κρατάς,
 μα την καρδιά μου μάνα μου, μ' αγάπη την κοιτάς.»

Και τώρα ακόμα μάνα μου, φαρμάκι σε ποτίζω
 με την αχαριστία μου, την καρδιά σου αγγίζω.
 Την πίκρα μου φυλάκισες με τόλμη στην ψυχή σου,
 τα λάθη μου τα συγχωρείς, θερμή πάντα η ευχή σου.

Στην ξενιτιά παγιδευμένο, αδέσποτο κορμί,
 και το μυαλό μου επίμονα ζητάει αφορμή.
 Τα μάτια σου ας ξανάβλεπα, μα τούτη τη φορά
 θα κλαίγανε μανούλα μου, μονάχα από χαρά.

K.B. (Κόρη)

Lundbeck Hellas S.A.
Εξειδίκευση στη Νευρολογία και την Ψυχιατρική



Στόχος μας η ποιότητα



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΗ: SAG Advertising

Στη Lundbeck η ποιότητα είναι ο πρωταρχικός μας στόχος.

Ποιότητα στην έρευνα, στα προϊόντα, στα αποτελέσματα.

Ποιότητα σε όλους τους τομείς.

Σκοπός της ύπαρξής μας είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ανθρώπων που πάσχουν από ψυχικά και νευρολογικά νοσήματα.

ΛΩΣΕ ΜΟΥ ΤΟ ΧΕΡΙ ΣΟΥ

Γραμμένο από:

Mina Sabbaghi, Ισλαμική Δημοκρατία του Ιράν

Τώρα, κάθεται στην ίδια καρέκλα και κουνιέται ρυθμικά, όπως ακριβώς 30 χρόνια πριν, όταν αγκάλιαζε και θήλαζε στοργικά το μωρό της. Καθώς το αεράκι φυσάει το πρόσωπό της, προσπαθεί να θυμηθεί αναμνήσεις από το παρελθόν και το βλέμμα της συναντά τα γεμάτα αγωνία μάτια του παιδιού της με τόσο παράξενο τρόπο σα να έχει ξεχάσει όλες εκείνες τις νύχτες, που εναρμονιζόταν το καρδιοχτύπι της με το κλάμα του μονάκριβου παιδιού της.

Και πόσο κενά, σαν άνθρωπος από άλλο πλανήτη, κοιτάει τους άλλους γύρω της. Μετά από δυο ώρες παίρνει το πουά πέπλο της και αρχίζει να λέει τις προσευχές της. "Μαμά, πόσες φορές λες τις προσευχές σου;" Ρώτησα. "Είναι η πρώτη φορά που έχω πει τις μεσημεριανές και απογευματινές μου προσευχές" απάντησε. Της δίνω να καταλάβει τι εννοώ, όμως δεν το αποδέχεται πως κάνει λάθος. Δεν με ενδιαφέρει, και της λέω έχεις δίκιο παρόλο που είναι η δεύτερη φορά που λέει τις προσευχές της. Αρκετές φορές συμβαίνει στους ανθρώπους που προσπαθούν πολύ να θυμηθούν κάποιο όνομα ή κάτι άλλο γενικότερα, μετά από τόσο μεγάλο και ανούσιο αγώνα να παραπονούνται οι ίδιοι λέγοντας ότι ίσως να πάσχουν από τη νόσο Alzheimer. Επομένως για να σωθούμε από αυτόν τον φαύλο κύκλο των αντιδράσεων και να μην απαιτάμε τόσο διστακτικά, θα ήταν καλύτερα να μελετήσουμε περισσότερο την Alzheimer. Στην πραγματικότητα, ορίζεται ως η νόσος των ηλικιωμένων που είναι κάτι περισσότερο από απλή αμνησία και η οποία στην αρχή αφορά ονόματα και διευθύνσεις. Με άλλα λόγια, η μακρόχρονη μνήμη παραμένει υγιής στο μεγαλύτερο μέρος της, όμως πλήττεται η βραχύχρονη. Και αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο δεν μπορούν να απομνημονεύσουν τίποτα, σε αντίθεση με τους υγιείς που μπορούν να απομνημονεύσουν εύκολα. Η Alzheimer συναντάται κυρίως στους ηλικιωμένους- μεγαλύτερους από 65 ετών- σε ποσοστό 2-5% του συνόλου. Αυτή η νόσος εξελίσσεται βαθμιαία μέσα σε 8 με 20 χρόνια και μέσα σ' αυτήν την περίοδο αρχικά ο/η ασθενής εμφανίζει μνημονικές διαταραχές και συχνά χάνει τον προσανατολισμό του/της, ακόμη και μέσα στο σπίτι της/του. Με την πάροδο του χρόνου, οι ικανότητες προσανατολισμού εκπίπτουν σοβαρά καθώς και η αναγνώριση συγγενικών και φιλικών προσώπων. Οι ασθενείς σ' αυτό το σημείο εμφανίζουν συμπτώματα παιδικού ενθουσιασμού και τέλος δεν δύνανται να εκτελέσουν βασικές δραστηριότητες όπως αυτές της ένδυσης και της ατομικής υγιεινής.

Φυσικά, υπάρχουν και κάποια συμπτώματα που προμηνύουν την επικείμενη εμφάνιση της Alzheimer συμπεριλαμβανομένης της έκπτωσης των αισθήσεων όπως η όσφρηση, η όραση, η ακοή, η αφή, καθώς και της εμφάνισης της κατάθλιψης. Όμως τα συμπτώματα αυτά δεν συνιστούν απαραίτητα την προσβολή ενός ατόμου από τη νόσο. Παρόλα αυτά θα μπορού-

σαν να αποτελέσουν οδηγίες σε περίπτωση που εμφανιστεί μελλοντικά κυρίως στις μεγάλες ηλικίες, ώστε αν προκύψει τελικά, να το αντιληφθούν γρήγορα και να δώσουν στους ασθενείς την προσοχή και την φροντίδα που χρειάζονται. Γι' αυτήν την τόσο διαδεδομένη νόσο του αιώνα μας έχουν δημιουργηθεί πολλές λανθασμένες πεποιθήσεις, όπως ότι όλοι θα νοσήσουν από την Alzheimer ή ότι η Alzheimer είναι νόσος των ηλικιωμένων ή ότι είναι ιάσιμη. Αλλά για να αποσαφηνίσουμε τα λανθασμένα πιστεύω θα μπορούσαμε να πούμε ότι ο κληρονομικός παράγοντας μπορεί να επηρεάζει μέχρι ένα σημείο τους συγγενείς-περιθάλποντες, αλλά μόνο το 5-10% προσβάλλονται από τη νόσο.

Μία άλλη ανυπόστατη άποψη είναι ότι όσο πιο μεγάλος είναι κάποιος, τόσο πιο πιθανό είναι να προσβληθεί από τη νόσο. Ενώ η αύξηση της ηλικίας αυξάνει την πιθανότητα να προσβληθούν οι ηλικιωμένοι άνθρωποι από την Alzheimer, ωστόσο δεν είναι αλήθεια ότι εμφανίζεται μόνο σ' αυτές τις ηλικίες διότι έχουν καταγραφεί κρούσματα σε ηλικίες των 40 και 50 ετών. Γενικότερα, δεν μπορεί κανείς να ισχυριστεί ότι υπάρχει επικρατούσα θεραπεία για τη νόσο, αλλά με τη βοήθεια της σωματικής άσκησης, της σωστής και μετρημένης διατροφής, της κατανάλωσης φρέσκων φρούτων και λαχανικών και της υιοθέτησης ενός φυσιολογικού-υγιούς ωραρίου ύπνου και ενός τρόπου ζωής χωρίς άγχος είναι πολύ πιθανόν να μπορεί να αποφευχθεί η εμφάνισή της. Κάποιοι πιστεύουν ότι η Alzheimer είναι μία μορφή "τρέλας" των ηλικιωμένων, και κάποιοι ότι θα έπρεπε να αντιμετωπιστούν τα συμπτώματα αυστηρά ή απλά να αγνοήσουν την κατάσταση σκόπιμα θεωρώντας πως η ζωή του ηλικιωμένου ανθρώπου πλησιάζει στο τέλος της κι επομένως δεν αξίζει να ασχοληθούν με αυτή.

Η έρευνα και η παρατήρηση όλο αυτό το διάστημα έχουν δείξει ότι η στοργή, η ανεκτικότητα και η συντροφικότητα είναι στοιχεία που μπορούν να ηρεμήσουν τους ασθενείς ακόμη και αν δεν αναγνωρίζουν πια τα μέλη της οικογένειας. Όμως δεν ξεχνούν την ανάγκη για στοργή και διψούν πάντα για την φροντίδα και προσοχή των άλλων, και ποτέ δε ξεδιψούν από τη βροχή της στοργής. Στο σκληρό σύγχρονο κόσμο μας, όπου η ανθρώπινη ύπαρξη υποφέρει και καταπιέζεται, είναι δύσκολο να περάσεις τα τελευταία σου χρόνια χωρίς Alzheimer. Ίσως είναι ένα δώρο αφιερωμένο στον άνθρωπο από τον Θεό για τα τελευταία χρόνια της ζωής, ώστε ο άνθρωπος να ξεχνάει τα προβλήματα που τρέχουν και τις πικρές εμπειρίες της ζωής του. Οι ηλικιωμένοι πορεύονται μαζί με την Alzheimer χωρίς να το συναισθάνονται. Πραγματικά ίσως, η παρουσία της νόσου είναι επίσης, μια υπενθύμιση για τα παιδιά από τον Θεό δηλαδή, να μη ξεχνούν τους ηλικιωμένους και ανήμπορους γονείς που κάποτε υπήρξαν νέοι και γεμάτοι ζωή. Και θα έπρεπε να θυμούνται ότι οι γονείς αυτοί πήραν και φρόντισαν τα μικρά και αδύναμα χέρια τους, όταν τους χρειάζονταν και τώρα είναι υποχρέωσή τους να απλώσουν τα δυνατά νεανικά τους χέρια και να αγκαλιάσουν τα δικά τους που είναι πια αδύναμα.



Η ΓΙΑΓΙΑ ΜΟΥ ΕΓΙΝΕ ΚΑΛΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΝΟΣΟ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ

ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Ο συγγραφέας δεν έχει σχέση με τον ιατρικό κλάδο ούτε με την δημοσιογραφία, είναι συνταξιούχος καθηγητής και ανώτατος κρατικός λειτουργός.

Γνώρισε τη νόσο Alzheimer μέσα στο σπίτι του με τη μορφή της προγεροντικής άνοια, στο πρόσωπο της πολυαγαπημένης του συζύγου την οποία φρόντισε συστηματικά με αγάπη και στοργή.

Η μεγάλη και επιμελημένη φροντίδα συνετέλεσε στην επιβίωση της δεκατέσσερα χρόνια με αξιοπρέπεια πέραν των στατιστικών δεδομένων τα οποία είναι 8 – 10 χρόνια.

Απέκτησε βιώματα όσο κανείς άλλος όχι μόνο από τις προσωπικές του εμπειρίες αλλά και από εμπειρίες άλλων ομοιοπαθών. Εθελοντικά επισκεπτόταν τακτικά τα σπίτια των άλλων ασθενών και προσέφερε συμβουλές και συμπαράσταση στους περιθάλποντες οι οποίοι τον έβλεπαν σαν δικό τους άνθρωπο, συζητούσαν μαζί του, αντάλλασαν εμπειρίες και συζητούσαν για τα προβλήματά τους.

Από μικρός ήταν εθελοντής και συνεχίζει να προσφέρει εθελοντικά τις υπηρεσίες του ακόμα και τώρα που κλείνει το ογδόντα του χρόνια. Παράλληλα με τον εθελοντισμό έχει γνώσεις τεχνολογίας, πληροφορικής, ψυχολογίας, καθηγητής και προικισμένος με διοικητικά προσόντα.

Με την εργασία του αυτή επιδιώκει να ενημερώσει τους πάντες για τα προβλήματα των περιθαλπόντων, για την οφειλόμενη φροντίδα σε αυτούς που μας φρόντιζαν, για τις ιδιομορφίες της νόσου, τις δυνατότητες φροντίδας με αγάπη και ενδιαφέρον.

Επιθυμεί να διδάξει την επιτακτική ανάγκη στους πάντες ότι η νόσος Alzheimer και οι άλλες άνοιες πρέπει να γίνουν γνωστές και ότι όσο πιο γρήγορα διαπιστωθούν τα πρώτα σημάδια, όσο ενωρίτερα γίνει η διάγνωση τόσο ευκολότερα αντιμετωπίζεται η νόσος

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Δυο αδελφάκια, ο Χάρης και η Σοφία, περιγράφουν την απίθανη ιστορία της Γιαγιάς τους η οποία πάσχει από την νόσο Αλτσχάϊμερ .

Από τις συζητήσεις τους φαίνεται το δράμα του κάθε σπιτιού που το έχει χτυπήσει η νόσος, η καρτερία, η άσβηστη ελπίδα στο Θεό και την επιστήμη και η χαρά της προσφοράς αγάπης.

Ακόμα φαίνεται η αναληγσία των αρμοδίων Κρατικών Λειτουργιών κι άλλων φορέων οι οποίοι αυτοαποκαλούνται Πολιτιστικά ή Φιλανθρωπικά Σωματεία ή ακόμη δρουν με άλλους ξενόφερτους, εντυπωσιακούς και παραπλανητικούς τίτλους.

Τα δύο αδελφάκια.



Η Σοφία και ο Χάρης ετοιμάζονται να παίξουν.

Λέει ο Χάρης «Σοφία πάμε να παίξουμε;»

«Ναι, Χάρη μου» απαντά η Σοφία «αλλά τα παιχνίδια μας τα έχουμε στο δωμάτιο του παππού και της γιαγιάς και αυτή την ώρα ο καημένος ο παππούς θα κοιμάται. Είναι κρίμα να τον ξυπνήσουμε, κουράζεται πολύ με την γιαγιά. Μέρα και νύχτα την φροντίζει κι αυτή η γιαγιά συνέχεια τον ταλαιπωρεί με τις ιδιοτροπίες της.»

«Είναι καλός ο παππούς» λέει ο Χάρης «και δε θα μας μαλώσει, μας αγαπάει τόσο πολύ που, όποια χάρη και να του ζητήσουμε θα μας την κάνει, και όποια αταξία κι αν κάνουμε μας τη συγχωράει.»

«Ναι Χάρη» λέει η Σοφία «ακριβώς για αυτό! επειδή είναι καλός, πρέπει να τον αγαπάμε περισσότερο και να μη τον κουράζουμε, φτάνει που η γιαγιά μέρα και νύχτα δεν τον αφήνει να ξεκουραστεί.

«Η μαμά, που είναι κόρη της γιαγιάς, και η θεία, που είναι αδελφή της, δεν μπορούν να τον βοηθήσουν καθόλου. Δεν τους ζητάει βοήθεια βέβαια, είναι περήφανος, δε θέλει να βάλλει άλλον σε κόπο γιατί θέλει να την φροντίζει ο ίδιος.

Όπως λέει ο ίδιος, του δίνει ευχαρίστηση και ταυτόχρονα της κάνει καλό να έχει δίπλα της ένα δικό της άνθρωπο να της κάνει παρέα.

« Φταίει ο παππούς» λέει ο Χάρης «που δε βάζει τη γιαγιά σε νοσοκομείο, σε κλινική ή σε ίδρυμα για να μη κουράζεται ο ίδιος»

«Όχι Χάρη» λέει η Σοφία. «Θυμάσαι τότε που είχαμε χαλάσει το σπίτι για να το ξανακάνουμε καινούριο; Τότε που η μαμά μαζί με τη θεία ζήτησαν να βάλει ο παππούς τη γιαγιά στην κλινική; Θυμάσαι, πόσο μας έλειψε ο παππούς; Το πρωί που είμαστε στο σχολείο ο παππούς βοηθούσε στο χτίσιμο του σπιτιού και το απόγευμα που τον θέλαμε, έλειπε και πήγαινε κουρασμένος στη γιαγιά. Τότε κουραζόταν περισσότερο, αλλά κι εμείς δεν τον είχαμε κοντά μας.»

Κι ο Χάρης ρωτάει...

«Τι ήθελε και πήγαινε ο ίδιος στην κλινική, αφού οι νοσοκόμες την φρόντιζαν καλύτερα;»

«Το ίδιο τον είχα ρωτήσει κι εγώ» λέει η Σοφία «αλλά μου είχε πει ότι η γιαγιά μας στεναχωριέται μόνη της και θέλει να έχει κάποιον δικό της για παρέα. και ότι οι νοσοκόμοι είναι πάντοτε ξένοι και όσο φιλότιμοι κι αν είναι δεν μπορούν να της προσφέρουν την αγάπη που χρειάζεται.»

«Μου είπε ακόμα ότι «αν ο Θεός της χαρίζει να ζήσει δέκα ημέρες, στην κλινική ή στο νοσοκομείο θα ζήσει μόνο τρεις.»

«Ο παππούς θέλει να τη κρατήσει ζωντανή μέχρι να γίνει εντελώς καλά. Του είχα πει ότι η γιαγιά δεν καταλαβαίνει αλλά αυτός με τη σειρά του μου είχε απαντήσει ότι τα καταλαβαίνει όλα αλλά έχει ξεχάσει να μιλάει. Όταν όμως γίνει καλά θα μιλάει κανονικά και θα μας λέει και πάλι παραμύθια.»

Η Σοφία που θέλει να παίξει, λέει στον Χάρη:

«Πήγαινε σιγά-σιγά και κοίταξε από την πόρτα να δεις αν κοιμάται ο παππούς κι αν έχει ξυπνήσει φώναξε με να έλθω να πάρω κι εγώ τα δικά μου παιχνίδια.»

(Η συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΟΙΝΟΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ «ΠΑΝΑΚΕΙΑ», ΡΟΔΟΣ

Το Ιατρείο Μνήμης ξεκίνησε τη λειτουργία του το Σεπτέμβριο του 2008, ανταποκρινόμενο με τις υπηρεσίες που παρέχει, στις ανάγκες των ανοϊκών ασθενών και των συγγενών τους, για έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση και θεραπεία οποιασδήποτε μορφής άνοιας. Πρόδρομος του Ιατρείου Μνήμης ήταν το Συμβουλευτικό Κέντρο Φροντίδας Ασθενών με Άνοια Τύπου Alzheimer, το οποίο ξεκίνησε με πρωτοβουλία της **Εταιρείας «Πανάκεια» στη Ρόδο** τον Οκτώβριο του 2006, με σκοπό την καλύτερη δυνατή ενημέρωση και τη στήριξη των περιθαλπόντων και των συγγενών των ασθενών με προβλήματα μνήμης. Η λειτουργία του συμβουλευτικού κέντρου κατέδειξε την αναγκαιότητα ύπαρξης ενός Τακτικού Ιατρείου Μνήμης, έτσι ώστε να επιτευχθεί ακριβής διάγνωση στα πρώτα κλινικά στάδια του ανοϊκού συνδρόμου, κάτι που βοηθάει τον ασθενή και τον συγγενή να προετοιμαστούν καλύτερα για τα στάδια που θα ακολουθήσουν.

Το ιατρείο μνήμης στελεχώνεται από διεπιστημονική ομάδα επαγγελματιών υγείας που αποτελείται από γιατρούς (νευρολόγο και ψυχίατρο), ψυχολόγους, λογοθεραπευτή, νοσηλεύτρια και κοινωνική λειτουργό, παρέχοντας δωρεάν υπηρεσίες:

- ✓ Κλινικής, νευρολογικής και ψυχιατρικής αξιολόγησης.
- ✓ Εκτίμησης και διάγνωσης των νοητικών λειτουργιών μέσα από ειδικές δοκιμασίες νευροψυχολογικής αξιολόγησης.
- ✓ Θεραπείας και αποκατάστασης μέσα από φαρμακευτική αγωγή και προγράμματα νοητικής ενδυνάμωσης.
- ✓ Επαναξιολόγησης και τακτικής παρακολούθησης του ασθενούς.
- ✓ Υποστήριξης και συμβουλευτικής καθοδήγησης των ασθενών και των οικογενειών τους.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ:

1. Ατομικές και ομαδικές συνεδρίες νοητικής ενδυνάμωσης

Εφόσον το άτομο που αξιολογήθηκε στο Ιατρείο Μνήμης διαγνωσθεί ως ανοϊκός ασθενής με άνοια Τύπου Alzheimer ή άλλη μορφή άνοιας, δομείται και πραγματοποιείται ένα θεραπευτικό πρόγραμμα, ανταποκρινόμενο στις ατομικές ανάγκες του ασθενούς. Ο ασθενής μπορεί να συμμετέχει σε ατομικά ή ομαδικά προγράμματα, που περιλαμβάνουν ασκήσεις νοητικής ενδυνάμωσης, δραστηριότητες που υποβοηθούν τη μνήμη, όπως σκάκι, σταυρόλεξα, θεραπείες τέχνης, θεραπεία δι' αναμνήσεων. Σκοπός όλων των προγραμμάτων είναι να καταφέρει ο ασθενής να βελτιώσει ή να διατηρήσει σταθερή τη γνωστική του κατάσταση, να τροποποιηθεί τυχόν προβληματικές συμπεριφορές, να κοινωνικοποιηθεί και να παραμένει σε καλή συναισθηματική διάθεση, η οποία συχνά επηρεάζεται αρνητικά λόγω της ασθένειας. **Μελλοντικός στόχος της εταιρείας μας είναι η δημιουργία ενός Κέντρου ημέρας για τους ανοϊκούς ασθενείς και για τις οικογένειές τους.**

2. Πρόγραμμα καταγραφής των ανοϊκών συνδρόμων στη Ρόδο

Η προσπάθεια καταγραφής των ανοϊκών συνδρόμων στη Ρόδο ξεκίνησε το Μάιο του 2008 και ολοκληρώθηκε το Σεπτέμβριο του 2008 με προγραμματισμένες επισκέψεις της διεπιστημονικής ομάδας (γιατρός, ψυχολόγοι, νοσηλεύτρια, κοινωνική λειτουργός) της

Εταιρείας «Πανάκεια» σε όλους τους δήμους του νησιού. Σκοπός των επισκέψεων αυτών ήταν η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση της κοινότητας για θέματα άνοιας, η διεξαγωγή ασφαλών συμπερασμάτων για την κατανομή και τη διασπορά των ανοϊκών συνδρόμων στο νησί της Ρόδου, καθώς και η παραπομπή στο Ιατρείο Μνήμης όσων ηλικιωμένων κρίνονταν απαραίτητο, ύστερα από τη διεξαγωγή μίας σύντομης νευροψυχολογικής αξιολόγησης για την ανίχνευση διαταραχών μνήμης.

3. Συμβουλευτική συγγενών

Τα τακτικά μέλη του Ιατρείου Μνήμης, αλλά και λοιποί συγγενείς ανοϊκών ασθενών μπορούν να συμμετέχουν σε ομαδικές ή ατομικές συναντήσεις, όπου θα έχουν την ευκαιρία να ενημερωθούν, να ανταλλάξουν απόψεις και να μοιραστούν τις σκέψεις, τους προβληματισμούς και τα συναισθήματά τους για τους δικούς τους ανθρώπους που πάσχουν από κάποια μορφή άνοιας. Ειδικές ομάδες συμβουλευτικής λειτουργούν για τα μικρά παιδιά, τα οποία συνήθως δυσκολεύονται να καταλάβουν γιατί ο παππούς ή η γιαγιά δεν θυμούνται το όνομά τους και δεν μπορούν να τους πουν ένα παραμύθι, όπως παλιά.

4. Εκπαίδευση του προσωπικού και άλλων επαγγελματιών υγείας

Η Εταιρεία πραγματοποιεί εκπαιδευτικά προγράμματα για τη συνεχή και ολοκληρωμένη κατάρτιση των γιατρών και άλλων επαγγελματιών υγείας, με σκοπό την καλύτερη διάγνωση και τη θεραπεία των ανοϊκών ασθενών. Τα προγράμματα αυτά πραγματοποιούνται σε συνεργασία με την *Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών* καθώς και με την *Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών που έδρα της έχει τη Θεσσαλονίκη*.

5. Διοργάνωση επιστημονικών ημερίδων και συνεδρίων

Στο πλαίσιο ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης της κοινότητας για τα ανοϊκά σύνδρομα έχουν διοργανωθεί από την Εταιρεία επιστημονικά συνέδρια και ημερίδες. Η πιο πρόσφατη διοργάνωση πραγματοποιήθηκε στις 24/9/08 στο «Ακταίον» με αφορμή τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας για τη νόσο Alzheimer (21/9/08). Μελλοντικά προγραμματίζονται και νέες εκδηλώσεις, όπου θα συζητηθούν όλες οι νεότερες επιστημονικές εξελίξεις για την διάγνωση και τη θεραπεία των ανοϊκών.

6. Έκδοση ενημερωτικών φυλλαδίων

Ενημερωτικά φυλλάδια και εγχειρίδια παρέχονται δωρεάν προς ενημέρωση των περιθαλπόντων, των συγγενών και του κοινού για θέματα άνοιας.



ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER – 21 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

Στα πλαίσια του εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer, η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer διέθεσε ένα περίπτερο ενημέρωσης του κοινού στην πλατεία Αριστοτέλους, στη **Θεσσαλονίκη**. Το περίπτερο ήταν στη διάθεση του κοινού την εβδομάδα 15 – 21 Σεπτεμβρίου και από τις 09:00 π.μ. μέχρι τις 21:00 μ.μ. Κατά το συγκεκριμένο χρονικό διάστημα διανεμήθηκε έντυπο ενημερωτικό υλικό στους πολίτες της Θεσσαλονίκης σχετικά με τις δράσεις της Ελληνικής Εταιρείας Alzheimer και τις τρέχουσες εκδηλώσεις της. Συγκεκριμένα, υπήρξε ενημέρωση για την εκδήλωση της εταιρείας στην Αίθουσα Τελετών ΑΠΘ στις 18/09 εν



όψει του εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας καθώς και για τα σεμινάρια γύρω από τη νόσο που πραγματοποιούνται στη Δημοτική Βιβλιοθήκη Θεσσαλονίκης. Η ανταπόκριση του κοινού ήταν συγκινητική καθώς το τοπίο γύρω από την άνοια παραμένει θολό για πολλούς.

Παράλληλα, ενημερώθηκαν οι πολίτες με έντυπο υλικό αναφορικά με τα δύο επερχόμενα συνέδρια της Ελληνικής Εταιρείας Alzheimer, το 6^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer που θα πραγματοποιηθεί το διάστημα 19-22 Φεβρουαρίου 2009 στο ξενοδοχείο Grand Hotel Palace, και το 25^ο Παγκόσμιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer που θα πραγματοποιηθεί το διάστημα 11-13 Μαρτίου 2010. Τα ανωτέρω συνέδρια αποτελούν καινοτομία στο χώρο της άνοιας στην πατρίδα μας.

Τέλος, πραγματοποιήθηκε ομιλία ενημέρωσης σχετικά με τις νεότερες εξελίξεις στη Νόσο Alzheimer, από την κ. Τσολάκη Μ., Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, στην αίθουσα τελετών του ΑΠΘ. Η εκδήλωση έλαβε χώρα το απόγευμα της 18^{ης} Σεπτεμβρίου και η προσέλευση των τοπικών αρχών της πόλης αλλά και απλών πολιτών ήταν εντυπωσιακή.



Οι εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν στα **Χανιά** με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα για τη νόσο Alzheimer σε συνεργασία του Κ.Η.Φ. με την Εταιρεία Alzheimer Χανίων είναι:

Παρασκευή 19/9/08 : περίπτερο στην πλατεία δημοτικής αγοράς (8.00 με 13.00) για διανομή ενημερωτικών φυλλαδίων και ενημερωτικού υλικού και πληροφόρησης του κοινού.

Δευτέρα 22/9/08 : συγγραφή σχετικών άρθρων στην εφημερίδα Τρίτη 16/9/08 : ομιλία στο αμφιθέατρο του Γ.Ν. Νοσοκομείου Χανίων, ώρα 13.00μμ. από την κ. Τσολάκη Μ. με θέμα "Νόσος Alzheimer : νεότερες εξελίξεις"

Τρίτη 16/9/08 : ομιλία για το ευρύ κοινό στην αίθουσα συνεδριάσεων της Μητρόπολης Χανίων (Δεσποτικό), ώρα 19.30 μμ. από την κ. Τσολάκη Μ. με θέμα " Άνοια και Νόσος Alzheimer σήμερα", και από την κ. Γλυνιαδάκη Μαρία με θέμα " Η λειτουργία του Κέντρου Ημερήσιας Φροντίδας στα Χανιά τα τελευταία 2 χρόνια".

Επίσης με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα για τα ΑμέΑ (3 Δεκεμβρίου) σχεδιάζονται:

3/12 : συμμετοχή σε κίσκι που θα μοιράζεται ενημερωτικό υλικό. Παράλληλα θα πραγματοποιηθεί συλλογή υπογραφών που θα απευθύνεται προς το Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης με σκοπό να αναγνωριστεί η νόσος Alzheimer 100% αναπηρία.

3/12 : εθελοντική αιμοδοσία στο Κέντρο Ημέρας, σε συνεργασία με το σύλλογο "Χρυσοπηγή"

3/12 : το Κέντρο θα παραμείνει ανοικτό (Χρυσοπηγής 60) ώστε να επισκεφτεί το χώρο κάθε ενδιαφερόμενος.

22/12 : το Κέντρο θα πραγματοποιήσει Χριστουγεννιάτικο Παζάρι με δημιουργίες των εξυπηρετούμενων του Κέντρου.

Στα πλαίσια της εξοικείωσης του κοινού με τα προβλήματα της νόσου, και της σχετικής ενημέρωσης, η Εταιρεία Alzheimer Χανίων οργανώνει "Τσάι" στις 24/11, στη Λέσχη Αξιωματικών Φρουράς Χανίων, ώρα 18.30 μμ.

**35ο Ετήσιο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο**

Η Ιατρική Εταιρεία Αθηνών οργανώνει το **35ο Ετήσιο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο στο Ξενοδοχείο Hilton, 5-9 Μαΐου 2009**. Το Συνέδριο περιλαμβάνει Διαλέξεις, Διαιτητικές Συζητήσεις, Στρογγυλά Τραπέζια, Συμπόσια, Κλινικά Φροντιστήρια, Σεμινάρια και Ελεύθερες Ανακοινώσεις. Ημερομηνία Υποβολής Περιλήψεων: **16 Ιανουαρίου 2009**
Πληροφορίες: www.pis.gr

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΟΡΤΑΣΜΟ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΗΜΕΡΑΣ 2008 - ΑΘΗΝΑ

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Alzheimer που γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 21 Σεπτεμβρίου, η Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών οργάνωσε και φέτος εβδομάδα εκδηλώσεων με στόχο την ευαισθητοποίηση και την ενημέρωση της κοινής γνώμης σχετικά με την νόσο Αλτσχάιμερ και τη στήριξη των οικογενειών των ανοϊκών ασθενών.

Στη διάρκεια της εβδομάδας εκδηλώσεων για την Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Alzheimer (15/9 - 19/9) πραγματοποιήθηκε δωρεάν εξέταση μνήμης από επαγγελματίες υγείας (γιατρούς και ψυχολόγους) στο χώρο του Πολεμικού Μουσείου όπου είχαν στηθεί ειδικά διαμορφωμένα κουβούκλια. Τα τεστ



μνήμης έγιναν σε άτομα ηλικίας άνω των 60 ετών που είχαν κλείσει τηλεφωνικό ραντεβού. Η ανταπόκριση του κόσμου ήταν μεγάλη χάρη στην επιτυχημένη διαφημιστική καμπάνια. Αξιίζει να σημειωθεί ότι στο διάστημα αυτό εξετάστηκαν περίπου 1200 άτομα! Οι συμμετέχοντες

που παρουσίασαν διαταραχές μη συμβατές με την ηλικία τους παραπέμφθηκαν για περαιτέρω διερεύνηση σε δημόσια Ιατρεία Μνήμης. Παράλληλα, στο αμφιθέατρο του Πολεμικού Μουσείου προβάλλονταν ταινίες και πραγματοποιούνταν ομάδες ενημέρωσης του κοινού σχετικά με την πρόληψη και τη θεραπεία των ανοϊκών συνδρόμων καθώς και για τις υπάρχουσες δομές και υπηρεσίες. Ακολουθούσε συζήτηση με ειδικευμένους επαγγελματίες υγείας, κατά την οποία οι ενδιαφερόμενοι μπορούσαν να εκφράσουν τις ανησυχίες και τις απορίες τους σχετικά με τη φροντίδα των ασθενών και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν καθημερινά.

Η Ανοικτή συγκέντρωση για το ευρύ κοινό στο αμφιθέατρο του Πολεμικού Μουσείου στις 19 Σεπτεμβρίου 2008 με θέμα «Τελευταίες εξελίξεις για τη Νόσο Alzheimer» είχε μεγάλη επιτυχία. Στη συγκέντρωση παρευρέθηκαν και απηύθυναν χαιρετισμό μεταξύ άλλων ο νομάρχης Αθηνών κ. Γ. Σγουρός, ο αντιδήμαρχος Κοινωνικής Αλληλεγγύης κ. Ε. Σκιαδάς, ο αντιπρόσωπος του Αρχιεπισκόπου Αθηνών πατήρ Κλήμης, η ευρωβουλευτής Μ. Ματσούκα, η βουλευτής Δ. Αράπογλου κ.α. Η πρόεδρος της Εταιρείας μας Δρ. Παρασκευή Σακκά, Νευρολόγος - Ψυχίατρος, παρουσίασε τα τελευταία δεδομένα σχετικά με τη νόσο. Ακολούθησαν μονόλογοι ερμηνευμένοι από τους ηθοποιούς Έφη Παπαθεοδώρου και Σίμωνα Πάτροκλου. Οι ηθοποιοί μέσα από την συγκλονιστική ερμηνεία τους παρουσίασαν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι ανοϊκοί ασθενείς και οι φροντιστές τους. Η συγκίνηση και υποστήριξη του κόσμου υπήρξε μεγάλη.

- ✓ Το Σάββατο 20/09 πραγματοποιήθηκε με επιτυχία Επιστημονική Ημερίδα με θέμα: «Νόσος Αλτσχάιμερ, μια πολυπαραγοντική προσέγγιση». Την ημερίδα παρακολούθησαν συνολικά 300 επαγγελματίες υγείας.
- ✓ Λειτουργήσε ειδικός συμβουλευτικός σταθμός στην Πλατεί-

α Συντάγματος όπου εθελοντές και επαγγελματίες υγείας - μέλη της Εταιρείας μας διένειμαν δωρεάν έντυπο ενημερωτικό υλικό και έδιναν βασικές πληροφορίες σχετικά με τη νόσο στους ενδιαφερόμενους.



- ✓ Τηλεοπτικά και ραδιοφωνικά μηνύματα καθώς και εκτεταμένη αφισκοκόλληση σε όλη την Αθήνα ενημέρωσαν το κοινό για τις προγραμματισμένες εκδηλώσεις της Εταιρείας μας.
- ✓ Για πρώτη φορά στην Ελλάδα την Κυριακή 21/09 πραγματοποιήθηκε πορεία για τη Νόσο Αλτσχάιμερ (Memory Walk) με σύνθημα «Νόσος Αλτσχάιμερ, την αντιμετωπίζουμε βήμα-βήμα». Την πορεία συνόδευε η φιλαρμονική ορχήστρα του Δήμου Αθηναίων. Περίπου 500 ασθενείς, φροντιστές, φίλοι και μέλη της Εταιρείας φορώντας μπλουζάκια και καπέλα της Εταιρείας περπάτησαν από το Σύνταγμα έως το προαύλιο του Ζαπτείου όπου απηύθυνε χαιρετισμό εκ μέρους του Δημάρχου Αθηναίων η Αντιδήμαρχος Υγείας κ. Αλεξία Έβερτ.

Ο φετινός απολογισμός του εορτασμού μας γέμισε αισιοδοξία βλέποντας την ανταπόκριση του κόσμου που ήταν μεγαλύτερη από κάθε άλλη χρονιά και τις συντονισμένες προσπάθειες της Εταιρείας μας να ευοδώνονται!

ΠΑΝΘΡΑΚΙΚΗ ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΗΜΕΡΑΣ

Το Σάββατο 27/09/2008 έληξε με επιτυχία η Πανθρακική Διημερίδα για τη Νόσο Alzheimer στα πλαίσια της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer. Τη Διημερίδα τίμησαν με την παρουσία τους, η κ. Μ. Τσολάκη Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Ν. Alzheimer, καθώς και Πολιτικοί και μη Παράγοντες της Περιφέρειας μας. Η Διημερίδα ξεκίνησε την Παρασκευή στο Δημοτικό Αμφιθέατρο Ξάνθης στην οποία έγιναν και απονομές Τιμητικών Διακρίσεων και κορυφώθηκαν το Σάββατο στο Ξενοδοχείο Νατάσα. Οι παρουσιάσεις των θεμάτων έγιναν από την κ. Κ. Ανανιάδου, καθηγήτρια Φιλολογίας, την κ. Μ. Ανδρέου, Γ/Ο Ιατρός Επιμελ. Α΄ ΚΥ Σταυρούπολης, την κ. Σ. Αργυριάδου, Γ/Ο Ιατρός Διευθύντρια ΚΥ Χρυσούπολης, την κ. Π. Δεσούδη, Ψυχολόγο, την κ. Ε. Πόππη, Ψυχολόγο, τον κ. Α. Λιάπη, Πρόεδρο Ινστιτούτου Alzheimer Βόλου, την κ. Π. Μιχαηλίδου, Πρόεδρο Ελληνικής Εταιρείας Ν. Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Ν. Ξάνθης, τον κ. Δ. Νικηφορίδη, Δ/ντή Νευρ/κού Τμήματος Γ. Ν. Ξάνθης, την κ. Μ. Τσολάκη, Πρόεδρο Παν. Ομοσπονδίας Ελλ. Εταιρείας Ν. Alzheimer και Συναφών Διαταραχών, την κ. Ν. Τσολάκη, Φυσιοθεραπεύτρια και την κ. Ι. Τσοκάνη, Κοινωνική Λειτουργό.



Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΟ ΔΗΜΟ ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ

Το σωματείο Στήριξης Ασθενών Νόσου Alzheimer - Συναφών Διαταραχών και Υπερήλικων Καρνώτισσας σε συνεργασία με τη Δημοτική Επιχείρηση **Γιαννιτσών** στα πλαίσια του εορτασμού της "Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer" διοργάνωσαν εκδήλωση στην αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Γιαννιτσών την Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου. Ομιλητές ήταν οι εξής:



Τσολάκη Μ., Πρόεδρος της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών με θέμα: "Νόσος Alzheimer: Αντιμετώπιση στην Ελλάδα Σήμερα"

Κάλφας Δ., Ψυχίατρος Γενικού Νοσοκομείου Γιαννιτσών με θέμα: "Κατάθλιψη και Νόσος Alzheimer"

Γκλέτσος Α. με θέμα: "Η θεραπευτική συμβολή της εργοθεραπείας στη Νόσο Alzheimer"

Συντονιστής ήταν ο κ. Ερυθρόπουλος Κ., δημοσιογράφος του TV Πέλλα, που ήταν και χορηγός της εκδήλωσης.



Συλλυπητήρια

Στην οικογένεια Φιλίπιδου για το θάνατο του αγαπημένου τους συζύγου και πατέρα.

Στην κ. Παπανακλή Α. για το θάνατο της μητέρας της, Νίτσα Ουρ.

Στην κ. Αγγέλου Αλ. για το θάνατο της αδερφής της Σπάνδου Θ.

Ευχαριστούμε την κ. Παπανακλή Α., τον κ. Παπανακλή Χρ., την κ. Καλτσογιάννη Γ. και την κ. Γκατζογιάννη για τη δωρεά τους στην εταιρεία εις μνήμην των αγαπημένων τους συγγενών.

ΣΕΜΝΗ ΤΕΛΕΤΗ ΣΤΟ ΔΗΜΟ ΚΟΝΙΣΤΡΩΝ ΕΥΒΟΙΑΣ

Κονίστρες : Όνομα αρχαίο το οποίο σημαίνει **παλαίστρα**, τόπος αγώνα.

Εδώ στο Δήμο Κονιστρών έγινε η επιλογή να γίνει η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer για να αγωνισθούν κατά της νόσου που αθόρυβα μπαίνει στα σπίτια μας, κάνει τον άνθρωπο να ξεχνά, τον αποδιοργανώνει και μαζί με τον ασθενή βασανίζει όλη την οικογένεια.



Εδώ στις **Κονίστρες** την κοιτίδα του «αγωνίζεσθε» την γενέτειρα του Ιατρού Γεώργιου Παπανικολάου, εφευρέτη του test pap, μια

ομάδα αγωνιστών που αποτελεί το Διοικητικό Συμβούλιο στο οποίο συμμετέχουν αρμορικά δύο ανώτατοι Αξιοματικοί, δύο Ιερείς δύο διακεκριμένοι επαγγελματίες της Υγείας και μια δραστήρια κυρία η οποία είναι και πρόεδρος του Εμπορικού συλλόγου Κονιστρών.

Την 22^α Σεπτεμβρίου σε σεμνή τελετή συναντήθηκαν στην επέτειο της Παγκόσμιας Ημέρας της Νόσου Alzheimer να ευαισθητοποιήσουν και να ενημερώσουν τους συμπολίτες και τους κατοίκους της περιοχής για τις ιδιαιτερότητες της νόσου Alzheimer και για την αντιμετώπισή της.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΤΟ ΔΗΜΟ Ν. ΜΟΥΔΑΝΙΩΝ

Με αφορμή τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer η Εταιρεία Μελέτης Ν. Alzheimer και Αγγειακών Ανοιών Κεντρικής Μακεδονίας και η Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Καλλικράτειας σε συνεργασία με το Δήμο Μουδανιών πραγματοποίησαν εκδήλωση για τους επαγγελματίες υγείας την Τετάρτη 10 Σεπτεμβρίου 2008 από τις 9:30-6:30 μ.μ στο Πολιτιστικό Κέντρο του Δήμου Μουδανιών και Θέμα 'Ανοια και Κατάθλιψη. Διάγνωση, Θεραπεία, Αποκατάσταση'. Οι διαλέξεις της διεπιστημονικής ημερίδας πραγματοποιήθηκαν από τους: κ^ο Οικονομίδη, κ^α. Τσάνταλη, κ^ο Καλογερίδη, κ^α Κακογιάννη, κ^ο Σαμόλη, κ^α Χατζηαδαμίδου και τον κ^ο Χαλάτση.

Μέσα από τις σελίδες του περιοδικού θα θέλαμε να ευχαριστούμε το δήμο **Μουδανιών**, αλλά και τα τοπικά ΜΜΕ που κάλυψαν μέρος της εκδήλωσης.



Εταιρεία Μελέτης Ν. Alzheimer και Αγγειακών Ανοιών Κεντρικής Μακεδονίας

Σ. Τάττη, 10, 546 21 Θεσσαλονίκη.
Τ. 2310 280707, Fax : 2310 261226,
Κ. 6942 952822 ,

E-mail: alzheimer.cmacedonia@gmail.gr



Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Καλλικράτειας-Χαλκιδική

Χατζηαργύρου 68, 63080, Ν. Καλλικράτεια Χαλκιδικής.

Κ. 6974 900754,

E-mail: info@tsantalieleni.gr

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Ημερίδα με Στόχο την Εκπαίδευση των Λειτουργών Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας στη Νόσο Alzheimer, Δημοσιογραφική Εστία, 2 Οκτωβρίου 2008

Αξιότιμε κ αναπληρωτή Διευθυντή Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας (ή εκπρόσωπε του Υπουργού Υγείας)
Εκλεκτοί προσκεκλημένοι,
Αγαπητοί συνάδελφοι,

Είμαι μεγάλη χαρά που σας καλωσορίζω στη σημερινή ημερίδα που διοργανώνουμε ως πολυθεματική επιτροπή σε συνεργασία με τις Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας για τη νόσο του Alzheimer (NA). Στόχο μας είναι η ευαισθητοποίηση και εκπαίδευση των Λειτουργών Υγείας γύρω από τη νόσο αυτή.

Όπως γνωρίζετε η NA είναι μια προοδευτική νευροεκφυλιστική νόσος που οδηγεί στην καταστροφή των νευρώνων, ιδίως εκείνων που συμμετέχουν στις ανώτερες λειτουργίες του εγκεφαλικού φλοιού, όπως η μνήμη και η μάθηση. Λόγω αυτής της διαδικασίας η νοητική λειτουργία επιδεινώνεται, όπως και η συμπεριφορά και η ικανότητα εκτέλεσης καθημερινών δραστηριοτήτων. Στα προχωρημένα στάδια, πρόκειται για μια από τις πιο αναπηρικές καταστάσεις που προσβάλλουν τους ηλικιωμένους.

Η NA είναι μια αρρώστια με τεράστιο ψυχολογικό κόστος για τον ίδιο τον ασθενή, την οικογένειά του και για όσους του παρέχουν βοήθεια και φροντίδα. Ως λειτουργοί της υγείας θα κληθούμε πολλές φορές να θεραπεύσουμε τέτοια άτομα αλλά και να σταθούμε δίπλα στην οικογένειά τους. Είναι βασικό να βάλουμε έγκαιρα τη διάγνωση και στη συνέχεια να αντιμετωπίσουμε τον ασθενή και την οικογένειά του στο σύνολο, έχοντας υπόψη τις ευεργετικές επιδράσεις μια τέτοιας ενέργειας.

Θα ήθελα να κάνω μια σύντομη αναφορά στην πολυθεματική επιτροπή για τη NA που ιδρύθηκε το 2001 και έχει ως στόχο τη βελτίωση και το συντονισμό στην παροχή φροντίδας στα άτομα με NA και την οικογένειά τους.

Επιγραμματικά οι δραστηριότητες που έχει πραγματοποιήσει τα χρόνια της λειτουργίας της αφορούν

- ♦ Πραγματοποίηση ερευνών για αξιολόγηση του μεγέθους του προβλήματος, έρευνες που έχουν δείξει ότι αυτό βρίσκεται στο επίπεδο των άλλων χωρών της Ε.Ε.

Γνωστοποίηση του προβλήματος και ευαισθητοποίηση του κοινού με:

1. Δημοσιεύσεις σε περιοδικά και εφημερίδες
 2. Παρουσιάσεις μέσω των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης
- Ευαισθητοποίηση του ιατρικού κόσμου και άλλων εμπλεκόμενων επαγγελματιών υγείας με
1. Εκπαίδευση Ιατρικών Λειτουργών της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας με στόχο την έγκαιρη διάγνωση και παραπομπή προς ειδικούς
 2. Επαγγελματιών Υγείας για υποστήριξη των ατόμων αυτών και των οικογενειών τους στην κοινότητα.
- ♦ Συνεργασία με αντίστοιχους φορείς και επιστημονικές ομάδες του εξωτερικού
 - ♦ Εμπλοκή υπηρεσιών και εθελοντικών οργανώσεων για στήρι-

ξη των οικογενειών των ασθενών

- ♦ Δωρεάν Φαρμακευτική Περιθαλψη των ασθενών με νόσο Alzheimer

Η κάλυψη γίνεται τόσο για ασθενείς του Δημοσίου όσο και του Ιδιωτικού Τομέα που παρακολουθούνται από Ψυχίατρος, Νευρολόγους ή Γηριάτρος. Θα πρέπει να τονιστεί το γεγονός ότι η δωρεάν κάλυψη η οποία ξεκίνησε το 2002 στοιχίζει ετήσια περίπου 700.000 € και με αυτή έχουν μέχρι στιγμής εξυπηρετηθεί 1100 άτομα. Με τη μέθοδο της συμπληρωμής, η οποία έχει συμπληρώσει 12 μήνες εφαρμογής, εξυπηρετούνται αυτή τη στιγμή 345 ασθενείς και υπάρχει μια ετήσια δαπάνη 110.000 €. Η εφαρμογή του όλου προγράμματος ακολουθεί συγκεκριμένα πρωτόκολλα και διαδικασίες που στόχο έχουν να διασφαλίσουν την αποτελεσματικότητά του.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τους εκλεκτούς ομιλητές που παρά τις ανειλημμένες υποχρεώσεις τους πρόθυμα δέχτηκαν την πρόσκλησή μας να παρουσιάσουν στη σημερινή ημερίδα και να τους ευχηθώ ευχάριστη διαμονή στη χώρα μας. Είμαι σίγουρος ότι η σημερινή ημέρα θα είναι ενδιαφέρουσα και παραγωγική για όλους μας.

*Γιάννης Καλακούτας
Πρόεδρος της Πολυθεματικής Επιτροπής
του Υπουργείου Υγείας*

Εκ μέρους του Υπουργού Υγείας κ. Χρίστου Πατσάλιδη, απευθύνω θερμό χαιρετισμό στην Ημερίδα που οργανώνει η Πολυθεματική Επιτροπή του Υπουργείου Υγείας που ασχολείται με τη Νόσο Alzheimer (NA) με στόχο την εκπαίδευση και την ευαισθητοποίηση των λειτουργών Υγείας.

Η υγεία μετριέται όχι μόνο με βάση τη θνησιμότητα και νοσηρότητα, αλλά και με βάση την ποιότητα ζωής και την ικανότητα του ατόμου να συμμετάσχει, ως πλήρες μέλος, στην κοινωνική ζωή του τόπου του. Το υψηλό βιοτικό επίπεδο σήμερα στις περισσότερες χώρες, και ειδικότερα στην πατρίδα μας, προσφέρει βασικές προϋποθέσεις για μια αξιοπρεπή και ασφαλή διαβίωση καθώς και για προστασία και προαγωγή της υγείας. Ταυτόχρονα, όμως, πληρώνουμε το τίμημα αυτής της ανάπτυξης, μέσα από την αύξηση της συχνότητας των μη μεταδοτικών νοσημάτων και την επιβάρυνση στα συστήματα υγείας και κοινωνικών παροχών, που αυτή συνεπάγεται.

Η NA αποτελεί ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα δημόσιας υγείας σε όλες τις αναπτυσσόμενες χώρες. Η συχνότητα της νόσου φαίνεται να αυξάνει μέσα στον πληθυσμό, όπως εξάλλου συμβαίνει και με πολλές άλλες «ασθένειες του πολιτισμού», όπως αποκαλούνται τα μη μεταδοτικά νοσήματα που οφείλονται στον σημερινό ανθυγιεινό τρόπο ζωής. Σε ένα μεγάλο βαθμό αυτή η μεγάλη συχνότητα της NA θα πρέπει να αποδοθεί στην παράταση του μέσου όρου ζωής, που αφήνει περισσότερα περιθώρια στη νόσο για να εκδηλωθεί.

Οι επιπτώσεις της ασθένειας είναι δραματικές, τόσο για τα άτομα και τις οικογένειες, που βλέπουν τη ζωή τους να αποδιοργανώνεται από το πρόβλημα, όσο και τις υπηρεσίες υγείας,

ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΓΙΑ ΤΗ ΝΟΣΟ ALZHEIMER ΤΗΣ ΓΑΛΛΙΚΗΣ ΚΥΒΕΡΝΗΣΗΣ

που αντιμετωπίζουν ουσιαστικές προκλήσεις για αναβάθμιση των υπηρεσιών πρόληψης και παροχής φροντίδας.

Τα τελευταία χρόνια τόσο ο ιατρικός κόσμος όσο και η οικογένεια και η κοινότητα έχουν ευαισθητοποιηθεί σημαντικά ώστε να γίνεται έγκαιρη διάγνωση και σωστή επιστημονική παρέμβαση.



Πολλά, όμως, παραμένουν ακόμη να γίνουν, για την αξιολόγηση της έκτασης του προβλήματος και για τη σύσταση των υποστηρικτικών υπηρεσιών προς

τους πάσχοντες και τις οικογένειές τους.

Οι δυνατότητες για πρωτογενή πρόληψη της νόσου είναι περιορισμένες εφόσον δεν γνωρίζουμε τα ακριβή αίτια που την προκαλούν. Μπορούμε όμως να ενεργήσουμε ώστε να περιοριστούν σημαντικά οι επιπτώσεις της, με μέτρα επιβραδυντικά για την εξέλιξη της νόσου, όταν θα έχει ήδη εκδηλωθεί.

Σημαντικότερος είναι ο ρόλος της οικογένειας και του κοινωνικού περιβάλλοντος, που θα πρέπει να τύχουν της κατάλληλης ενημέρωσης και υποστήριξης, για να βρίσκονται σε εγρήγορση σε σχέση με τα πρώτα συμπτώματα της νόσου και να μπορέσουν να δεχτούν το πρόβλημα με αντικειμενικότητα και χωρίς προκατάληψη.

Εκείνο που προέχει από άποψη δημόσιας υγείας μέσα στο σημερινό πλαίσιο των γνώσεων και δυνατοτήτων μας, είναι με ιατρικά και άλλα υποστηρικτικά μέσα να επεμβαίνουμε έγκαιρα για επιβράδυνση της εξέλιξης της νόσου, για περιορισμό της κατάρρευσης των νοητικών δυνατοτήτων του ατόμου και για μείωση της έντασης των συμπτωμάτων και των επιπτώσεών τους πάνω στην καθημερινή ζωή.

Σε όλες αυτές τις προσπάθειες σημαντικό ρόλο παίζουν και οι μη Κυβερνητικές Οργανώσεις και τα οργανωμένα σύνολα που ασχολούνται με αυτό το θέμα, οι οποίες πολλές φορές συμπληρώνουν και ενισχύουν την κρατική μέριμνα.

Τελειώνοντας θα ήθελα να ευχαριστήσω τα μέλη της Πολυθεματικής Επιτροπής για όλες τις προσπάθειες που έχουν καταβάλει για την οργάνωση της ημερίδας και εύχομαι κάθε επιτυχία στις εργασίες της.

Δρ. Χρίστος Πατσαλίδης
Υπουργός Υγείας Κύπρου

Στα πλαίσια της Γαλλικής Προεδρίας του Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Ένωσης, πραγματοποιήθηκε στο Παρίσι συνέδριο σχετικά με τον αγώνα ενάντια στη Νόσο του Alzheimer με θέμα «Η μάχη ενάντια στη νόσο Alzheimer και Συγγενείς Διαταραχές». Το συνέδριο έλαβε χώρα στις 30 και 31 Οκτωβρίου 2008 στην Εθνική Βιβλιοθήκη του Παρισιού. Από ελληνικής πλευράς, συμμετείχαν η Πρόεδρος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Ν. Alzheimer κ. Τσολάκη Μ. η Πρόεδρος της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών κ. Σακκά Π. και οι διοικητικοί υπάλληλοι κ. Κότρας Ν. και κ. Αποστολίδου Α.



Στο εν λόγω συνέδριο απεύθυναν χαιρετισμό ο Πρόεδρος της Γαλλικής Δημοκρατίας κ. Nicolas Sarkozy, η Υπουργός Υγείας της Γαλλίας κ. R. Bachelot-Narquin, ο Υπουργός Εργασίας της Γαλλίας κ. X. Bertrand, η Υπουργός Παιδείας της Γαλλίας κ. V. Pecresse, ο Γενικός Διευθυντής της Παγκόσμιας Εταιρείας Alzheimer κ. M. Wortmann καθώς και ευρωβουλευτές ευαισθητοποιημένοι στο θέμα της άνοιας.

Κύριο στόχο της διάσκεψης αποτέλεσε η συντονισμένη κινητοποίηση των κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Κοινότητας και της κοινωνίας των πολιτών στον αγώνα ενάντια στη Νόσο Alzheimer. Απώτερος σκοπός της διάσκεψης ήταν η ενίσχυση των διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ τους και η ανταλλαγή εμπειριών σχετικά με την άνοια.

Κιόριο στόχο της διάσκεψης αποτέλεσε η συντονισμένη κινητοποίηση των κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Κοινότητας και της κοινωνίας των πολιτών στον αγώνα ενάντια στη Νόσο Alzheimer. Απώτερος σκοπός της διάσκεψης ήταν η ενίσχυση των διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ τους και η ανταλλαγή εμπειριών σχετικά με την άνοια.

Οι πρόσφατες εκτιμήσεις παρουσιάζουν μια αύξηση στην επικράτηση αυτών των ασθενειών δεδομένης της αύξησης του γηράσκοντα πληθυσμού εντός της Ευρωπαϊκής Ένωσης, αλλά και της γενικότερης βελτίωσης του συστήματος υγείας στην Ευρώπη.

Κατά γενική ομολογία, η πρωτοβουλία της Γαλλικής Κυβέρνησης για διοργάνωση του συγκεκριμένου συνεδρίου δημιουργεί ελπίδες για ευρωπαϊκή αναγνώριση της άνοιας και θέσπιση της ως ευρωπαϊκή



προτεραιότητα στον τομέα της δημόσιας υγείας. Αποτελεί αναγκαιότητα η συνένωση των κοινών προσπαθειών των κρατών μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης για βέλτιστη παροχή προοπτικών και λύσεων στα προβλήματα που αντιμετωπίζουν καθημερινά ασθενείς και περιθάλποντες.

20 Εταιρείες Alzheimer

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

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

- ΑΙΓΙΝΙΟ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Αιτωλ/νίας
Χ. Τρικοπούλη 4, ΤΚ 301 00, Αγρίνιο
Τηλ. 26410 45324, E-mail: bisas@hol.gr
- ΑΘΗΝΑ**
• Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με νόσο Alzheimer
• Ελληνική Γεροντολογική & Γηριατρική Εταιρεία
Κάνιγγος 23, ΤΚ 106 77, Αθήνα
Τηλ. 210 3811604
Γραμμή Βοήθειας: 210 3303678
• Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών
Κέντρο Ημέρας Ανοϊκών Ασθενών
Μ. Μουσούρου 89 και Στύλιππος 33, Παγκράτι, ΤΚ 116 36, Αθήνα
Τηλ: 210 7013271, FAX. 210 6012239
E-mail: kentroalz@ath.forthnet.gr
Site: www.alzheimerathens.gr
- ΑΡΓΑΛΑΣΤΗ Ν. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ**
Σωματείο Alzheimer Αργαλαστής Ν. Μαγνησίας
Ξενοδοχείο "Αγαμέμνων", Πήλιο, ΤΚ 370 06, Τηλ: 24230 54557
- ΑΡΤΑ**
Σωματείο Άρτας στήριξης νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Β. Πύρρου 56, ΤΚ 471 00, Άρτα
Τηλ. 26810 78595 / Κιν. 6944 680586
- ΑΧΑΪΑ**
Ολύμπιο Κέντρο Αποκατάστασης Βόλου & Μιλίχου, ΤΚ 264 43,
Κάτω Συχανά, Τηλ. 6945 395040
- ΒΟΛΟΣ**
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Βόλου
Ανθεστηρίων 5, ΤΚ 385 00
Αλυκές Βόλου
Τηλ. 24210 87265, 24210 87266
E-mail: alzheimervolos@hotmail.com
• Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου
Χατζηαργύρη 110, ΤΚ 383 33, Βόλος
Τηλ. 24210 43448
- ΕΥΒΟΙΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών Ευβοίας
Κοιστρες Εύβοιας, ΤΚ 340 16
Τηλ. 22220 58243
- ΗΡΑΚΛΕΙΟ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ Ηρακλείου
Νταλιάνη 22, ΤΚ 713 06, Ηράκλειο
Τηλ. 2810 226308
- ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ**
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ.
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer
Π. Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσ/νίκη
Τηλ./FAX: 2310 810411, 2310 925802
Γραμμή Βοήθειας: 2310 909000
E-mail: info@alzheimer-hellas.gr
Site: www.alzheimer-hellas.gr
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καλαμαριάς
Νικομηδείας 24, ΤΚ 551 32
Τηλ. 2310 414286
E-mail: alz.kalamaria@gmail.com
• Εταιρεία Μελέτης Ν. Alzheimer & Αγγειακών Ανοιών Κ. Μακεδονίας
Στ. Τάττη 10, ΤΚ 546 21, Θεσ/νίκη
Τηλ. 2310 280707, FAX. 2310 261226
- ΙΩΑΝΝΙΝΑ**
Σωματείο Ιωαννίνων Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών «Ιπποκράτης»
Γενικό Νοσοκομείο Γ. Χατζηκόστα Λ. Μακρυγιάννη, ΤΚ 450 01, Ιωάννινα
Τηλ. 26510 80420, 26510 43202
- ΚΑΒΑΛΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ Καβάλας
Βενιζέλου 5, ΤΚ 654 04, Καβάλα
Τηλ. 2510 839951
- ΚΑΡΥΩΤΙΣΣΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**
Σωματείο στήριξης ασθενών νόσου Alzheimer - Συναφών Διαταραχών & υπερηλίκων Ν. Πέλλας
Δήμος Μεγάλου Αλεξάνδρου, Κοινοτικό Διαμέρισμα Καρυώτισσας, ΤΚ 580 01, Τηλ. 24210 58218
- ΛΑΡΙΣΑ**
Κέντρο Ημέρας Ε.Ε.Ν.Α.Α.
Β' ΚΑΠΗ Λάρισας, Τέρμα Λαγού, ΤΚ 412 22, Λάρισα
Τηλ. 2410 235169
E-mail: ntina_noula@yahoo.gr
- Ν.ΚΑΛΛΙΚΡΑΤΕΙΑ-Ν. ΧΑΛΚΗΣ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτειας
Χατζηαργύρου 68, ΤΚ 630 80
Τηλ. 6974 900754
E-mail: elentsnt@doctorpc.gr
- ΞΑΝΘΗ**
Σωματείο Alzheimer Ξάνθης
28η Οκτωβρίου 252, ΤΚ 671 00
Ξάνθη, Τηλ. 25410 26020
- ΡΕΘΥΜΝΟ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης «Συμπράσταση», Α' ΚΑΠΗ Κ.Π. Σιγανού 5, ΤΚ 741 00, Ρέθυμνο
Τηλ. 28310 53500
E-mail: vpat@seyp.teiher.gr
- ΣΕΡΡΕΣ**
Σύλλογος Καταπολέμησης Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών 4ο χλμ Σερρών Δράμας - Εμπορία Σιδαρικών, ΤΚ 621 22, Σέρρες
Τηλ. 23210 55789,
E-mail: tools@otenet.gr
- ΧΑΝΙΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χανίων
Χρυσοπηγής 58, ΤΚ 733 00, Χανιά
Τηλ. 28210 96690
E-mail: inerekal@otenet.gr
Site: www.alzheimer-chnania.gr
- ΧΙΟΣ**
Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου
Αλ. Παχνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος
Τηλ. 22710 41020

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ & ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

- ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**
Σωματείο Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Λασιθίου
Καπετάν Καζάνη 7, ΤΚ 721 00, Αγ. Νικόλαος Λασιθίου
Κιν: 6977 471240
- ΑΘΗΝΑ**
• Δήμος Μελισσίων
Παύλου Μελά 6-8, Πεύκη
Τηλ. 210 6138460
• Δήμος Παιανίας
Τέρμα Ιωάννη Ανέστη, Παιανία
Τηλ. 210 6029739
- ΑΡΓΑΛΑΣΤΗ - Ν. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ**
Ξενοδοχείο «Αγαμέμνων», ΤΚ 370 06
Αργαλαστή Πηλίου
- ΒΕΡΟΙΑ**
Καρακαστή 15, ΤΚ 591 00, Βέροια
Τηλ. 23310 28344
- ΑΡΙΑΔΑΙΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ**
Τηλ. 6974 408978
- ΚΑΛΥΜΝΟΣ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καλύμνου
Ενορία Χριστού, 852 00, Κάλυμνος
Τηλ. 6974 765650
- ΚΑΣΣΑΝΔΡΕΙΑ-Ν.ΧΑΛΚΙΑΙΚΗΣ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κασσανδρείας
Τηλ. 23740 81203
- ΚΑΤΕΡΙΝΗ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Πιερίας
Μ. Αλεξάνδρου 55, ΤΚ 601 00, Κατερίνη, Τηλ. 23510 33192
- ΚΕΡΚΥΡΑ**
Σωματείο Alzheimer Κέρκυρας
Γ. Μαρασλή 36, ΤΚ 491 00, Κέρκυρα, Τηλ. 26610 43660
- ΚΥΠΡΟΣ**
• Παγκύπριος Σύνδεσμος Στήριξης Ατόμων της νόσου Alzheimer
Σταδίου 31Α, ΤΚ 6020
Τηλ./FAX: +357 24 627104 / 627106
E-mail: alzcyprus@yahoo.com
• Επαρχιακή Επιτροπή Λεμεσού
Τηλ. 99-652796
- ΠΑΤΡΑ**
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Πάτρας
Γ. Νοσ/μείο Πατρών «Άγιος Ανδρέας», Νευρολογικό Τμήμα Τσερτίδου 1, ΤΚ 263 35
Τηλ. 2610 227969, Πάτρα
- ΡΟΔΟΣ**
Ιατρικός Σύλλογος Ρόδου
Γεωργίου Μαύρου 2, 851 00, Ρόδος
Τηλ. 6944 440101
- Επαρχιακή Επιτροπή Πάφου**
Τηλ. 99-430187
- Επαρχιακή Επιτροπή Λευκωσίας**
Τηλ. 99-592269

Δελτίο εγγραφής μέλους

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

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ.....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ..... ΑΡΙΘΜ..... Τ.Κ.....

ΠΟΛΗ..... ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ..... ΘΛΑ..... E-mail.....

Η διεύθυνση αποστολής της ταχυδρομικής επιταγής είναι:

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER & ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΠΕΤΡΟΥ ΣΥΝΔΙΚΑ 13, ΤΚ 546 43 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΤΗΛ/FAX: 2310 810411, 2310 925802, e-mail: info@alzheimer-hellas.gr