



Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

3 ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΕΥΧΟΣ 39^ο

ΕΤΟΣ 12^ο

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ '09

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

Παναγιώτατε,
Αξιότιμες κυρίες και κύριοι, εκπροσωπώντας θεσμικές οντότητες, φίλες και φίλοι,

Στο χώρο αυτόν που βρισκόμαστε σήμερα, στήνεται μία νέα μονάδα, η οποία αποσκοπεί στην απάλυνση του πόνου των προσώπων που πάσχουν από την εξελισσόμενη σε μάλιστα, νόσο Alzheimer, καθώς και στην ελάφρυνση του ψυχικού κυρίως βάρους που υφίστανται οι οικογένειές τους.

Για τη δημιουργία αυτής της μονάδας κύριοι παράγοντες είναι το Υπουργείο Υγείας και η Ευρωπαϊκή Ένωση. Από της θέσεως αυτής εκφράζουμε την ευγνωμοσύνη των οικογενειών και τις δικές μας ευχαριστίες.

Τα δύο κτήρια στα οποία κυρίως πραγματώνεται το έργο της φιλανθρώπου εταιρείας μας, ανήκουν - στο γνωστό για την προσφορά του στην κοινωνία Χαρίσειο Γηροκομείο - του οποίου ισόβιος πρόεδρος είναι ο Παναγιώτατος.

Ιδιαίτερως λοιπόν επιθυμούμε να εκφράσουμε τις θερμές ευχαριστίες προς τον Παναγιώτατο Μητροπολίτη μας, διότι πάντοτε και άνευ εταίρου, έκανε αποδεκτές τις σχετικές εισηγήσεις της Διευθύνσεως και μέσα από στηρικτικές αποφάσεις του Δ.Σ. και τις καθόλα νόμιμες διαδικασίες μας μίσθωσαν το κτήριο.

Παναγιώτατε, στο μαθητή «ον ηγάπα ο Ιησούς», στην υϊκή αγάπη του οποίου ο Ιησούς από του σταυρού εμπιστευθήκε τη μητέρα Του, στον Ευαγγελιστή της αγάπης, ο οποίος στα κείμενά του που διασώζονται στην Καινή Διαθήκη χρησιμοποιεί 103! φορές το ρήμα «αγαπών» και τα παράγωγά του, στον πρώτο θεολόγο, τον Απόστολο του Χριστού Ιωάννη αφιερώνεται σήμερα αυτό το έργο.

Παρακαλούμε, Παναγιώτατε, και λοιποί προσκεκλημένοι, που η παρουσία σας όχι μόνον τιμά, αλλά και ενθαρρύνει, να εύχεσθε η προς όλους μας εντολή του Αποστόλου «τεκνία μου μη αγαπώμεν λόγω, αλλ' εν έργω και αληθεία» να βρει στο χώρο αυτόν την πλήρη εφαρμογή του επ' ωφελεία του αναξιόπαθούτος συνανθρώπου μας.

Μάγδα Τσολάκη



Στιγμιότυπα από τα εγκαίνια της νέας μονάδας

Η νέα Μονάδα Αντιμέτωπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer "ΑΓΙΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ" στην οδό Κωνσταντίνου Καραμανλή 164



Συγχρηματοδότηση από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο και από το Υπουργείο Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης



Ε.Π. «Υγεία – Πρόνοια» 2000 – 2006

ΓΡΑΜΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ

2310 909 000

24 ώρες τις εργάσιμες ημέρες

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

Η Ομοσπονδία δημιουργήθηκε με στόχο:

1. Να προωθήσει την κατανόηση, την υποστήριξη καθώς και τη δράση όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση ή ενδιαφέρον που αφορά αυτή τη νόσο στα πλαίσια της ελληνικής επικράτειας
2. Να εγκαταστήσει επαφή με τις αντίστοιχες οργανώσεις άλλων χωρών
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Κέντρων Ημέρας και Οικοτροφείων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς
4. Να ενθαρρύνει τη συνεργασία, το συντονισμό των ενεργειών και των δραστηριοτήτων μεταξύ των συλλόγων 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 αποτελέσει μέσο επικοινωνίας των ανθρώπων που φροντίζουν ασθενείς μέσω αλληλογραφίας

Επιστημονική Ομάδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer

Ανδρέου Μάρθα (Ξάνθη)	Κυριακουλάκη Έλενα (Χανιά)	Παππά Αικατερίνη (Άρτα)
Αργυριάδου Στέλλα (Ξάνθη)	Λιάπης Α. (Κόνιστρες Ευβοίας)	Παρασκευαΐδης Ν. (Καλλικράτεια)
Γάτος Κωνσταντίνος (Βόλος)	Μαρής Γεώργιος (Χίος)	Παττακού Βασιλική (Ρέθυμνο)
Γεωργούση Μαρία (Άρτα)	Μαρκάτη Λέκκα Ελένη (Αθήνα)	Πετρούλιας Κων/νος (Βόλος)
Γκλέτσος Απ. (Καρυώτισσα)	Μελισσάρη Ιωάννα-Αικατερίνη (Χανιά)	Πόππη Ελένη (Καλαμαριά)
Δήμας Κων/νος (Ιωάννινα)	Μεταλληνός Ιωάννης (Πάτρα)	Πρινωτάκη Ελένη (Ηράκλειο)
Ευθυμίου Αρετή (Αθήνα)	Μηλιώτης Θεόδωρος (Ηράκλειο)	Σταθάκης Κυριάκος (Βόλος)
Κάλφας Δ. (Καρυώτισσα)	Μουγίας Αντώνιος (Αθήνα)	Σταματάκης Νικόλαος (Πειραιάς)
Καραγιώργος Α. (Πάτρα)	Μπίσσας Κωνσταντίνος (Αργίτιο)	Τζανακάκη-Μελισσάρη Μ. (Χανιά)
Καρσακλής Λ. (Αθήνα)	Οικονομίδης Δημήτριος (Θεσ/νίκη)	Τουλούπα Ε. (Κόνιστρες Ευβοίας)
Κασιδιάρης Σπύρος (Πειραιάς)	Παγιτίσας Ιωάννης (Λάρισα)	Τσάνταλη Ελένη (Καλλικράτεια)
Κοτσάνη Μαρίνα (Θεσ/νίκη)	Παπαδιαμαντόπουλος Κ. (Χίος)	Τσολάκη Μάγδα (Θεσ/νίκη)
Κουντή Φωτεινή (Καλαμαριά)	Παπαλιάγκας Βασίλης (Θεσ/νίκη)	Φωτειάδου Ανδρονίκη (Ιωάννινα)
Κουφογιάννη Κ. (Βόλος)		Φωτόπουλος Δήμος (Ρέθυμνο)
		Χατζηγεωργίου Γεώργιος (Λάρισα)

Επιμέλεια: Τσολάκη Μάγδα, Νικολαΐδου Ευδοκία

Ηλεκτρονική επιμέλεια: Λυκάκης Ελευθέριος

Ιδιοκτήτης: Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Εκδότης: Τσολάκη Μάγδα

Επωνυμία: "Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer"

Έδρα: Πέτρου Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσσαλονίκη

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

2310 904404 (Χαρίσειο), 2310 351451 - 5 (Αγ. Ιωάννης)

2310 342653 (Κ.Η.Φ.Η.)

E-mail: info@alzheimer-hellas.gr

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

Μήνας - Τεύχος: Δεκέμβριος - 39^ο

Άνοια και Κοινωνική προσέγγιση: Στίγμα και άνοια

Σοφία Αλεξάνδρου, Κοινωνική Λειτουργός - Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καρυώτισσας

Η άνοια είναι μία από τις ψυχικές και συμπεριφορικές διαταραχές, η οποία προσβάλλει τα άτομα κυρίως της τρίτης ηλικίας.

Η ανοδική αύξηση του μέσου όρου ηλικίας δεν εξασφαλίζει απαραίτητα και την ποιότητα μιας καλής ζωής. Αυτό γίνεται φανερό κυρίως στο δυτικό πολιτισμό, όπου αρκετοί ηλικιωμένοι περιθωριοποιούνται (στίγμα) και αποκλείονται κοινωνικά λόγω της προχωρημένης ηλικίας. Η στάση αυτή ενισχύεται ακόμη περισσότερο από την πολιτική, την εκπαίδευση και το σύστημα υγείας.

Μία άλλη πτυχή του στίγματος σχετίζεται με το οικογενειακό πλαίσιο. Στη συγκεκριμένη περίπτωση το στίγμα μπορεί να προέλθει από τη στάση και τη συμπεριφορά του ίδιου του περιθάλποντα ή από το γενικότερο οικογενειακό περιβάλλον. Ο περιθάλπωντας, καθώς είναι επιβαρυνμένος από τον καινούριο ρόλο που έχει αναλάβει και λόγω της συναισθηματικής του φόρτισης είναι πιθανό να εκφράσει αρνητικά συναισθήματα και αντιδράσεις απέναντι στον ασθενή. Αυτό μπορεί να έχει ως αντίκτυπο την κακή φροντίδα του ασθενή, τη διατάραξη της ψυχικής και συναισθηματικής του ισορροπίας καθώς και να επηρεάσει την πορεία της εξέλιξης της νόσου. Μια τέτοια συμπεριφορά συντελεί και στην κοινωνική απομόνωση του ασθενή.

Υπάρχουν περιπτώσεις όπου ο περιθάλπωντας αρνείται να παραδεχτεί την ασθένεια του συγγενή του περιορίζοντάς τον στα στενά πλαίσια του οικογενειακού περιβάλλοντος και αποφεύγοντας τη συμμετοχή σε κοινωνικές συναναστροφές.

ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ - ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Κάθε ψυχική νόσος απαιτεί διαφορετική αντιμετώπιση και συγχρόνως προκαλεί διαφορετικές αντιδράσεις.

Οι περισσότεροι άνθρωποι εκφράζουν θετικά συναισθήματα απέναντι σε ένα άτομο που πάσχει από Άνοια, όπως τάση για βοήθεια, συμπόνια, ενδιαφέρον και φροντίδα.

Ωστόσο υπάρχουν περιπτώσεις όπου παρατηρούνται συναισθηματικές αντιδράσεις, όπως νευρικότητα, επιθετικότητα που μπορεί μερικές φορές να οδηγήσει σε σωματική και λεκτική βία. Ενισχυτικός παράγοντας για τους περιθάλποντες είναι η ενημέρωση που παρέχεται για την άνοια κυρίως στους κατοίκους των μεγάλων αστικών κέντρων.

ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΑΝΟΙΑ

Οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν τα άτομα με άνοια συνδέονται με ποικίλες δραστηριότητες της καθημερινής ζωής, τις οποίες μοιράζονται και καλούνται να αντι-

μετωπίσουν τα μέλη της οικογένειας που έχουν αναλάβει τη φροντίδα τους. Έχει εκτιμηθεί ότι η φροντίδα του ασθενούς συνήθως πέφτει σε ένα μόνο μέλος της οικογένειας. Ο περιθάλπωντας επομένως, είναι το άτομο που παρέχει τη φροντίδα και την επίβλεψη που χρειάζεται ο ασθενής. Λόγω του ότι η άνοια είναι μία εκφυλιστική νόσος, ο βαθμός εξάρτησης του ασθενούς από τον περιθάλποντα αυξάνεται καθώς περνά ο καιρός. Ο ασθενής χάνει την ικανότητα του να αυτοεξυπηρετείται με αποτέλεσμα να χρειάζεται συνεχή παρακολούθηση.

Τα καθήκοντα του περιθάλποντα ως προς την καθημερινή φροντίδα του ασθενούς είναι η παροχή συναισθηματικής στήριξης, η πρακτική βοήθεια (π.χ οικιακές και εξωτερικές δουλειές) και η βοήθεια στην προσωπική φροντίδα του ασθενούς (π.χ λούσιμο, ντύσιμο).

Επίσης, οι περιθάλποντες καλούνται να λάβουν οι ίδιοι αποφάσεις για όλα τα θέματα που αφορούν τον άνθρωπό τους, από τα λιγότερο έως τα περισσότερα σημαντικά. Τέλος είναι υπεύθυνοι για τη διαχείριση των οικονομικών, καθώς ο ασθενής χάνει την ικανότητά του να εκτελεί οικονομικές συναλλαγές. Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις που οι περιθάλποντες χρειάζεται να συνεισφέρουν και άμεσα στην οικονομική κατάσταση του ασθενούς προκειμένου να καλυφθούν τα έξοδα της περίθαλψής του.

Οι παραπάνω δυσκολίες που φέρει ο ρόλος του περιθάλποντα έχουν επίπτωση στη συναισθηματική κατάσταση και τη σωματική του υγεία με αποτέλεσμα πολλές φορές να μη μπορεί να διαχειριστεί την κατάσταση.

ΓΙΑΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΟΥΣ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΝΤΕΣ

Η απλή διατύπωση της διάγνωσης στους περιθάλποντες δεν είναι αρκετή, καθώς οι περιθάλποντες ίσως δεν καταλαβαίνουν ότι τα συμπτώματα που παρατηρούν σχετίζονται με την άνοια και έτσι τα αποδίδουν σε αιτίες διαφορετικές από αυτή.

Πολλοί θεωρούν λανθασμένα ότι το άτομο με άνοια έχει έλεγχο πάνω στη συμπεριφορά του και ότι θα επανέλθει σε φυσιολογική κατάσταση.

Χρειάζεται εκπαίδευση για την καλύτερη παροχή φροντίδας στους ασθενείς και την καλύτερη ποιότητα ζωής των περιθάλπόντων, καθώς έχει βρεθεί ότι η έλλειψη ενημέρωσης και εκπαίδευσης συνδέεται με συναισθήματα ενοχής, μοναξιάς και απομόνωσης.

Ο ΣΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η εκπαίδευση έχει ως στόχο την παροχή πληροφοριών σχετικών με τις διαστάσεις της νόσου και τη λειτουργικότητα του ασθενή και την ενημέρωση για τους τρόπους με τους οποίους η φροντίδα που θα παρέχουν οι περιθάλ-

4 Παιδιά και Alzheimer

Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

ποντες θα είναι αποτελεσματικότερη. Μέσα από την επίτευξη των παραπάνω στόχων ενισχύεται η αυτοπεποίθηση του περιθάλποντα.

Οι ενημερωμένοι περιθάλποντες έχουν συνήθως μειωμένες προσδοκίες από τις ικανότητες των ασθενών και αισθάνονται περισσότερη αυτοπεποίθηση. Επομένως, χρειάζεται εκπαίδευση σχετικά με τη φύση της νόσου, προκειμένου οι περιθάλποντες να παρέχουν καλύτερη φροντίδα στους ασθενείς και να αποκτήσουν καλύτερη ποιότητα ζωής.

Οι ενημερωμένοι περιθάλποντες είναι πιο ευέλικτοι στην αντιμετώπιση των αλλαγών της ζωής τους. Οι αλλαγές αυτές αφορούν στην ανάληψη νέων ρόλων και συμπεριφορών και στην τροποποίηση των στόχων και του τρόπου ζωής τους. Γίνονται περισσότερο ευέλικτοι, επίσης, στη διαχείριση ευθυνών που σχετίζονται με προσωπικά, οικονομικά και οικογενειακά θέματα. Οι πληροφορημένοι περιθάλποντες ισορροπούν αυτά τα θέματα και τις ανησυχίες καθώς συνειδητοποιούν τις ανάγκες τους, αποδέχονται τις συνθήκες ζωής τους, διατηρούν ανοιχτή επικοινωνία με άλλα μέλη της οικογένειάς και είναι εφευρετικοί στη διαπραγμάτευση εναλλακτικών λύσεων.

Συμπερασματικά, θα λέγαμε ότι η αύξηση της γνώσης των περιθάλπόντων συνεπάγεται την αποδοχή της νόσου, την κατανόηση της συμπεριφοράς του ασθενούς, την καθυστέρηση της ιδρυματοποίησης και την ψυχική ισορροπία του περιθάλποντα.

Τέλος, όσον αφορά το κέντρο ημέρας Καρυώτισσας το πρόγραμμα «Εκπαίδευση των περιθάλπόντων» πρόκειται να πραγματοποιηθεί από την αρχή της λειτουργίας του.

Δελτίο Τύπου

Με χαρά σας ενημερώνουμε ότι κυκλοφόρησε από τις Εκδόσεις Παπαδόπουλος και την Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών το εικονογραφημένο βιβλίο για παιδιά, με τίτλο:

**«Γιατί η γιαγιά μου δεν θυμάται το όνομά μου;»
της Όλγας Λυμπεροπούλου**

Η Όλγα Λυμπεροπούλου είναι γνωστική νευροψυχολόγος, Γενική Γραμματέας της Εταιρείας και συγγραφέας. Με το βιβλίο αυτό (που απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 5 έως 11 ετών) επιχειρεί να δώσει απαντήσεις στα αγωνιώδη ερωτήματα των παιδιών που βιώνουν την εμπειρία της επαφής με έναν ασθενή που πάσχει από Άνοια.

Κεντρικός ήρωας του βιβλίου είναι ο Ιάσοντας, ένας 8χρονος που μαθαίνει ότι η αγαπημένη του γιαγιά πάσχει από νόσο Alzheimer. Η συγγραφέας παρακολουθεί τις αντιδράσεις και τα συναισθήματα ολόκληρης της οικογένειας και κυρίως, του Ιάσωνα και της μεγαλύτερης αδερφής του, από τη στιγμή της διάγνωσης μέχρι τη συμφιλίωση και την αποδοχή του προβλήματος.

Μέσα από τις σελίδες του βιβλίου, τα παιδιά μαθαίνουν βασικές πληροφορίες για τα συμπτώματα και την εξέλιξη της νόσου Alzheimer και παίρνουν ειλικρινείς απαντήσεις στις απορίες τους.

Επιπλέον, μαθαίνουν ότι τα συναισθήματα λύπης, φόβου ή ακόμα και θυμού που μπορεί να βιώσουν εξαιτίας του προβλήματος είναι απολύτως φυσιολογικά. Και το σημαντικότερο: διαπιστώνουν μέσα από τις εμπειρίες του Ιάσωνα ότι υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορούν να κάνουν για να περάσουν καλά με τον παππού ή τη γιαγιά που έχει Alzheimer. Το μόνο που χρειάζεται είναι να θυμούνται τα μικρά μυστικά που κάνουν την επικοινωνία με τον ασθενή ευκολότερη.

Η πρωτοτυπία του βιβλίου έγκειται στο γεγονός ότι η προσέγγιση του θέματος γίνεται μέσα από την αφήγηση μίας ιστορίας που συνδυάζεται με πλούσια εικονογράφηση και διασκεδαστικά παιχνίδια. Τα παιδιά μαθαίνουν τις νέες πληροφορίες μέσα από κρυπτόλεξα, λαβυρίνθους και κουίζ που κάνουν την ανάγνωση του βιβλίου δημιουργική και ευχάριστη.

Το βιβλίο αυτό έρχεται να καλύψει το κενό που υπάρχει στη χώρα μας στην παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού για παιδιά σχετικά με την Άνοια. Η αναγκαιότητα προκύπτει από το γεγονός ότι αυτή τη στιγμή στην Ελλάδα υπάρχουν 150.000 ασθενείς με νόσο Alzheimer. Στο μέλλον, ο αριθμός αυτός αναμένεται να αυξηθεί δραματικά. Το ίδιο και ο αριθμός των παιδιών που θα χρειάζονται ενημέρωση σχετικά με τη νόσο.

Το βιβλίο είναι σχεδιασμένο ώστε να μπορεί να αξιοποιηθεί από γονείς και δασκάλους μαθητών των πρώτων τάξεων του δημοτικού, αλλά και να διαβαστεί από μεγαλύτερα παιδιά.

Κυκλοφορεί, με την υποστήριξη του Εθνικού Κέντρου Βιβλίου (ΕΚΕΒΙ).

Εικονογράφηση: Αλέξανδρος Τζήμερος - Smart Magna,

Σελίδες: 28, Τιμή: 5.50 €



άνοια;
άνοια;
άνοια;



η ΠΡΟΛΗΨΗ θωρακίζει την υγεία

Ξεκάθι πρόσφισα γεγονότα ή κατισσάσεις.

Το ενδιαφέρον για σιλήθεις δραστηριότητες και κόμηι έχει κοθεί.

Δισκοηία στην έκφραση οθλοκλήρωμένων προτάσεων.

Είνοι κόποια από τα αρχικά συμπτώματα της άνοις.

Απευθινηθείτε στο γιστρό σας και στα ειδικά κέντρα άνοις.

Έγκαιρη διάγνωση... Άμεση αντιμετώπιση

...και η **ζωή** συνεχίζεται

Pfizer

Μαζί για έναν υγιέστερο κόσμο™

Adh | Inspi

PF2-05/08

25ο Παγκόσμιο Συνέδριο της Alzheimer's Disease International

10-13 Μαρτίου 2010

Θεσσαλονίκη, Μακεδονία, Ελλάδα



ΑΝΟΙΑ: ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΑ



Η Alzheimer's Disease International έχει στόχο να αυξήσει την παγκόσμια ευαισθητοποίηση στο θέμα της άνοιας. Το 25ο Παγκόσμιο Συνέδριο της Alzheimer's Disease International απευθύνεται σε επαγγελματίες υγείας, ερευνητές, περιθάλποντες και ανθρώπους που πάσχουν από τη νόσο.

Όλοι όσοι σχετίζονται με τη Νόσο Alzheimer και άλλες μορφές άνοιες θα επωφεληθούν. Η διαφορετικότητα των ανθρώπων που παρευρίσκονται, είναι το στοιχείο που κάνει αυτό το συνέδριο πραγματικά μοναδικό.

ΔΗΛΩΣΤΕ ΤΟ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ ΣΑΣ ΓΙΑ ΝΑ ΛΑΜΒΑΝΕΤΕ
ΤΑΚΤΙΚΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

www.adi2010.org

Η διαδικασία ηλεκτρονικών εγγραφών ξεκίνησε το Μάρτιο του 2009
Τελευταία προθεσμία εγγραφών **31 Δεκεμβρίου 2009**

Η διαδικασία ηλεκτρονικής υποβολής περιλήψεων ξεκίνησε στις 2 Μαΐου 2009
και ολοκληρώθηκε 9 Οκτωβρίου 2009

Τηλ.: +44 (0)870 458 4171 | Φάξ: +44(0)870 442 9940 | Email: adi2010@mci-group.com



Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Alzheimer 2009

Δρ. Παρασκευή Σακκά, Νευρολόγος – Ψυχίατρος
Πρόεδρος της Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών

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 τη νόσο Alzheimer και τις δυνατότητες πρόληψης και θεραπειάς. Τηλεοπτικά και ραδιοφωνικά μηνύματα καθώς και εκτεταμένη αφισκοκόλληση σε όλη την Αθήνα ενημέρωσαν το κοινό για τις προγραμματισμένες εκδηλώσεις της Εταιρείας μας.

Από τις 14-19/9 λειτούργησε ειδικός συμβουλευτικός σταθμός στο Μετρό του Συντάγματος όπου επαγγελματίες υγείας και εθελοντές μέλη της Εταιρείας μας δίνεσαν δωρεάν έντυπο ενημερωτικό υλικό και έδιναν βασικές πληροφορίες για την άνοια στους ενδιαφερόμενους. Πάνω από 10.000 άτομα ενημερώθηκαν και πήραν έντυπο υλικό! Επίσης, συγκεντώθηκαν πολλές υπογραφές υποστήριξης της Πρωτοβουλίας Δράσης για τη Νόσο Alzheimer!

Την Κυριακή 20/09 πραγματοποιήθηκε για δεύτερη χρονιά πορεία για τη Νόσο Alzheimer (Memory Walk) με σύνθημα «Νόσος Alzheimer: την αντιμετωπίζουμε βήμα βήμα». Περίπου 1000 ασθενείς, περιθάλποντες, φίλοι και μέλη της Εταιρείας φορώντας μπουζάκια και καπέλα με το σήμα της Εταιρείας και με τη συνοδεία της Φιλαρμονικής Ορχήστρας του Δήμου Αθηναίων περπάτησαν από το Σύνταγμα έως τον προαύλιο χώρο του Ζαπτείου. Εκεί απεύθυναν χαιρετισμό ο Υπουργός Υγείας κ. Δημήτρης Αβραμόπουλος, ο Βουλευτής του ΠΑΣΟΚ κ. Νάσος Αλευράς και η Αντιδήμαρχος κ. Τόνια Κανελλοπούλου εκ μέρους του Δήμου Αθηναίων. Ομάδα ασθενών και περιθάλποντων της Εταιρείας μας μαζί με την Πρόεδρο κ. Παρασκευή Σακκά παρέδωσαν στον Υπουργό Υγείας **10.000 υπογραφές υποστήριξης της Πρωτοβουλίας Δράσης για τη Νόσο Alzheimer** ώστε να ξεκινήσει η εκπόνηση Εθνικού Στρατηγικού Σχεδίου Δράσης για τη Νόσο Alzheimer!

Ακολούθησε η βράβευση των νικητών του Παιδικού Διαγωνισμού Ζωγραφικής με θέμα: Πράγματα που κάνω με τον παππού και τη γιαγιά. Ο φεινός απολογισμός του εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Alzheimer μας γέμισε αισιοδοξία. Η αναπόκριση του κόσμου ήταν μεγαλύτερη από κάθε άλλη χρονιά! Το γεγονός αυτό μας δίνει την πεποίθηση ότι με συντονισμένες προσπάθειες η Πολιτεία, οι επαγγελματίες υγείας, οι Εταιρείες Alzheimer, οι ασθενείς και οι περιθάλποντές τους μπορούμε να αντιμετωπίσουμε αποτελεσματικά τη νόσο.



Η πρόεδρος της Εταιρείας Νόσου Alzheimer Αθηνών Δρ. Παρασκευή Σακκά και ο Υπουργός Υγείας, κ. Δημήτρης Αβραμόπουλος που υπογράφει την Πρωτοβουλία Δράσης για τη Νόσο Alzheimer.



Μέλη της Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών παραδίδουν στον Υπουργό Υγείας κ. Δημήτρη Αβραμόπουλο τις 10.000 υπογραφές που συγκεντρώσαμε.

Ο Βουλευτής του ΠΑΣΟΚ κ. Νάσος Αλευράς, η πρόεδρος της Εταιρείας Νόσου Alzheimer Αθηνών Δρ. Παρασκευή Σακκά και η Αντιδήμαρχος κ. Τόνια Κανελλοπούλου.



Τα τελευταία νέα από τη μάχη κατά της νόσου Alzheimer

Δρ. Παρασκευή Σακκά, Νευρολόγος – Ψυχίατρος,
Πρόεδρος της Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών,
Διευθύντρια Ιατρείου Μνήμης – Νοσοκομείο Υγεία

Το κόστος φροντίδας των αυξανόμενων ανοϊκών ασθενών στο μέλλον απειλεί να χρεοκοπήσει τα εθνικά συστήματα υγείας. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ενέκρινε στις 22/7/2009 συγκεκριμένες προτάσεις για την αντιμετώπιση της νόσου Alzheimer, της άνοιας και άλλων νευροεκφυλιστικών παθήσεων. Οι ευρωπαϊκές χώρες καλούνται να συνενώσουν τους πόρους τους και να συντονίσουν τις ερευνητικές τους προσπάθειες στο πεδίο των νευροεκφυλιστικών παθήσεων και κυρίως της νόσου Alzheimer, προγραμματίζοντας για πρώτη φορά ερευνητικές δράσεις από κοινού. Είναι η πρώτη πρωτοβουλία κοινού προγραμματισμού για το συντονισμό της έρευνας με αντικείμενο τις άνοιες και άλλα νευροεκφυλιστικά νοσήματα.

Στην Ευρώπη, οι πάσχοντες από νόσο Alzheimer και άλλες μορφές άνοιας είναι σήμερα 10 εκατομμύρια και ο αριθμός τους προβλέπεται να διπλασιαστεί τα επόμενα 20 έτη. Παγκοσμίως οι ανοϊκοί ασθενείς αναμένεται να ξεπεράσουν τα 100 εκατομμύρια μέχρι το 2050. Ο προγραμματισμός, οι επενδύσεις και η συνεργασία στο συγκεκριμένο τομέα σήμερα είναι ζωτικής σημασίας, τόσο για την επιστημονική έρευνα και τον έλεγχο του κοινωνικού κόστους των ασθενειών αυτών, όσο και για την προσφορά ελπίδας, αξιοπρέπειας και ποιότητας ζωής στα εκατομμύρια των πασχόντων και στις οικογένειές τους. Το 2005 το συνολικό κόστος της άμεσης και άτυπης περίθαλψης ασθενών με νόσο Alzheimer και άλλες μορφές άνοιας στην Ευρώπη υπολογιζόταν σε 130 δισ. ευρώ (21.000 ευρώ ανά ασθενή), και το 56% των δαπανών αυτών αναλογεί στην άτυπη περίθαλψη, εφόσον η πλειονότητα των ασθενών λαμβάνει φροντίδα στο σπίτι, ενώ το 2006 ξεπέρασε τα 170 δισ. ευρώ.

Η νόσος Alzheimer είναι παθογενετικά μια **πρωτεϊνοπάθεια**, δηλαδή μία κατάσταση όπου πρωτεΐνες συσσωρεύονται παθολογικά στον εγκέφαλο των ασθενών. Συγκεκριμένα, πρόκειται για σχηματισμούς δύο πρωτεϊνών του εγκεφάλου, του αμυλοειδούς και της τ πρωτεΐνης, οι οποίες συσσωρευόμενες παθολογικά εντός και εκτός των νευρικών κυττάρων, τα καταστρέφουν.

Η διαδικασία αυτή της υπερπαραγωγής των δύο αυτών πρωτεϊνών και η επακόλουθη εκφύλιση των εγκεφαλικών κυττάρων διαρκεί περίπου 20 χρόνια και η κλινική εκδήλωση της Άνοιας είναι το τελικό στάδιό της. Επομένως, οι αλλαγές στις περιοχές του εγκεφάλου που ελέγχουν τη μνήμη και τις άλλες νοητικές λειτουργίες (ιππόκαμπος, βρεγματικός και μετωπιαίος λοβός) αρχίζουν πολλά χρόνια πριν να εμφανιστούν τα πρώτα συμπτώματα της νόσου Alzheimer.

Σήμερα, η διάγνωση της Άνοιας τίθεται στο χρονικό σημείο όπου ο ασθενής εμφανίζει έκπτωση της καθη-

μερινής λειτουργικότητας και αδυναμία να επιτελέσει συνηθισμένες μέχρι τότε δραστηριότητες. Οι υπάρχουσες φαρμακευτικές θεραπείες ελέγχουν εν μέρει τα συμπτώματα, η νευροεκφυλιστική διεργασία όμως δεν ανακόπτεται και ύπουλα εξακολουθεί τη φυσική εξέλιξή της.

Στο τελευταίο Παγκόσμιο Συνέδριο για τη Νόσο Alzheimer (Βιέννη, Ιούλιος 2009) ανακοινώθηκαν πολλές μεγάλες μελέτες που επιβεβαιώνουν ότι ο έλεγχος των αγγειακών παραγόντων κινδύνου (αρτηριακή υπέρταση, χοληστερίνη, σακχαρώδης διαβήτης, παχυσαρκία, κάπνισμα), η συστηματική σωματική άσκηση, η υγιεινή διατροφή με φρούτα, λαχανικά, ξηρούς καρπούς και Ω3 λιπαρά οξέα, συντελούν σημαντικά στην πρόληψη της άνοιας. Οι τακτικές αυτές όμως πρέπει να εφαρμόζονται από τη μέση ηλικία, πριν αρχίσει η νευροεκφυλιστική διαδικασία στον εγκέφαλο.

Η διάγνωση των ανοϊκών συνδρόμων σε πρώιμα στάδια είναι σήμερα εφικτή σε Ειδικά Κέντρα. Τομογραφία εκπομπής ποζιτρονίων (PET), δείκτες στο Εγκεφαλονωτιαίο Υγρό (ENY), γενετικός έλεγχος, νευροψυχολογικές δοκιμασίες (Τεστ Μνήμης) βοηθούν στην έγκαιρη εφαρμογή πολλαπλών παρεμβάσεων, φαρμακευτικών ή μη.

Σήμερα υπάρχει συμπτωματική θεραπεία της νόσου Alzheimer. Τα φάρμακα που ονομάζονται Αναστολείς Χολινεστερασών επιβραδύνουν την εξέλιξη της νόσου ιδίως αν χορηγηθούν στα αρχικά στάδια. Η ελπίδα όλων μας στηρίζεται στην εντατική επιστημονική έρευνα για την ανεύρεση ριζικής θεραπείας της νόσου Alzheimer. Πολλοί νέοι θεραπευτικοί παράγοντες ερευνούνται αυτή τη στιγμή. Μεταξύ αυτών, ενθαρρυντικά αποτελέσματα φαίνεται ότι υπάρχουν για το Dimebon (ένα παλαιό αντιισταμινικό φάρμακο) που βρίσκεται σε προχωρημένη φάση κλινικών δοκιμών. Φαίνεται ότι προστατεύει τα εγκεφαλικά κύτταρα στον εγκέφαλο των ανοϊκών ασθενών σταθεροποιώντας και ενισχύοντας τη λειτουργία των μιτοχονδρίων. Τα αποτελέσματα των κλινικών δοκιμών του εμβολίου, δηλαδή της παθητικής ανοσοποίησης κατά της νόσου Alzheimer αναμένονται μετά το 2011 και οι ερευνητές εκφράζουν μάλλον συγκρατημένη αισιοδοξία. Οι οργανώσεις Alzheimer διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη συνολική διαχείριση της νόσου. Οι μη φαρμακευτικές θεραπείες που προσφέρουν τα Κέντρα Ημέρας έχουν εντυπωσιακά αποτελέσματα (Νοητική Ενδυνάμωση).

Στο μεταξύ, ασθενείς, περιθάλπτοντες, επαγγελματίες υγείας, πρέπει όλοι να αγωνιστούμε για την προαγωγή της ποιότητας ζωής των ανθρώπων με Άνοια. Μαγικές λύσεις δεν υπάρχουν, και οι εντυπωσιακές επιστημονικές ανακαλύψεις σπάνια συμβαίνουν εν μια νυκτί.

Οι Οργανώσεις Alzheimer στην Ελλάδα και σε όλο τον κόσμο σας καλούν όλους να βοηθήσετε! Υπογράψτε την Ελληνική Πρωτοβουλία για τη Νόσο Alzheimer.

Περισσότεροι από 35 εκατομμύρια άνθρωποι πάσχουν από Alzheimer ή κάποιου άλλου είδους άνοια παγκοσμίως - Διακήρυξη ADI

Μετάφραση - Επιμέλεια: Νικολαΐδου Ευδοκία

21^η Σεπτεμβρίου 2009 – Περισσότεροι από 35 εκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως θα πάσχουν από άνοια κατά το 2010 σύμφωνα με την Παγκόσμια Αναφορά που δημοσίευσε η Παγκόσμια Εταιρεία Alzheimer (ADI). Η νέα έκθεση δημοσιεύθηκε στην Παγκόσμια Ημέρα της νόσου.

Πρόκειται για μια αύξηση 10 % πάνω από την προηγούμενη γενική εκτίμηση της άνοιας που αναφέρεται για το έτος 2005 στο επιστημονικό περιοδικό "The Lancet". Σύμφωνα με τη νέα έκθεση τα ποσοστά της άνοιας σχεδόν θα διπλασιάζονται ανά 20ετία, από 65.7 εκατομμύρια το 2030 σε 115.4 εκατομμύρια το 2050.

Σύμφωνα με τους ερευνητές οι αναπτυσσόμενες χώρες των χαμηλών και μεσαίων εισοδημάτων ήταν αυτές που διαδραμάτισαν σημαντικό ρόλο στην αύξηση των ποσοστών για τη διεθνή επικράτηση της άνοιας. Οι εκτιμήσεις για τις περιοχές που θα παρουσιάσουν τα υψηλότερα ποσοστά αφορούν τη δυτική Ευρώπη (από 5.92% σε 7.29%), τη Νότια Ασία (από 3.40% σε 5.65%) και τη Λατινική Αμερική (από 7.25% σε 8.50%). Η ανατολική Ασία θα παρουσιάσει τα χαμηλότερα ποσοστά (από 6.46% σε 4.98%) ενώ η Βόρεια Αμερική θα παραμείνει σταθερή.

Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι το 57.7% των ανθρώπων που θα νοσούν από άνοια το 2010 και ζουν σε χαμηλές και μεσαίου εισοδήματος χώρες, θα ανέλθουν σε 70.5% μέχρι το 2050. Επιπλέον, οι αναλογικές αυξήσεις που θα προκύψουν κατά τη διάρκεια των επόμενων 20 ετών στον αριθμό των ανθρώπων που πάσχουν από άνοια θα είναι ραγδαίες στις χαμηλές και μεσαίου εισοδήματος χώρες έναντι των χωρών υψηλού εισοδήματος.

«Οι πληροφορίες στην παγκόσμια έκθεση του 2009 για το Alzheimer καθιστούν σαφές ότι η κρίση της άνοιας και του Alzheimer δεν μπορεί να αγνοηθεί» ανέφερε ο κ. Marc Wortmann, ανώτερο διευθυντικό στέλεχος της ADI. «Η νόσος του Alzheimer μπορεί να επιφέρει τεράστια φορτία στα άτομα, τις οικογένειες, τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης και γενικότερα στην παγκόσμια οικονομία».

«Υπάρχει ελπίδα στη λήψη κατάλληλων μέτρων βελτιώνοντας και χρηματοδοτώντας τη φροντίδα και τις υπηρεσίες για την άνοια, και επενδύοντας συνεχώς την έρευνα», ανέφερε ο κ. Wortmann. «Η Αυστραλία, η Γαλλία, η Κορέα και το Ηνωμένο Βασίλειο έχουν αναπτύξει τα σχέδια για τη διεθνή δράση του Alzheimer, και αρκετά ακόμη βρίσκονται σε εξέλιξη».

Η συναισθηματική και η Χρηματο-οικονομική επίπτωση της Άνοιας

Το κεφάλαιο 2 της έκθεσης εστιάζει στις επιπτώσεις

της άνοιας. Η άνοια επιφέρει σωματικές, ψυχολογικές και οικονομικές επιπτώσεις αφενός στον ίδιο τον ασθενή και αφετέρου στον περιθάλποντα, την οικογένεια, τους φίλους, τα συστήματα υγείας και την κοινωνία. Για παράδειγμα, οι στατιστικές αναλύσεις στη νέα έκθεση αναφέρουν ότι το 40 – 70% των περιθαλπόντων αναπτύσσουν διάφορες ψυχικές ασθένειες ως αποτέλεσμα της φροντίδας που παρέχουν, ενώ 15 – 32% παρουσιάζει κατάθλιψη.

Η έκθεση επίσης περιγράφει τις προκλήσεις που αντιμετωπίζονται από τις κυβερνήσεις και τα υγειονομικά συστήματα παγκοσμίως. Η ερευνητική ομάδα προσφέρει οκτώ γενικές συστάσεις, οι οποίες βασίζονται στα συμπεράσματα των εκθέσεων.

Την πλήρη μορφή της παγκόσμιας αναφοράς του Alzheimer για το 2009, που περιλαμβάνει τη μεθοδολογία για την προετοιμασία της, μπορεί κάθε ενδιαφερόμενος να τη βρει στη σελίδα <http://www.alz.co.uk/worldreport/>

Η άνοια είναι ένα σύνδρομο που οφείλεται σε εγκεφαλική βλάβη και χαρακτηρίζεται από μια προοδευτική, σφαιρική επιδείνωση στις ανώτερες νοητικές λειτουργίες όπως η μνήμη, ο προσανατολισμός, οι γλωσσικές ικανότητες, η κατανόηση και η κριτική ικανότητα. Η νόσος του Alzheimer ειδικότερα είναι προοδευτική και μπορεί να οδηγήσει ακόμη και σε θάνατο. Προσβάλλει κυρίως άτομα της τρίτης ηλικίας, ειδικότερα αυτούς άνω των 65 ετών. Μετά από αυτήν την ηλικία, η συχνότητα εμφάνισης της άνοιας διπλασιάζεται κάθε πέντε χρόνια. Η άνοια θεωρείται μια από τις μεγαλύτερες αιτίες αναπηρίας στην τρίτη ηλικία. Η νόσος του Alzheimer είναι η πιο συχνή μορφή της άνοιας, ενώ ακολουθούν σε συχνότητα η αγγειακή άνοια, η άνοια με σωματίδια Lewy και η μετωποκορταφική άνοια.

Η Παγκόσμια Εταιρεία Alzheimer θέλοντας να εγείρει την ενημερότητα των πολιτών σχετικά με την άνοια καθιέρωσαν ως Παγκόσμια Ημέρα για τη νόσο του Alzheimer την 21^η Σεπτεμβρίου. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα <http://www.alz.co.uk/adi/wad/>.

Η ADI είναι μια διεθνής ομοσπονδία συνολικά 71 εταιρειών Alzheimer σε όλο τον κόσμο και σε επίσημη συνεργασία με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας. Κάθε μέλος είναι μία εταιρεία Alzheimer στη χώρα τους, η οποία στηρίζει τους ασθενείς με άνοια και τις οικογένειές τους. Η αποστολή της Διεθνούς Οργάνωσης Alzheimer (ADI) είναι να προάγει την ποιότητα ζωής των ασθενών με άνοια και των οικογενειών τους παγκοσμίως. Παρακαλούμε επισκεφτείτε την ιστοσελίδα <http://www.alz.co.uk/adi/>.

Η πρόληψη του Καρκίνου

Ομότιμος καθηγητής Φίλιππος Κ. Γραμματικός

(Συνέχεια)

Οι κληρονομικοί και φυλετικοί παράγοντες προκαλούν καρκίνους που εκδηλώνονται κυρίως στη νεαρή ηλικία και οι κυριότεροι από αυτούς είναι οι εξής: Οι λευχαιμίες, τα λεμφώματα, τα μελανώματα, οι καρκίνοι του πεπτικού συστήματος, ορισμένοι καρκίνοι των νεφρών, και οι όγκοι της παρεγκεφαλίδας. Π.χ. οι μαύροι παθαίνουν συχνά καρκίνο του προστάτη αλλά όχι καρκίνο των πνευμόνων.

Στη μεγάλη ηλικία οι κυριότεροι καρκίνοι είναι οι καρκίνοι των πνευμόνων, των μαστών, του προστάτη, του παχέος εντέρου και το μελάνωμα.

Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες που επηρεάζουν κυρίως τη μεγάλη ηλικία είναι, το κάπνισμα, οι ακατάλληλες τροφές που περιέχουν καρκινογόνες ουσίες ή βρίσκονται σε μερική σήψη, οι υπεριώδεις ακτινοβολίες, η ρύπανση του περιβάλλοντος με ρύπους, οι πτητικές καρκινογόνες ουσίες όπως είναι η διοξίνη που χρησιμοποιείται ως διαλυτικό μέσο και ορισμένα επιλεγμένα κοσμητικά, που περιέχουν επιβλαβείς ουσίες, οι κοσμικές ακτινοβολίες και οι τεχνητές από τον άνθρωπο παραγόμενες ακτινοβολίες όπως π.χ. ορισμένες από τις ιατρικές ακτινοβολίες. Παράδειγμα υψηλής εκπομπής ακτινοβολιών από ιατρικές πηγές είναι η γνωστή αξονική τομογραφία.

Ενδογενείς παράγοντες πρόκλησης καρκίνου θεωρούνται τα αυξημένα οιστρογόνα και τα παράγωγα αυτών σε συνδυασμό με άλλους καρκινογόνους παράγοντες.

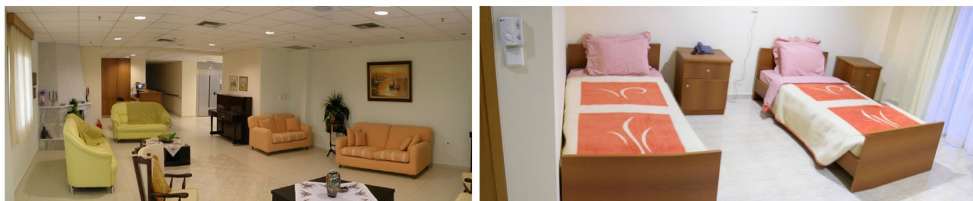
Η κίνηση και η άσκηση αλλά και η αποφυγή της παχυσαρκίας προστατεύουν από κάθε μορφή καρκίνου.

Άρα τις περισσότερες μορφές καρκίνου στη μεγάλη ηλικία τις προκαλούμε εμείς οι ίδιοι στον εαυτό μας και στο περιβάλλον μας.

Αγιος Γεράσιμος ο Ιορδανίτης

ΜΦΗ Αποθεραπείας – Αποκατάστασης

Εκεί όπου η αγάπη
και ο σεβασμός
συναντούν την
επιστημονική φροντίδα



Η αληθινή αγάπη δεν γερνάει ποτέ! Έρχεται όμως η στιγμή που η αγάπη για τους δικούς μας ανθρώπους δεν αρκεί. Όταν οι ανάγκες εξειδικευμένης περιποίησης αυξάνονται και άλλες υποχρεώσεις εμποδίζουν την παροχή ουσιαστικής φροντίδας.

Η ΜΦΗ Αποθεραπείας – Αποκατάστασης «Αγιος Γεράσιμος ο Ιορδανίτης» καλύπτει αυτές τις ανάγκες εξασφαλίζοντάς σας:

- Ολοκληρωμένες υπηρεσίες για τον φιλοξενούμενο, απελευθερώνοντας πολύτιμο χρόνο για την οικογένειά του.
- Εξειδικευμένο ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό
- Διαμονή σε δωμάτια με όλες τις σύγχρονες ανέσεις
- Πλήρως εξοπλισμένα εργαστήρια αποκατάστασης (Εσωτερική πισίνα – Φυσιοθεραπευτήριο – Γυμναστήριο)
- Ευελιξία στην χρήση των υπηρεσιών προσαρμοσμένη στις ανάγκες του κάθε φιλοξενούμενου.
- Προνομιούχα τοποθεσία 6000τμ με πανοραμική θεά της Θεσσαλονίκης και του Ολύμπου.
- Ξεκάθαρη τιμολογιακή πολιτική χωρίς σκοτεινά σημεία

Στην ΜΦΗ Αποθεραπείας – Αποκατάστασης «Αγιος Γεράσιμος ο Ιορδανίτης» προσφέρουμε πολύ περισσότερο από τυπική φροντίδα στους φιλοξενούμενούς μας. **Προσφέρουμε το προσωπικό ενδιαφέρον, τον σεβασμό και την στήριξη που τόσο έχουν ανάγκη.**

ΜΦΗ Αποθεραπείας – Αποκατάστασης «Αγιος Γεράσιμος ο Ιορδανίτης»
Κερασιά Νέα Μηχανιώνα Θεσσαλονίκη ΤΘ 1075 – ΤΚ 57004
Τηλ: 23920 – 36560 / 23920 36590 Φαξ: 23920 – 36561
info@stgcare.gr / www.stgcare.gr

Περίπατος Μνήμης στη Θεσσαλονίκη

Στα πλαίσια του εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας Νόσου Alzheimer, η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών διοργάνωσε το «Memory Walk» (Περίπατο Μνήμης). Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 20 Σεπτεμβρίου 2009, ώρα 11.00 π.μ. – 14:00 μ.μ. Η εκκίνηση δόθηκε στον πλακόστρωτο δρόμο μπροστά από το Ξενοδοχείο Macedonia Palace με τερματισμό το 4^ο Παραλιακό Πάρκο, όπου και ακολούθησε ενημερωτική ομιλία από την Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, κα. Μάγδα Τσολάκη. Μαζί στο δικό μας αγώνα ήταν και οι φορείς της τοπικής Αυτοδιοίκησης απευθύνοντας το δικό τους χαιρετισμό.

Σκοπός και επιδίωξή μας ήταν να παροτρύνουμε τους συμπολίτες μας να συμμετέχουν στην εκδήλωση αυτή, με σκοπό να τιμήσουμε τους συνανθρώπους μας που έχουν προσβληθεί από την ασθένεια και τους περιθάλποντές τους και να τους μεταδώσουμε το μήνυμα ότι **κανένας δεν αντιμετωπίζει την ασθένεια αυτή μόνος του.**

Η εκκίνηση του περιπάτου δόθηκε και συνεχίστηκε με τη συνοδεία της Φιλαρμονικής Ορχήστρας του Δήμου Θεσσαλονίκης. Σε όλους τους συμμετέχοντες μοιράστηκαν μπλουζάκια και καπέλα με το λογότυπο του περιπάτου «Βήμα, Βήμα μαζί» αλλά και με το λογότυπο της χορηγού Εταιρείας. Στο 4^ο Παραλιακό Πάρκο Θεσσαλονίκης διανεμήθηκαν ενημερωτικά φυλλάδια και περιοδικά, διάφορα εδέσματα, αναψυκτικά και χυμοί και κληρώθηκαν δώρα. Οι ομιλίες ξεκίνησαν με την Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer, κα. Μάγδα Τσολάκη και συνεχίστηκαν από το Δήμαρχο Θεσσαλονίκης, κ. Βασίλη Παπαγεωργόπουλο, τον πρώην Υφυπουργό Αθλητισμού κ. Γιώργο Ορφανό, τον Υποψήφιο Βουλευτή Α΄ Θεσσαλονίκης, κ. Απόστολο Τζιτζικώστα, τον Υποψήφιο Βουλευτή Α΄ Θεσσαλονίκης και Δημοτικό Σύμβουλο Θεσσαλονίκης, κ. Βενιαμίν Καρακωστανόγλου, από Προέδρους των Κ.Α.Π.Η. Θεσσαλονίκης καθώς και από άλλους φορείς της πόλης μας. Η εκδήλωση καλύφθηκε δημοσιογραφικά από το δημοσιογράφο κ. Αιμίλιο Τσαρούχα με την παρουσία των τηλεοπτικών καναλιών.

Η εκδήλωση στέφθηκε με μεγάλη επιτυχία καθώς υπήρξε διανομή ενημερωτικού υλικού σε κεντρικά σημεία της πόλης αρκετές μέρες πριν από την εκδήλωση και προβολή από τοπικά τηλεοπτικά κανάλια.

Σας ευχαριστούμε θερμά που μας βοηθήσατε να μεταδώσουμε το μήνυμα της αγάπης και της συμπάραστασης στους ασθενείς με άνοια αλλά και στις οικογένειές τους.



ΧΟΡΗΓΟΙ MEMORY WALK

- 1. Ξενοδοχείο Grand Hotel Palace**
Μοναστηρίου 305-307, 54627, Τηλ: 2310 549000, Φαξ: 2310 549149
- 2. ALPHA OMEGA INTERNATIONAL TRAVEL SERVICE & CONGRESS**
Κομνηνών 7, Πανόραμα 552 36 Θεσσαλονίκη
Τηλ.: +30 2310 332030, 332055
Fax: +30 2310 332054
- 3. Καταστήματα Expert—Ανάδραση Α.Ε.**
Βασ. Όλγας 129 Α, ΤΚ 546 43, Θεσσαλονίκη
Τηλ: 2310 811344-5
- 4. Ζαγόρι Rainbow**
Αγροτική Περιοχή Διαβατών, Ιωνία
Τηλ: 2310-782400, Φαξ: 2310 782960
- 5. Εμφιαλωτική Άθως**
Ακονοράχη Δήμου Πολυγύρου Χαλκιδικής
Τηλ: 23710-54200, Φαξ: 23710 54191
- 6. Carrefour Μαρινόπουλος**
Αγίου Δημητρίου 6, ΤΚ 174 56, Άλιμος, Αθήνα
Τηλ: 2109893400, Φαξ: 210 9893780
- 7. Νέκταρ Αφοί Κουρτίδη Α.Ε.**
1ο Χλμ. Σερρών – Νιγρίτας, 62100, Σέρρες
Τηλ: 23210 59489, Φαξ: 23210 59933
- 8. Σερραϊκή Βιομηχανία Γάλακτος Α.Ε.**
1ο Χλμ. Σερρών – Θεσσαλονίκης, ΤΚ 62100, Σέρρες
Τηλ: 23210 50720, Φαξ: 23210 50723
- 9. Ζαχαροπλαστεία Πασχάλης**
Δημητρίου Γούναρη 45, ΤΚ 546 41, Θεσσαλονίκη
Τηλ: 2310 209227, Φαξ: 2310 214957
- 10. Catering Χούτος**
Σμύρνης και Νερομύλων (Στροφή Φιλύρου)
Τηλ: 2310 674830, Φαξ: 2310 672473
- 11. Ζαχαροπλαστεία Μίλτος**
Στέλιου Καζαντζίδη 37, Θέρμη
Τηλ: 2310 476187, Φαξ: 2310 471995
- 12. Διαμαντής Δεξιώσεις Catering**
Ι. Κωλέττη 26, Θεσσαλονίκη
Τηλ: 2310 530525, Φαξ: 2310 530526
- 13. Ελληνικά Κελάρια**
ΤΘ 40426, ΤΚ 54610, Θεσσαλονίκη
Τηλ: 2310 797900, Φαξ: 2310 796292



Ντύσιμο

Μετάφραση - Επιμέλεια:

Πετρίνα Μαργαριτίδου, Ψυχολόγος - Κωνσταντίνα Καραγκιόζη, Ψυχολόγος

Το να ντυθεί κάποιος μπορεί να είναι μια σύνθεση και ιδιαίτερα δύσκολη διαδικασία, καθώς περιλαμβάνει αρκετά βήματα. Το να βοηθάς ένα άτομο με άνοια να ντυθεί μπορεί να είναι αρκετά χρονοβόρο και συναισθηματικά εξουθενωτικό, ειδικά εάν το άτομο δεν είναι συνεργάσιμο. Το κάθε άτομο με άνοια αντιδρά με διαφορετικό τρόπο και επομένως, χρειάζεται μια ιδιαίτερη και εξατομικευμένη προσέγγιση από τον περιθάλποντα ώστε να είναι αποτελεσματική.

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΙΤΙΕΣ

Υπάρχουν αρκετοί λόγοι που εξηγούν γιατί ένα άτομο με άνοια ίσως αντιμετωπίσει προβλήματα με το ντύσιμο :

Σωματικές ή ιατρικές αιτίες

Η κατάθλιψη ή κάποια σωματική ασθένεια μπορούν να προκαλέσουν την έλλειψη ενδιαφέροντος για την προσωπική υγιεινή. Αλλαγές ίσως προκύψουν στις γενικές κινητικές δεξιότητες, δημιουργώντας προβλήματα με την ισορροπία ή το περπάτημα. Αλλαγές ίσως προκύψουν και στις λεπτές κινητικές δεξιότητες, δημιουργώντας προβλήματα στο κούμπωμα των κουμπιών ή στο κλείσιμο ενός φερμουάρ. Ακόμη, το άτομο με άνοια ίσως έχει μειωμένη όραση. Τέλος, οι παρενέργειες ορισμένων φαρμάκων μπορούν να προκαλέσουν ζαλάδα ή άκαμπτες αρθρώσεις.

Τι να δοκιμάσετε

Μια γενική ιατρική εξέταση του ατόμου ώστε να ανακαλύψετε πιθανές αιτίες που συμβάλλουν σε προβλήματα σχετικά με το ντύσιμο.

Ελέγξτε την όραση και τα γυαλιά του ασθενούς.

Κανονίστε μια εκτίμηση για κατάθλιψη με κάποιον ειδικό, ιδιαίτερα εάν το άτομο είναι συχνά απρόθυμο να σηκωθεί ή να ντυθεί το πρωί.

Ξεχνάει το πώς να ντυθεί

Κάποια άτομα με άνοια δεν μπορούν να θυμηθούν εάν ντύνονται ή ξεντύνονται. Επιπλέον, ίσως ξεχάσουν να αλλάξουν τα ρούχα τους, να τα φορέσουν με λάθος σειρά ή να φορέσουν πολλά ρούχα ταυτόχρονα. Ίσως συνειδητοποιήσουν ότι κρατούν κάποιο ρούχο αλλά δεν μπορούν να καταλάβουν σε ποιο μέρος του σώματος φοριέται.

Τι να δοκιμάσετε

Προσεκτικές παρακινήσεις ή υπενθυμίσεις ίσως βοηθήσουν το άτομο να ντυθεί ανεξάρτητα.

Τοποθετήστε τα ρούχα σε μια καρέκλα με το ρούχο που πρέπει να φορεθεί πρώτο πάνω - πάνω.

Δοκιμάστε να χωρίσετε τη διαδικασία του ντυσίματος σε μικρότερα βήματα.

Προβλήματα με το περιβάλλον

Ο θόρυβος, η πολυκοσμία, ο δυνατός φωτισμός και η ακαταστασία στο δωμάτιο μπορούν να περισπάσουν το άτομο με άνοια ενώ προσπαθεί να ντυθεί. Ορισμένοι ηλικιωμένοι, και ιδιαίτερα οι ηλικιωμένοι με άνοια, έχουν διαφορετικές ανάγκες όσον αφορά τη θερμοκρασία του δωματίου. Ορισμένες φορές μπορεί να νιώθετε ότι έχει αποπνικτική ζέστη μέσα στο σπίτι, ενώ το άτομο με άνοια να νιώθει ότι είναι καλά.

Τι να δοκιμάσετε

Μετακινήστε περιττά αντικείμενα όπως ρούχα εκτός εποχής.

Σιγουρευτείτε ότι το δωμάτιο είναι αρκετά ζεστό για το άτομο με άνοια.

Παρέχετε τον κατάλληλο φωτισμό. Επίσης, σιγουρευτείτε ότι το φως στη ντουλάπα είναι το ίδιο φωτεινό με το φως του δωματίου, ώστε το άτομο να μην αναγκάζεται να συνηθίσει σε διαφορετικά επίπεδα φωτός.

Έλλειψη προσωπικού χώρου

Το ντύσιμο είναι μια πολύ προσωπική και ιδιωτική δραστηριότητα για τους περισσότερους από εμάς. Πολλοί άνθρωποι δεν έχουν ποτέ ντυθεί ή ξεντυθεί μπροστά σε κάποιον άλλο και αυτό μπορεί να είναι μια άβολη εμπειρία. Όταν ένα άτομο χρειάζεται βοήθεια σημαίνει ότι δεν μπορεί πλέον να αυτοεξυπηρετείται. Αυτή η έλλειψη ανεξαρτησίας μπορεί να είναι δύσκολο για κάποιον να το δεχθεί.



Οδηγίες για περιθάλποντες: Φαγητό

Μετάφραση - Επιμέλεια :
Μαργαριτίδου Πετρίνα, Ψυχολόγος



Τι να δοκιμάσετε

Κλείστε την πόρτα και κατεβάστε τα παντζούρια ώστε να δημιουργήσετε μια αίσθηση ιδιωτικότητας. Εάν το άτομο είναι ικανό να διαχειριστεί τα περισσότερα βήματα της διαδικασίας, είναι πολύ καλύτερο να το αφήσετε να το κάνει μόνο του και εσείς να παρακολουθείτε από απόσταση, επεμβαίνοντας μόνον όταν είναι απαραίτητο.

Προβλήματα στην επιλογή ρούχων

Είναι σημαντικό να ενθαρρύνετε το άτομο με άνοια να διαλέγει τα ρούχα του, παρόλο που για ορισμένους ίσως είναι δύσκολο να λάβουν ακόμη και απλές αποφάσεις.

Τι να δοκιμάσετε

Ελαττώστε τον αριθμό των επιλογών. Για παράδειγμα, προσφέρετε δύο ρούχα, ώστε να διαλέξει μεταξύ τους.

Απλώστε τα ρούχα στο κρεβάτι, με τη σειρά που πρέπει να φορεθούν.

Δοκιμάστε να απλώσετε ανοιχτόχρωμα ρούχα πάνω σε σκουρόχρωμο σεντόνι. Για ορισμένους με προβλήματα όρασης, η αντίθεση των χρωμάτων βοηθάει.

Άλλες προτάσεις

Για ορισμένους ασθενείς τα κουμπιά, οι γάντζοι, τα φερμουάρ και τα κουμπώματα στις ζώνες είναι αρκετά δύσκολα στη διαχείριση. Μπορείτε να τα αντικαταστήσετε με αυτοκόλλητες ταινίες.

Τα φανταχτερά υφάσματα στα ρούχα είναι αρκετά περισπαστικά. Διαλέξτε ρούχα με απλά υφάσματα.

Αντί να μαλώνετε με τον ασθενή που θέλει να φοράει τα ίδια ρούχα κάθε μέρα, είναι προτιμότερο να αγοράσετε άλλο ένα ζευγάρι από τα ίδια ρούχα.

Παλαιότερα οι άνθρωποι δεν άλλαζαν τόσο συχνά ρούχα, όπως κάνουμε εμείς σήμερα. Είναι σημαντικό να μην επιβάλλετε τις δικές σας αξίες σχετικά με την εναλλαγή των ρούχων.

Ηλεκτρονική πηγή:

www.alzheimers.org.au/content.cfm?categoryid=4



Όταν φροντίζουμε κάποιον ασθενή με άνοια, η ώρα του φαγητού μπορεί ορισμένες φορές να προκαλεί άγχος, καθώς η απώλεια μνήμης και τα προβλήματα με την κρίση ίσως να προκαλέσουν δυσκολίες. Υπάρχουν πολλοί τρόποι να βελτιωθεί αυτή η κατάσταση.

ΕΛΛΕΙΨΗ ΟΡΕΞΗΣ: Τι να δοκιμάσετε

- ✓ Ελέγξτε με τη βοήθεια ενός γιατρού εάν η έλλειψη όρεξης οφείλεται σε αιτίες που μπορούν να θεραπευτούν, όπως είναι κάποιο κρύωμα ή η κατάθλιψη.
- ✓ Προσφέρετε στον ασθενή γεύματα σε συγκεκριμένες ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας
- ✓ Επιτρέψτε στο άτομο να τρώει όποτε πεινάει
- ✓ Ενθαρρύνετε τη φυσική και σωματική άσκηση
- ✓ Παρέχετε ισορροπημένα γεύματα ώστε να αποφύγετε τη δυσκοιλιότητα
- ✓ Δοκιμάστε ένα ποτήρι χυμό ή κρασί (εάν το επιτρέπει η ιατρική κατάσταση του ασθενούς), πριν το γεύμα ώστε να διεγείρετε την όρεξή του
- ✓ Προσπαθήστε να ετοιμάζετε γνωστά στο άτομο φαγητά με οικείους τρόπους, ειδικά τα αγαπημένα φαγητά του ασθενούς
- ✓ Ενθαρρύνετε το άτομο να τρώει όλο ή το περισσότερο από ένα φαγητό πριν προχωρήσετε στο επόμενο πιάτο. Ορισμένα άτομα μπερδεύονται πολύ όταν οι γεύσεις και τα συστατικά αλλάζουν
- ✓ Προσπαθήστε να κάνετε τη διαδικασία του φαγητού απλή, χαλαρωτική και ήρεμη. Βεβαιωθείτε ότι αφήνετε αρκετή ώρα για κάθε γεύμα. Η βοήθεια για κάποιο άτομο με άνοια μπορεί να διαρκέσει έως και 1 ώρα
- ✓ Συζητήστε με κάποιο γιατρό την περίπτωση συμπληρωμάτων βιταμινών

ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ ΟΡΕΞΗ: Τι να δοκιμάσετε

→ Το να αφήνετε μικρά σνακ στο τραπέζι είναι αρ-

κετό ώστε να ικανοποιήσετε ορισμένα άτομα. Να έχετε διαθέσιμα σνακ με λίγες θερμίδες, όπως μήλα και καρότα

- ➔ Δοκιμάστε 5-6 μικρά γεύματα κάθε μέρα
- ➔ Σκεφτείτε εάν άλλες δραστηριότητες, όπως ένας περίπατος ή κάποιες κοινωνικές δραστηριότητες, μπορούν να βοηθήσουν
- ➔ Εάν είναι απαραίτητο, κλειδώστε ορισμένα φαγητά στα ντουλάπια

ΑΚΑΤΑΣΧΕΤΗ ΕΠΙΘΥΜΙΑ ΓΙΑ ΓΛΥΚΑ: Τι να δοκιμάσετε



- Ελέγξτε τις παρενέργειες των φαρμάκων, καθώς ορισμένα αντικαταθλιπτικά ίσως προκαλέσουν έντονη επιθυμία για γλυκό. Δοκιμάστε μιλκ-σεικ, χτυπητό αυγό ή ένα παγωτό με λίγες θερμίδες

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΣΤΟΜΑ, ΤΟ ΜΑΣΗΜΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΣΗ:

Τι να δοκιμάσετε

- Κάντε τακτικούς ελέγχους για τα δόντια σας
- Υγραίνετε το φαγητό με σάλτσες εάν ένα στεγνό στόμα προκαλεί προβλήματα
- Για προβλήματα κατάποσης, υπενθυμίστε στο άτομο να καταπίνει κάθε δαγκωματιά, χτυπήστε ελαφρά στο λάρυγγα του ατό-

μου, μη δίνετε τροφές που είναι δύσκολο να τις καταπιεί το άτομο

- Συμβουλευτείτε ένα γιατρό εάν προκύψουν προβλήματα πνιγμού

ΤΗΝ ΩΡΑ ΤΟΥ ΦΑΓΗΤΟΥ: Τι να δοκιμάσετε

- ◆ Σερβίρετε ένα πιάτο κάθε φορά και μετακινήστε άλλα αντικείμενα από το τραπέζι που αποσπούν την προσοχή, όπως επιπλέον ποτήρια ή διάφορα διακοσμητικά
- ◆ Σιγουρευτείτε ότι τα πηλίνα σκεύη είναι απλά και έχουν διαφορετικό χρώμα από το τραπεζομάντιλο
- ◆ Εάν η χρήση του μαχαιροπίρουνου είναι πολύ δύσκολη σερβίρετε φαγητό που τρώγεται με τα χέρια
- ◆ Τρώτε μαζί με το άτομο με άνοια ώστε να μπορεί να σας αντιγράψει
- ◆ Σιγουρευτείτε ότι το άτομο δεν βιάζεται
- ◆ Κρατήστε το θόρυβο και τις δραστηριότητες του περιβάλλοντος στο ελάχιστο
- ◆ Σιγουρευτείτε ότι υπάρχει ο κατάλληλος φωτισμός
- ◆ Σερβίρετε οικείο φαγητό

ΑΛΛΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

- ❖ Έχετε στο μυαλό σας το ιστορικό του ατόμου σχετικά με το φαγητό. Ίσως πάντα να είχε ελαττωμένη όρεξη
- ❖ Να παρακολουθείτε τη θερμοκρασία του φαγητού. Ενώ το ζεστό φαγητό συνήθως το τρώμε με περισσότερη όρεξη, ορισμένα άτομα με άνοια έχουν χάσει την ικανότητα να κρίνουν εάν το φαγητό είναι ζεστό ή κρύο
- ❖ Χαλασμένο φαγητό στο ψυγείο, κρυμμένο φαγητό ή το να μην τρώει κάποιος σε τακτικές ώρες είναι σημάδια ότι κάποιος που μένει μόνος του έχει ανάγκη από περισσότερη υποστήριξη
- ❖ Πολλά άτομα με άνοια δεν λαμβάνουν αρκετά υγρά διότι ξεχνούν να πιουν ή ίσως να μην αναγνωρίζουν πλέον την αίσθηση της δίψας. Σιγουρευτείτε ότι του



36° Ετήσιο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο

Η Ιατρική Εταιρεία Αθηνών διοργανώνει το **36° Ετήσιο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο** στο **Ξενοδοχείο Hilton, 4 – 8 Μαΐου 2010**. Το Συνέδριο περιλαμβάνει Διαλέξεις, Διαιτητικές Συζητήσεις, Στρογγυλά Τραπέζια, Συμπόσια, Κλινικά Φροντιστήρια, Σεμινάρια και Ελεύθερες Ανακοινώσεις.

Ημερομηνία Υποβολής Περιλήψεων: 15 Ιανουαρίου 2009.

Με ιδιαίτερη εκτίμηση

Α. Μαγκίνα, Γενική Γραμματέας
Χ. Ιατρού, Πρόεδρος

Ευχαριστίες

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών ευχαριστεί θερμά τον **κ. Ευριπίδη Αγαπητό** για την ευγενική χορηγία του.

Ανακοίνωση

Η Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών ευχαριστεί θερμά την οικογένεια του **κ. Σταύρου Ι. Τσαπικίδη** και την **κ. Έφη Τσαπικίδου** για τη δωρεά τους εις μνήμην της μητέρας τους, **Αικατερίνης Τσαπικίδου**.

" 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) **Υποπεύομαι** 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



Νέα Ηλεκτρονική Κλειδαριά για το Σπίτι με βραχιόλι Ασφαλείας RFID



Νέα Ηλεκτρονική Κλειδαριά Ασφαλείας για το Σπίτι Δακτυλικού Αποτυπώματος

Lundbeck Hellas S.A.

Εξειδίκευση στη Νευρολογία και την Ψυχιατρική



Στόχος μας η ποιότητα



ΠΡΟΔΡΑΜΑΤΗ: S&G Athens/teiling

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.

Η EUROMEDICA είναι ο μεγαλύτερος και πληρέστερος Ιδιωτικός Φορέας παροχής Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Περίθαλψης στην Ελλάδα με δίκτυο συμβεβλημένων Διαγνωστικών Κέντρων και κλινικών με ευρεία γεωγραφική διασπορά σε όλη τη χώρα. Η **EUROMEDICA ΓΕΝΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ** αποτελεί ένα από τα μεγαλύτερα νοσηλευτικά ιδρύματα της Ελλάδας και μια ολοκληρωμένη πρόταση στο χώρο της υγείας παρέχοντας υπηρεσίες υψηλού επιπέδου. Διαθέτει ένα επιτελείο γιατρών - συνεργατών όλων των ειδικοτήτων, έναν υπερσύγχρονο ιατρικό εξοπλισμό και ένα άρτια εκπαιδευμένο νοσηλευτικό και διοικητικό προσωπικό.

Στην προσπάθειά μας να ανταποκριθούμε στις ανάγκες του ΚΕΝΤΡΟΥ ALZHEIMER, είμαστε σε θέση να σας υποβάλλουμε τις ακόλουθες παροχές, που θα συνοδεύονται από την αντίστοιχη ονομαστική κάρτα EUROMEDICA:

- ➔ **Εργαστηριακές εξετάσεις** πάσης φύσεως (απεικονιστικές, αιματολογικές, κλπ) με **έκπτωση 20%** επί του ιδιωτικού τιμοκαταλόγου
- ➔ **Επισκέψεις σε ιατρούς όλων των ειδικοτήτων** (Εκτός Γυναικολογικών περιστατικών) στα Εξωτερικά Ιατρεία της κλινικής στη Θεσσαλονίκη **μόνο με € 30**
- ➔ **Έκπτωση 10%** στα νοσήλια για ιδιωτική νοσηλεία και **10%** επί των χρεώσεων που δεν καλύπτονται από τα ασφαλιστικά ταμεία στην κλινική.
Εξαιρούνται φάρμακα και υγειονομικό υλικό.
- ➔ **Δωρεάν μεταφορά** με ασθενοφόρο μη περιπατητικών & εκτάκτων περιστατικών προς τα διαγνωστικά κέντρα (για Αξονικές & Μαγνητικές Τομογραφίες, Αξονικές Στεφανιογραφίες, εξετάσεις πυρηνικής ιατρικής) και στις κλινικές **μόνο για περιπτώσεις νοσηλείας και μόνο για Θεσσαλονίκη**
- ➔ **Δωρεάν επισκέψεις** όλο το 24ωρο, στους εφημερεύοντες ιατρούς για έκτακτα περιστατικά:
EUROMEDICA ΓΕΝΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Καρδιολογικό, Παθολογικό, Παιδιατρικό, Χειρουργικό
- ➔ **Προτεραιότητα στο ραντεβού** σας για τις εργαστηριακές εξετάσεις
- ➔ Δυνατότητα **απευθείας ενημέρωσης** του ιατρού σας για τα αποτελέσματα των εξετάσεών σας, αν το επιθυμείτε

Αξίζει να σημειωθεί ότι η EUROMEDICA ΓΕΝΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ, **διαθέτοντας τεχνολογία αιχμής στο χώρο της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας περίθαλψης**, προσφέρει τη δυνατότητα για:

- ➔ Αξονική Στεφανιογραφία με 400 € (αρχική τιμή 550 €)
- ➔ Σπυρομέτρηση & Πνευμονολογική Εξέταση με 30 €. Παράλληλα υπάρχει η δυνατότητα Πνευμονολογικού Ελέγχου και ενημέρωσης από το εξειδικευμένο Ιατρείο Διακοπής Καπνίσματος

Παράλληλα, δίνεται η δυνατότητα για χρήση της νέας πρωτοποριακής υπηρεσίας, της νοσηλείας κατ' οίκον. Στόχος είναι η άμεση και ταχύτατη εξυπηρέτηση προσώπων που χρήζουν νοσηλευτικής φροντίδας στο σπίτι, από πτυχιούχους νοσηλευτές με σημαντική εμπειρία στον χώρο της υγείας. Η εταιρεία **ΓΕΝΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ** προσφέρει **10% έκπτωση στις αναλυτικές παροχές για νοσηλευτικές υπηρεσίες κατ' οίκον** (εξαιρούνται τα πακέτα προσφορών). Το έντυπο υλικό της ΓΕΝΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ, με τον αναλυτικό τιμοκατάλογο, θα δοθεί από εμάς για να μοιραστεί στο κέντρο.

Θα παραμένουμε στη διάθεσή σας για περισσότερες πληροφορίες και διευκρινήσεις.

Με εκτίμηση,

Αντωνίτση Αναστασία

EUROMEDICA A.E.

Τμήμα Μεγάλων Πελατών

Λύτρα 8 – Β. Γεωργίου, Θεσσαλονίκη, Τ.Κ. 546 40

Τηλ. : 2310 25 25 10

Κιν. : 6943 90 26 22

FAX : 2310 25 25 67

E-mail: a.antonitsi@euromedica.gr



ΕΤΗΣΙΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΣΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ 2009 - 2010

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΓΓΕΝΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

ΕΤΗΣΙΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΣΤΗΝ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ 2009-2010

Εθνικής Αμύνης 27, 2^{ος} όροφος, ώρα 4-6μμ

Πληροφορίες: www.alzheimer-hellas.gr, τηλ.2310 810411

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - Α΄ ΚΥΚΛΟΣ

1. 09/10/09 i. Γενική Εισαγωγή (Λ.Χουσιάδας)
ii. Εισαγωγή στην Άνοια – παρουσίαση περιστατικών
(Κ. Πετσάνης, Τ. Χριστοδούλου)
2. 16/10/09 Τοπογραφική – Λειτουργική Ανατομική Εγκεφάλου (Κ. Πετσάνης, Τ.Χριστοδούλου)
3. 23/10/09 Καρκίνος του Μαστού (Μ.Ζαφράκας)
4. 30/10/09 Τα Πολλά Πρόσωπα της Άνοιας. Παρουσίαση Περιστατικών (Μ.Τσολάκη)
5. 6/11/09 Ο Ρόλος του Γενικού Γιατρού στην Πρόληψη, Διάγνωση και Αντιμετώπιση των Ανοϊκών Διαταραχών
(Χ.Παγωνίδης, Ε. Ξενοδοχίδου)

6. 13/11/09 i. Θεωρίες Αιτιοπαθογένειας Νόσου Alzheimer (Β.Παπαλιάγκας)

7. 27/11/09 Αγγειακή Άνοια – παραδείγματα (Σ. Ρηγοπούλου)

20/11/09 Αίθουσα μη διαθέσιμη

8. 4/12/09 Έξυπνες Ιδέες για Επιτυχημένα Γηρατεία (Μ. Τσολάκη)

9. 11/12/09 Οστεοπόρωση και Κατάγματα (Κ.Νάτσης)

10. 18/12/09 i.Τα φάρμακα στην Προχωρημένη Ηλικία (Β.Κόκκας)
ii. Τεχνικές χαλάρωσης - εμπειρίες ασθενών (Ε.Πόπτη)

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΔΙΑΚΟΠΗ

11. 08/01/09 Εναλλακτικές Μορφές Άσκησης (Μ.Μήτσιου)
Άσκηση και Άνοια – παρουσίαση περιστατικών (Χ.Μουζακίδης)
12. 15/01/10 Κέντρο Ημέρας «Αγία Αναστασία» - παρουσίαση περιστατικών (Ν.Μάρκου, Ε.Κουρουνδή, Φ.Ουζούνη)
13. 22/01/10 i.Μηχανισμοί που επηρεάζουν τη Γνωστική Λειτουργία στην Προχωρημένη Ηλικία (Φ.Κουντή)
ii. Ασκήσεις Προσοχής – παρουσίαση περιστατικού (Χ.Αγωγιάτη, Φ.Κουντή)
14. 29/01/10 Προσεγγίσεις στα προχωρημένα χρόνια της ζωής – ασθένειες αλλά και παραγωγικές δυνατότητες (Λ.Χουσιάδας)

Θα ακολουθήσει Β΄ Κύκλος διαλέξεων (έναρξη 5/2/2009)

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ – ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ

Η ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ :

ΜΑΓΔΑ ΤΣΟΛΑΚΗ, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νευρολογίας ΑΠΘ

ΛΑΜΠΡΟΣ ΧΟΥΣΙΑΔΑΣ, Ομότιμος Καθηγητής Ψυχολογίας ΑΠΘ

Συμμετοχή ΜΚΟ της Ομοσπονδίας Alzheimer στην πρωτοβουλία

Αριστείδης Λιάπης

Μετά μακρά και επιμελημένη προετοιμασία για την «Πρωτοβουλία για τη Δημιουργία της Βουλής της Κοινωνίας των Πολιτών» πραγματοποιήθηκε στην 30^η Οκτωβρίου 2009 στην Αθήνα συνάντηση της ολομέλειας των ιδρυτικών μελών.

Στη συνάντηση των ιδρυτικών μελών (Μέλη είναι Μ.Κ.Ο. εθελοντικής Προσφοράς μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα) Από τις Μ.Κ.Ο. για τη φροντίδα της Νόσου Alzheimer συμμετείχαν:

Το Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου, οι Ελληνικές Εταιρείες Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Θεσσαλονίκης Αθηνών, Ξάνθης. Λάρισας Χανίων Ηρακλείου Κρήτης, Καρυώτισσας Πέλλας, Χαλκίδας, και Κονιστρών Ευβοίας.

Αποφάσεις της συνάντησews

1. Η ημερομηνία της Ιδρυτικής Διακήρυξης οριστικοποιήθηκε για τις **9 Δεκεμβρίου** το απόγευμα στην Παλαιά Βουλή. Ο χαρακτήρας της θα είναι τελετουργικός, θα προηγηθεί η μεγαλύτερη δυνατή προβολή της εκδήλωσης και θα είναι ανοιχτή προς όλους τους πολίτες.
2. Η ολομέλεια της Πρωτοβουλίας αποφάσισε την επιλογή του αμφιθεάτρου 9.84 στο Γκάζι, ως τον χώρο που θα φιλοξενεί τις τακτικές συνεδριάσεις της Βουλής της Κ.τ.Π.
3. Συγκροτήθηκε η Οργανωτική Επιτροπή για την προετοιμασία της ημέρας της Διακήρυξης, στην οποία συμμετέχουν:
 - ✓ Αγγελίδη Σουλτάνα από την Ελληνική εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Χαλκίδος
 - ✓ Ανδριανάκη από την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Αθηνών.
4. Τη σύνταξη του καταστατικού του Σωματίου Φίλων και Υποστηρικτών της Βουλής της Κοινωνίας των Πολιτών έχουν αναλάβει νομικοί :
5. Για την εκπροσώπηση της Πρωτοβουλίας στα μέσα μαζικής ενημέρωσης ορίστηκαν μεταξύ άλλων οι:
 - ✓ Αγγελίδου Ευαγγελία από την Ελληνική εταιρεία Νόσου Alzheimer και συναφών διαταραχών Χαλκίδος
 - ✓ Λιάπης Αριστείδης από το Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου για το Νομό Μαγνησίας και γενικά στους Θεσσαλικούς Νομούς .
6. Η επόμενη τακτική συνεδρίαση της Πρωτοβουλίας ορίστηκε για την Παρασκευή 27 Νοεμβρίου στις 19:30 στο γραφείο της Μ.Κ.Ο. Αθηνά, Παναγή Τσαλδάρη 123 Καλλιθέα (Σταθμό Ταύρου)

Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Καλαμαριάς

Η Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών Καλαμαριάς ιδρύθηκε το 2006. Στόχο και προτεραιότητα της Εταιρείας αποτελεί η ενημέρωση του κοινού ώστε να συμβάλει στην πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση των συμπτωμάτων της άνοιας. Επίσης, βασική μέριμνα της εταιρείας είναι η στήριξη των ασθενών και των οικογενειών τους ώστε να προωθηθεί η ανεξάρτητη διαβίωση των ασθενών για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, να υποστηριχθεί η οικογένεια, προκειμένου να μειωθεί το βαρύ φορτίο που έχουν επωμισθεί εξαιτίας της φροντίδας και η προάσπιση της αξιοπρέπειας τους. Σε αυτό το πλαίσιο, η Εταιρεία Alzheimer Καλαμαριάς παρέχει δωρεάν σε όλα τα μέλη της Εταιρείας νευροψυχολογική εξέταση, θεραπευτικά προγράμματα και ομάδες εκπαίδευσης και στήριξης περιθλαπόντων, τα οποία εφαρμόζονται από ειδικούς επιστήμονες με εκπαίδευση και εμπειρία σε θέματα της Τρίτης Ηλικίας και της Άνοιας. Επίσης, ειδικοί επιστήμονες πραγματοποιούν ομιλίες στα ΚΑΠΗ του Δήμου Καλαμαριάς και της ευρύτερης περιοχής, ομιλίες σε σωματεία, διοργανώνονται κοινωνικές εκδηλώσεις με ενημερωτικές ομιλίες και επιπλέον, έχουν πραγματοποιηθεί ομιλίες σε Λύκεια της Καλαμαριάς.

Το 2008 εξετάσθηκαν νευροψυχολογικά περισσότερα από 150 άτομα, πολίτες της ευρύτερης ανατολικής Θεσσαλονίκης, σε συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer. Η Εταιρεία Νόσου Alzheimer Καλαμαριάς, από το Νοέμβριο του 2008, λειτουργεί πρότυπο Κέντρο Ημέρας, στο οποίο πραγματοποιούνται α) ομάδες (5 – 6 ατόμων) γνωστικής ενδυνάμωσης ηλικιωμένων με προβλήματα μνήμης ή ήπια νοητική διαταραχή και ασθενών με άνοια, β) ομάδα εκπαίδευσης και στήριξης περιθλαπόντων ασθενών με άνοια και γ) νευροψυχολογική εξέταση ηλικιωμένων. Συνολικά εξυπηρετήθηκαν 60 ηλικιωμένοι ασθενείς και 15 οικογένειες, και εφαρμόσθηκαν 7 διαφορετικά θεραπευτικά προγράμματα.

Από το 2008, η Εταιρεία Alzheimer Καλαμαριάς, στα πλαίσια της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Alzheimer, έχει ξεκινήσει πιλοτικά το ερευνητικό πρόγραμμα για την πρόληψη της άνοιας σε συνεργασία με τα ΚΑΠΗ της Καλαμαριάς.

Η Εταιρεία της Καλαμαριάς χρηματοδοτείται με βραβεία που δίδονται από την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer σε επιστήμονες που εργάζονται και στην Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και στην Εταιρεία Alzheimer Καλαμαριάς.

Πληροφορίες: 6973302750 / 6977407687
email: alz.kalamaria@gmail.com

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

ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
Σωματείο Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Λασιθίου
Καπετάν Καζάνη 7, ΤΚ 721 00,
Αγ. Νικόλαος Λασιθίου
Κω: 6977 471240

ΑΓΡΙΝΙΟ
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Αιτωλίας
Χ. Τρικούπη 4, ΤΚ 301 00, Αγρίνιο
Τηλ. 26410 45324, E-mail: bisas@hol.gr

ΑΘΗΝΑ
• Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με νόσο Alzheimer
• Ελληνική Γεροντολογική & Γηριατρική Εταιρεία
Κάνγγος 23, ΤΚ 106 77, Αθήνα
Τηλ. 210 3811604
Γραμμή Βοήθειας: 210 3303678

• Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Αθηνών
Κέντρο Ημέρας Ανοϊκών Ασθενών
Μ. Μουσούρου 89 και Στύλπιονος 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 Συγγενών Διαταραχών
Β. Πύρρου 56, ΤΚ 471 00, Άρτα
Τηλ. 26810 78595 / Κω. 6944 680586

ΑΧΑΪΑ
Ολύμπιο Κέντρο Αποκατάστασης
Βόλου & Μιλίχου, ΤΚ 264 43,
Κάτω Συχανιά, 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**
"Η Αγία Σοφία"
Χατζηαργύρη 110, ΤΚ 383 33, Βόλος
Τηλ. 24210 43448, 24210 44921
Γραμμή Βοήθειας: 24210 43448
E-mail: volos2@otenet.gr
Site: www.institutualzheimer.gr
Νέα: <http://alzheimer1.gr>

ΕΥΒΟΙΑ
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών Ευβοίας
Κονίστρες Εύβοιας, ΤΚ 340 16
Τηλ. 22220 58243

ΗΡΑΚΛΕΙΟ
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ηρακλείου
Νταλιάνη 22, ΤΚ 713 06, Ηράκλειο
Τηλ. 2810 226308, Fax: 2810 360047
E-mail: ekortsidaki@yahoo.com

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ.
Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Νόσου Alzheimer
Π. Συνδίκια 13, ΤΚ 546 43, Θεσ/νίκη
Τηλ/FAX: 2310 810411, 2310 925802
Γραμμή Βοήθειας: 2310 909000
E-mail: info@alzheimer-hellas.gr
Site: www.alzheimer-hellas.gr

• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Καλαμαριάς
Νικομηδείας 24, ΤΚ 551 31
Τηλ. 6973302750
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 & Συγγενών Διαταραχών «Ιπποκράτης»
Γενικό Νοσοκομείο Γ. Χατζηκόστα
Α. 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

ΚΑΡΔΙΤΣΑ
Πολιτιστικός Σύλλογος με την επωνυμία «Εταιρεία Νόσου Alzheimer Νομού Καρδίτσας»
Ιεζεκήλη 30, ΤΚ 431 00, Καρδίτσα
Τηλ: 24410 75010

ΚΟΜΟΤΗΝΗ
Σύλλογος οικογενειών & φίλων πασχόντων από νόσο Alzheimer & συναφείς διαταραχές, «Ο Λόγος»
Πολυλειτουργικό Κέντρο Δήμου Κομοτηνής, Γρηγορίου Μαρασλή 1,
ΤΚ 691 00, Τηλ. 25310 83844

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

ΛΕΣΒΟΣ
Λεσβιακός Σύλλογος Ν. Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών Μυτιλήνης
Π. Κουντουριώτου 87, ΤΚ 811 00, Μυτιλήνη, Τηλ: 22510 23751

Ν.ΚΑΛΛΙΚΡΑΤΕΙΑ-Ν. ΧΑΛ/ΚΗΣ
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. 6977 720669
E-mail: alzxnnt@in.gr

ΠΕΙΡΑΙΑΣ
• Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Β' Πειραιά
Κλεισόβης 93, ΤΚ 185 39, Πειραιάς
Τηλ. 210 4222522

E-mail: drnsta@yahoo.gr
• Σωματείο Πειραιά
Γραμμή Βοήθειας 210 4903636

ΡΕΘΥΜΝΟ
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης
«Συμπάρσταση», Α' ΚΑΠΗ
Κ.Π. Σιγανού 5, ΤΚ 741 00, Ρέθυμνο
Τηλ. 28310 53500
E-mail: vpap@sevyp.teiher.gr

ΡΟΔΟΣ
Εταιρεία Ανάπτυξης Κοινωνικών Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας παιδιών και ενηλίκων "Πανάκεια"
Στ. Καζούλη 18, ΤΚ 851 00, Ρόδος
Τηλ. 22410 39530
E-mail: koronis_panakeia@yahoo.gr
Site: www.panakeia.org.gr

ΣΕΡΡΕΣ
Σύλλογος Καταπολέμησης Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών
4ο χλμ Σερρών Δράμας - Εμπορία Σιδαικών, ΤΚ 621 22, Σέρρες
Τηλ. 23210 55789,
E-mail: tools@otenet.gr

ΧΑΛΚΙΔΑ
Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας
28ης Οκτωβρίου 1, ΤΚ 341 00, Χαλκίδα, Τηλ: 22210 84773

ΧΑΝΙΑ
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χανίων
Ινστιτούτο Alzheimer Χανίων
Χρυσοπηγής 58, ΤΚ 733 00, Χανιά
Τηλ. 28210 96690, 76050
E-mail: inerekal@otenet.gr
Site: www.alzheimer-chania.gr

ΧΙΟΣ
Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου
Αλ. Παγνού 11, ΤΚ 821 00, Χίος
Τηλ. 22710 41020

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ALZHEIMER ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΚΡΑΤΕΙΑ & ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

ΑΘΗΝΑ
• Δήμος Μελισσίων
Παύλου Μελά 6-8, Πεύκη
Τηλ. 210 6138460

• Δήμος Παιανίας
Τέρμα Ιωάννη Ανέστη, Παιανία
Τηλ. 210 6029739

ΑΡΙΑΔΙΑ - Ν. ΠΕΛΛΑΣ
Τηλ. 6974 408978

ΒΕΡΟΙΑ
Καρακωστή 15, ΤΚ 591 00, Βέροια

Τηλ. 23310 28344

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

ΚΑΣΣΑΝΔΡΕΙΑ-Ν.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: alzchypus@yahoo.com

• Επαρχιακή Επιτροπή Λεμεσού

Τηλ. 99-652796

• Επαρχιακή Επιτροπή Πάφου
Τηλ. 99-430187

• Επαρχιακή Επιτροπή Λευκωσίας
Τηλ. 99-592269

ΠΑΤΡΑ
Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Πάτρας
Γ. Νοσ/μείο Πατρών «Άγιος Ανδρέας», Νευρολογικό Τμήμα
Τσερτίδου 1, ΤΚ 263 35
Τηλ. 2610 227969, Πάτρα

Δελτίο εγγραφής μέλους

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

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΑΡΙΘΜ. Τ.Κ.

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΑΡΙΘΜ. Τ.Κ.

ΠΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΤΗΛ E-mail

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