



Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer



3ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ | ΤΕΥΧΟΣ 84 | ΕΤΟΣ 23^ο | ΜΑΡΤΙΟΣ '21
Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου ALZHEIMER και Συναφών Διαταραχών

Διαβάστε στο τεύχος Μαρτίου

Ξεχνώ

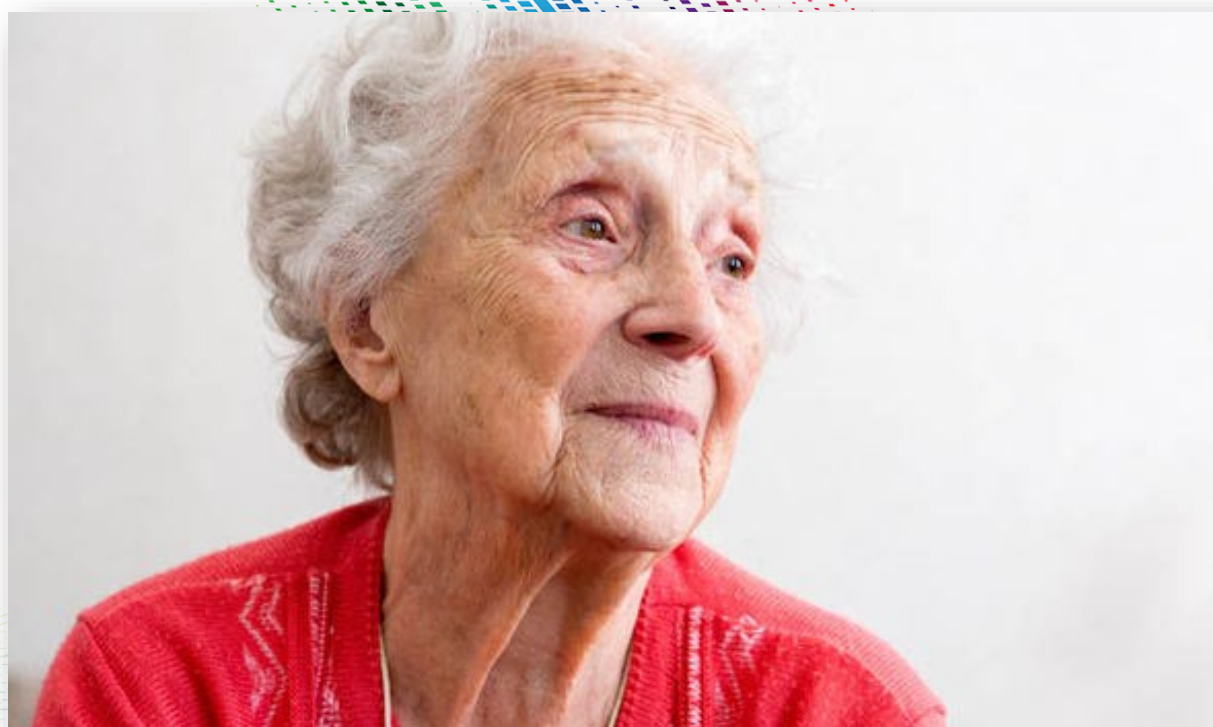
- * Δικαιοπρακτική ικανότητα για άτομα με άνοια
- * Γραμμή Βοήθειας **1102**
- * Πρόγραμμα εκμάθησης Αγγλικών

Η φωνή του περιθάλποντα

- * Διαδικτυακή
Λέσχη Περιθαλπόντων
- * Μηνύματα καρδιάς..

Νεότερα δεδομένα

- * Απόσπασ 12^{ου} Πανελληνίου
Συνεδρίου & 4^{ου} Μεσογειακού
- * Ελπιδοφόρο φάρμακο
για την άνοια





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

Η Ομοσπονδία δημιουργήθηκε με στόχο:

1. Να προωθήσει την κατανόηση, την υποστήριξη καθώς και τη δράση όλων όσων έχουν οποιαδήποτε σχέση ή ενδιαφέρον που αφορά αυτή τη νόσο στα πλαίσια της ελληνικής επικράτειας
2. Να εγκαταστήσει επαφή με τις αντίστοιχες οργανώσεις άλλων χωρών
3. Να βοηθήσει στη δημιουργία Κέντρων Ημέρας και Οικοτροφείων (Ξενώνων) που θα ανακουφίζουν την οικογένεια από τη φροντίδα του ασθενούς
4. Να ενθαρρύνει τη συνεργασία, το συντονισμό των ενεργειών και των δραστηριοτήτων μεταξύ των συλλόγων σε όλη την Ελλάδα για την επίτευξη κοινών πρωτοβουλιών
5. Να ενθαρρύνει τη συγγραφική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που θα απευθύνεται τόσο στους επαγγελματίες υγείας όσο και σε εκείνους που δεν έχουν καμία σχέση με το χώρο αυτό
6. Να βοηθήσει στη δημιουργία του κλίματος εκείνου, στην κοινωνία, που θα οδηγήσει στην όσο το δυνατόν μικρότερη περιθωριοποίηση των ασθενών και των οικογενειών τους, αλλά και στην πιο έγκαιρη αναζήτηση φροντίδας
7. Να προωθήσει την επιστημονική έρευνα καθώς και την ταχεία εισαγωγή στη χώρα μας νέων θεραπευτικών μεθόδων
8. Να οργανώσει παρεμβάσεις σε επίπεδο φορέων της Πολιτείας που διαμορφώνουν την οικονομική πολιτική και την πολιτική στο χώρο της υγείας
9. Σκοπός της έκδοσης του περιοδικού είναι να απαντάει στα συνήθη ερωτήματα των Συναφών 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 2019 - 2023

| | | | | |
|----------------|--------------------|-----------------|----------------------|-----------------|
| Αγγελίδου Ε. | Δημοτάκη Α. | Κούλα Μ.Α. | Νιφλή Α.Φ. | Πόππη Ε. |
| Αθανασιάδης Β. | Ζάγκας Δ. | Κρουσταλλάκη Δ. | Νομίδου Α. | Ποτουρίδης Π. |
| Ανεστάκης Δ. | Ζαχαριάδης Α. | Λεοντή Α. | Παναγιωτάκης Σ. | Σιβαρόπουλος Ν. |
| Ασπρίδης Φ. | Ζαχίλα-Καπελώνη Κ. | Λιγγερίδης Γ. | Πανταζάκη Α. | Σκούπρα Π. |
| Βελεγράκη Θ. | Ιατράκη Ε. | Μαρής Γ. | Παπαλιάγκας Β. | Τζανακάκη Μ. |
| Βελιβάση Α. | Καϊδης Κ. | Μελισσάρη Ι.Α. | Παπαλουκά Ε. | Τσάνταλη Ε. |
| Βουχάρας Χ. | Καλαβρή Χ. | Μουζακίδης Χ. | Παπαμιχαήλ Ν. | Τσελεπή Ι. |
| Γάτος Κ. | Καραγκιόζη Κ. | Μπακογλίδου Ε. | Παπαντωνίου Γ. | Τσολάκη Α. |
| Γεωργούλης Α. | Καρεκλάς Ν. | Μπούγια Μ. | Παττακού-Παρασύρη Β. | Τσολάκη Μ. |
| Γιώτα Κ. | Κουκουθάκη Α. | Μωραΐτου Δ. | Πλατής Α. | Φρούντα Μ. |

Επιστημονική Επιτροπή της Ελληνικής Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer 2019 - 2023

Ανεστάκης Δ., Βουχάρας Χ., Ιατράκη Ε., Ιακωβίδου-Κρίτση Ζ., Καϊδης Κ., Μελισσάρη Ι.Α., Μίχη Ε., Μωραΐτου Δ., Νιφλή Α. Φ., Νομίδου Α., Παναγιωτάκης Σ., Πανταζάκη Α., Παπαλιάγκας Β., Παπαντωνίου Γ., Παττακού Παρασύρη Β., Σακκά Π., Τσάνταλη Ε., Τσολάκη Μ., Φρούντα Μ.

Επιμέλεια: Τσολάκη Μάγδα, Νικολαΐδου Ευδοκία

Σχεδιασμός & Ηλεκτρονική επιμέλεια: Νικολαΐδου Ευδοκία

Υπεύθυνη επικοινωνίας: Μαϊόβη Ξένια

Ιδιοκτήτης: Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών

Εκδότης: Τσολάκη Μάγδα

Επωνυμία: Επικοινωνία για τη νόσο Alzheimer

Έδρα: Πέτρου Συνδίκου 13, ΤΚ 546 43, Θεσσαλονίκη

Τηλ: 2310 810411, 2310 909000 **Fax:** 2310 925802 (Αγ. Ελένη), 2310 351451 - 5 (Αγ. Ιωάννης)

E-mail: info@alzheimer-hellas.gr **Site:** www.alzheimer-hellas.gr | www.alzheimer-federation.gr

Facebook | Twitter | Youtube: [AlzheimerHellas](https://www.facebook.com/AlzheimerHellas)

Ηλεκτρονική έκδοση

Μήνας - Τεύχος: Μάρτιος - 84^ο

Διανέμεται δωρεάν



Αγαπητές φίλες και φίλοι,



Το πρώτο τρίμηνο του 2021 αποκορυφώθηκε η προσπάθεια που κάναμε 2 ολόκληρα χρόνια για την ολοκλήρωση του Συνεδρίου μας. Ο απόηχος είναι πολύ καλός. Εμείς θα είμαστε ευχαριστημένοι και θα μπορούσαμε με βεβαιότητα να πούμε ότι το Συνέδριό μας πέτυχε τους σκοπούς του:

1. Αν περισσότεροι επαγγελματίες υγείας μπορούν να διαχειριστούν τα προβλήματα της άνοιας και των άλλων νευροεκφυλιστικών νοσημάτων,
2. Αν περισσότερα άτομα με άνοια έχουν την καλύτερη δυνατή φροντίδα στην πατρίδα μας, και
3. Αν περισσότεροι περιθάλποντες πήραν κουράγιο και δύναμη για να συνεχίσουν τον ευλογημένο αγώνα τους να φροντίσουν τους ανήμπορους παππούδες και γιαγιάδες μας.

Η παρουσία της ηγεσίας του Υπουργείου Υγείας, της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας και του Μεγαλύτερου Πανεπιστημίου της Ελλάδας μας δίνει την ελπίδα ότι όλοι μαζί θα προχωρήσουμε έτσι ώστε η χώρα μας να γίνει πρωταθλήτρια του κόσμου και στην καλύτερη αντιμετώπιση των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων, αλλά και στην πρόληψή τους.

Οι μεμονωμένες προσπάθειες και οι καλές πρακτικές των Εταιρειών Alzheimer σε όλη την Ελλάδα, αλλά και ο συντονιστικός ρόλος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας φαίνεται ότι ακόμη και στη δύσκολη αυτή περίοδο της Πανδημίας βοήθησαν έτσι ώστε τα περισσότερα άτομα με άνοια και οι περιθάλποντές τους να έχουν τη βοήθεια που χρειάζονται μέσω όλων των δυνατών τεχνικών μέσων που έχουμε.

Ευχή όλων μας να σταματήσει γρήγορα η πανδημία του Κορωνοϊού για να ασχοληθούμε όλοι μαζί με την άλλη σοβαρή πανδημία, αυτή των νευροεκφυλιστικών νοσημάτων που σαρώνει τις οικογένειες σε όλο τον κόσμο και πρέπει να βρεθούν άμεσα και τρόποι πρόληψης και τρόποι ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ.

Μάγδα Τσολάκη



Μπορείτε να ενισχύσετε το έργο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Alzheimer κάνοντας ονομαστική κατάθεση στον τραπεζικό λογαριασμό που τηρούμε στην Alpha Bank
IBAN GR75 0140 4740 4740 0200 2004 406.

Παρακαλούμε μετά την κατάθεσή σας να μας αποστείλετε τα στοιχεία επικοινωνίας σας: xmaiovi@alzheimer-hellas.gr

Σας ευχαριστούμε θερμά για τη στήριξή σας!

Δικαιοπρακτική ικανότητα για άτομα με άνοια

Νέα έκθεση της Alzheimer Europe προσδιορίζει τις βασικές συστάσεις σχετικά με την ικανότητα για δικαιοπραξία και τη λήψη αποφάσεων για άτομα με άνοια.

Λουξεμβούργο, 9 Μαρτίου 2021 - Σήμερα, η Alzheimer Europe παρουσιάζει μια νέα έκθεση, «**Ικανότητα για δικαιοπραξία και λήψη αποφάσεων: Οι ηθικές επιπτώσεις της έλλειψης ικανότητας δικαιοπραξίας στη ζωή των ατόμων με άνοια**», η οποία εξετάζει τον συνδυασμό μεταξύ νομικών δικαιωμάτων και ηθικών θεωρήσεων σε σχέση με την ικανότητα δικαιοπραξίας και τη λήψη αποφάσεων.

Η ομάδα εργασίας που είναι υπεύθυνη για την έκθεση συστάθηκε από την Alzheimer Europe το 2020 και απαρτιζόταν από ειδικούς στην άνοια, τη δικαιοσύνη, την ηθική, την πολιτική, την έρευνα, την ψυχολογία, ασθενείς και περιθάλπτοντες.

Αυτή η έκθεση περιέχει μια λεπτομερή συζήτηση και εκτενείς συστάσεις για μέτρα επιμέλειας, θεραπείας, περίθαλψης και υποστήριξης, ανακοίνωση της διάγνωσης, σχεδιασμό προχωρημένης περίθαλψης, συμμετοχή στην έρευνα, περιοριστικά μέτρα, περιορισμούς της ελευθερίας κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 και την αστική και πολιτική ζωή. Ακολουθούν μερικές από τις βασικές συστάσεις που ανέπτυξε η ομάδα εργασίας:

- * Η νομοθεσία περί επιμέλειας πρέπει να αναδιατυπωθεί ως υποστήριξη λήψης αποφάσεων. Η υποκατάστατη λήψη αποφάσεων, η οποία θα ήταν το πιο εκτεταμένο μέτρο επιμέλειας, θα πρέπει να εφαρμόζεται μόνο όταν όλες οι άλλες

επιλογές έχουν εξεταστεί ή δοκιμαστεί και δεν έχουν αποδειχθεί επαρκείς για την προστασία των δικαιωμάτων των ατόμων με άνοια.

- * Η υποστήριξη πρέπει να οργανώνεται με συστηματικό και δομημένο τρόπο, όπως και στο συνδυαστικό υποστηριζόμενο μοντέλο λήψης αποφάσεων.
- * Πρέπει να υπάρχει μεγαλύτερη παρακολούθηση του τρόπου με τον οποίο χρησιμοποιείται η νομοθεσία για την ακούσια φύλαξη ατόμων με άνοια και πώς θα μπορούσε να τροποποιηθεί ώστε να αντικατοπτρίζει μια υποστηριζόμενη προσέγγιση λήψης αποφάσεων.
- * Πρέπει να αναπτυχθούν διαδικασίες διασφάλισης της προστασίας των δικαιωμάτων και της ευημερίας των ατόμων με άνοια στην καθημερινή φροντίδα στα ιδρύματα και την ημερήσια φροντίδα, καθώς και σε άλλα μέρη όπου τα άτομα δεν είναι ελεύθερα να φύγουν, αλλά δεν φυλάσσονται νόμιμα.
- * Ο περιορισμός πρέπει να γίνεται ανεκτός μόνο σε ακραίες καταστάσεις όπου η σωματική και διανοητική ακεραιότητα του ατόμου με άνοια βρίσκεται σε σοβαρό και επικείμενο κίνδυνο και να χρησιμοποιείται ως έσχατη λύση, εκτός εάν δεν υπάρχει χρόνος ή θα ήταν πολύ επικίνδυνο να επιχειρήσετε άλλη προσέγγιση.
- * Οι κυβερνήσεις θα πρέπει να δημιουργήσουν ανεξάρτητες έρευνες για τη διαχείριση της περίθαλψης της άνοιας κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 και να αναπτύξουν κατευθυντήριες γραμμές για να βοηθήσουν να διασφαλιστεί ότι η διαχείριση μελλοντικών πανδημιών ή παρό-



μοιων κρίσεων θα γίνεται με τρόπο τόσο ηθικό όσο και νόμιμο.

- * Πρέπει να επιτραπεί στα άτομα να επιβεβαιώσουν την επιθυμία τους να παραμείνει έγκυρη η εκ των προτέρων οδηγία τους, εάν κάποια στιγμή δεν έχουν την ικανότητα να την ανανεώσουν ή να μεταβιβάσουν την ευθύνη λήψης αποφάσεων σε ένα κατονομαζόμενο άτομο της επιλογής τους.
- * Κάθε άτομο πρέπει να έχει πρόσβαση σε έναν ανεξάρτητο υποστηρικτή για να κάνει διαθήκη και να συμπεριλάβει τους γνωστούς του ανθρώπους σε αυτήν τη διαδικασία, εάν το επιθυμεί.
- * Η διάγνωση της άνοιας ή του μέτρου επιμέλειας δεν πρέπει ποτέ να έχει ως αποτέλεσμα την αυτόματη απώλεια του δικαιώματος ψήφου, γάμου, διαζυγίου ή διατύπωσης διαθήκης ή προηγούμενης οδηγίας.

Η **Dianne Gove**, Διευθύντρια προγραμμάτων στην Alzheimer Europe και συν-συγγραφέας της έκθεσης, δήλωσε: «Οποιαδήποτε απώλεια του δικαιώματος λήψης αποφάσεων, συμπεριλαμβανομένων τόσο τυπικών όσο και άτυπων περιορισμών, μπορεί να έχει σημαντικό ψυχολογικό, συναισθηματικό και πρακτικό αντίκτυπο στη ζωή και την ευημερία των ανθρώπων. Είναι σημαντικό να προβληματιστούμε σχετικά με ηθικά ζητήματα που σχετίζονται με τη νομική ικανότητα και τη λήψη αποφάσεων, όπως η ανάγκη σεβασμού των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, η προστασία της αξιοπρέπειας όλων των ανθρώπων και η διασφάλιση ότι όλα τα άτομα με άνοια μπορούν να απολαύσουν και να συμμετάσχουν πλήρως στις αστικές, πολιτικές, οικονομικές, κοινωνικές και πολιτιστικές πτυχές της ζωής».

Ο **Jean Georges**, Εκτελεστικός Διευθυντής της Alzheimer Europe, πρόσθεσε: «Είναι σημαντικό οι νομοθέτες, οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής, οι επαγγελματίες υγείας και κοινωνικής μέριμνας, οι διοικητικοί φορείς, οι συμβολαιογράφοι και το ευρύ κοινό να συνεργαστούν για την άρση των εμποδίων και την παροχή κατάλληλης και έγκαιρης υποστήριξης για τη μεγιστοποίηση της δυνατότητας των ατόμων με άνοια να ασκήσουν τη νομική τους ικανότητα. Πρέπει να δημιουργήσουμε ευέλικτα και ανθρώπινα συστήματα και να απομακρυνθούμε από τις νοοτροπίες, τις παραδόσεις και τις παραδοχές, οι οποίες εμποδίζουν τους ανθρώπους να πάρουν αποφάσεις και να ζήσουν τη ζωή τους σύμφωνα με τις δικές τους επιθυμίες και αξίες. Πρέπει να υπάρχει κατάλληλη υποστήριξη, λογικές προσαρμογές και διασφαλίσεις για τη μεγιστοποίηση της ελευθερίας επιλογής και ίσων ευκαιριών για άτομα με άνοια σε ολόκληρη την κοινωνία».

Για να διαβάσετε την έκθεση σε PDF:
http://bit.ly/AE_Legal_Capacity

Η έκθεση «Ικανότητα για δικαιοπραξία και λήψη αποφάσεων: Οι ηθικές επιπτώσεις της έλλειψης δικαιοπραξίας στη ζωή των ατόμων με άνοια» έλαβε χρηματοδότηση από το Πρόγραμμα Υγείας της Ευρωπαϊκής Ένωσης (2014-2020).

Συγγραφείς

Dianne Gove, Jean Georges, Carmel Geoghegan, Alistair Neimeijer, Jim Pearson, Catherine Quinn, Sebastian Ritzl, Helen Rochford-Brennan, Matthé Scholten και Maria do Rosário Zincke dos Reis

Επιμέλεια κειμένου & Μετάφραση

Ξένια Μαϊόβη

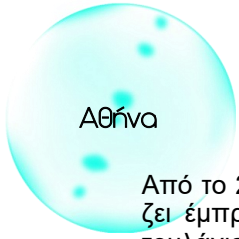
Γραμματέας Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών

Η Ελλάδα στην Alzheimer Europe εκπροσωπείται από την Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών.

Η Alzheimer Europe είναι ένας οργανισμός-ομπρέλα εθνικών οργανισμών Alzheimer και έχει επί του παρόντος 37 οργανώσεις μέλη σε 33 ευρωπαϊκές χώρες. Στόχος του οργανισμού αποτελεί η αλλαγή των αντιλήψεων, των πρακτικών και της πολιτικής για να διασφαλιστεί η ίση πρόσβαση των ατόμων με άνοια σε ένα υψηλό επίπεδο υπηρεσιών φροντίδας και επιλογών θεραπείας.

www.alzheimer-europe.org





Αθήνα

Από το 2002 η **Εταιρεία Alzheimer Αθηνών** στηρίζει έμπρακτα τα 200.000 άτομα με άνοια και τους τουλάχιστον 400.000 περιθάλποντες που ζουν στην Ελλάδα. Παράλληλα ενημερώνει και ευαισθητοποιεί το κοινό σε θέματα σχετικά με την άνοια και την πρόληψή της με σειρά πρωτοβουλιών και δραστηριοτήτων.

Στο πλαίσιο των στόχων της, και με την υποστήριξη του Υπουργείου Υγείας, της Περιφέρειας Αττικής και του Ελληνικού Διαδημοτικού Δικτύου Υγιών Πόλεων δημιούργησε τη **Γραμμή Βοήθειας για την Άνοια 1102**. Η γραμμή πλαισιώνεται από εξειδικευμένους σύμβουλους / επαγγελματίες υγείας, γιατρούς νευρολόγους και ψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, που παρέχουν άμεσα ενημέρωση, καθοδήγηση, συμβουλές και διασύνδεση.

Η Γραμμή Βοήθειας 1102 απευθύνεται σε:

Άτομα με προβλήματα μνήμης
Ευρύ κοινό
Περιθάλποντες - Οικογένεια & φίλοι ατόμων με άνοια
Επαγγελματίες Υγείας

Οι υπηρεσίες της Γραμμής Βοήθειας 1102 είναι:

- ✓ Ενημέρωση για την άνοια και τις στρατηγικές πρόληψης
- ✓ Ενημέρωση για τις διαθέσιμες υπηρεσίες και τα προγράμματα για άτομα με άνοια και τους περιθάλποντές τους
- ✓ Πρακτικές συμβουλές φροντίδας σε περιθάλποντες ατόμων με άνοια
- ✓ Συμβουλές αντιμετώπισης κρίσεων και διαταραχών συμπεριφοράς σε άτομα με άνοια
- ✓ Διασύνδεση με τις οργανώσεις Alzheimer που λειτουργούν στην Ελλάδα
- ✓ Δικτύωση με τους Συμβουλευτικούς Σταθμούς για την Άνοια που λειτουργούν σε συνεργασία με το ΕΔΔΥΠΠΥ σε όλη την Ελλάδα
- ✓ Ενημέρωση επαγγελματιών υγείας σε θέματα σχετικά με την άνοια
- ✓ Ενημέρωση για τις Υπηρεσίες των Δήμων, των Κέντρων Υγείας, των νοσοκομείων ιδιωτικών και δημόσιων και γενικότερα των φορέων που ασχολούνται με την Τρίτη ηλικία και την άνοια.

Ο Περιφερειάρχης Αττικής κ. Γιώργος Πατούλης και Πρόεδρος του Ελληνικού Διαδημοτικού Δικτύου Υγιών Πόλεων επεσήμανε: «Ως Περιφέρεια Αττικής με κεντρικό σκοπό την ευρεία και πληρέστερη ενημέρωση των πολιτών σε ζητήματα που αφορούν στην πρόληψη και στον προσυμπτωματικό έλεγχο δημιουργήσαμε 20 θεματικά πεδία με επιστημονικές παρουσιάσεις. Ένα από αυτά αφορούν στην Άνοια. Παράλληλα και ως Ελληνικό Διαδημοτικό

Γραμμή στήριξης 1102

Δίκτυο Υγιών Πόλεων με την αρωγή των Δήμων-μελών μας και των ΚΕΠ Υγείας, δημιουργήσαμε σε συνεργασία με την Εταιρεία Alzheimer Αθηνών 72 Συμβουλευτικούς Σταθμούς για την Άνοια με ειδικά εκπαιδευμένα στελέχη παρέχοντας έγκαιρη και έγκυρη καθοδήγηση και υποστήριξη κοντά στο σπίτι του ασθενούς χωρίς πρόσθετη ταλαιπωρία μετακίνησης.

Σήμερα πάμε ακόμη ένα βήμα πιο κοντά τους, υποστηρίζοντας τη Γραμμή Βοήθειας για την Άνοια και δίνοντάς τους τη δυνατότητα εύκολα και άμεσα να απευθυνθούν σε ειδικούς. Μείρινά μας η διατήρησης της υγείας του πολίτη και η διασφάλιση της ανθρώπινης αξιοπρέπειας».

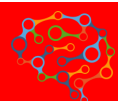
Απέναντι στην άνοια
έχουμε όλοι
την ίδια γραμμή

ΓΡΑΜΜΗ
ΒΟΗΘΕΙΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΟΙΑ
1102

- Ενημερώνουμε
- Στηρίζουμε
- Συμβουλευόμαστε

ΜΕ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΥΓΙΩΝ ΠΟΛΕΩΝ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ALZHEIMER ΑΘΗΝΩΝ
www.alzheimerathens.gr





Μαθήματα Αγγλικών με τη χρήση τραγουδιών για άτομα με Ήπια Νοητική Διαταραχή

Αθήνα
Θεσσαλονίκη

Η Πρόεδρος της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών και Πρόεδρος του Εθνικού Παρατηρητηρίου για την Άνοια και τη νόσο Alzheimer Δρ Παρασκευή Σακκά δήλωσε: «Η συνεχιζόμενη πανδημία Covid-19 επέτεινε σημαντικά τις ανάγκες για βοήθεια και υποστήριξη των ατόμων με άνοια και των οικογενειών τους. Παραμένοντας στο πλευρό των ατόμων με νόσο Alzheimer και άλλες μορφές άνοιας δημιουργήσαμε τη Γραμμή Βοήθειας 1102 που παρέχει άμεση και εξειδικευμένη υποστήριξη και διασύνδεση με δομές και υπηρεσίες για την άνοια σε όλη την Ελλάδα. Στόχος μας κανένα άτομο με άνοια στην Ελλάδα, όπου κι αν ζει, να μην μένει χωρίς ενημέρωση και υποστήριξη».

Η Γραμμή Βοήθειας 1102 λειτουργεί Δευτέρα - Παρασκευή 9:00-19:00 (εκτός αργιών). Παράλληλα με την τηλεφωνική επικοινωνία, παρέχει τη δυνατότητα επικοινωνίας μέσω **live webchat**. Επιπλέον, ο ενδιαφερόμενος μπορεί να στείλει email στο 1102@alzheimeraathens.gr ακόμη και εκτός ωραρίου και ο εξειδικευμένος σύμβουλος θα επικοινωνήσει μαζί του.

Η τηλεφωνική κλήση στο 1102 έχει την αστική χρέωση του εκάστοτε παρόχου τηλεφωνίας.

Περισσότερες πληροφορίες
στο τηλέφωνο [210-7013271](tel:210-7013271) ή
στην ιστοσελίδα www.alzheimeraathens.gr

Ένα νέο Ευρωπαϊκό πρόγραμμα Erasmus+ ξεκίνησε στην Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών με στόχο στη διδασκαλία Αγγλικών σε ανθρώπους με Ήπια Νοητική Διαταραχή (ΗΝΔ) μέσα από την χρήση τραγουδιών ως βασικό εργαλείο εκμάθησης. Αυτό το πρόγραμμα θα δημιουργήσει μια καινοτόμα μεθοδολογία σεμιναρίων/μαθημάτων, έναν Οδηγό Μεθοδολογίας και μια σειρά e-Learning μαθημάτων για επαγγελματίες. Στόχος των μαθημάτων αυτών είναι να:

1. Βελτιώσει τις νοητικές λειτουργίες των ατόμων με ΗΝΔ
2. Υποστηρίξει τη διδακτική διαδικασία μέσω της χρήσης τραγουδιών.
3. Μειώσει το άγχος και να αυξήσει τα θετικά συναισθήματα.
4. Βελτιώσει την κοινωνικοποίηση των συμμετεχόντων και την αίσθηση ότι ανήκουν σε μια ομάδα.
5. Δράσει προληπτικά απέναντι στη νόσο Alzheimer.
6. Εξοικειωθούν οι συμμετέχοντες με την Αγγλική γλώσσα χρησιμοποιώντας φράσεις που σχετίζονται με την επικοινωνία και την προφορική έκφραση.
7. Βελτιωθεί το λεξιλόγιο, η γραμματική και το συντακτικό των συμμετεχόντων, καθώς και άλλες πτυχές της Αγγλικής γλώσσας μέσω μιας ευχάριστης διαδικασίας μάθησης.

Για περισσότερες πληροφορίες:
www.songsforcare.eu

Μαρίνα Μακρή
Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας-Ψυχοθεραπεύτρια
Alzheimer Hellas





Χαλκίδα

Διαδικτυακή Λέσχη Περιθαλπόντων

Απαντώντας στις ανάγκες των περιθαλπόντων για επικοινωνία και δικτύωση, δημιουργήθηκε η **Διαδικτυακή Λέσχη Περιθαλπόντων** της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας. Η διαδικτυακή μας ομάδα, χρησιμοποιείται για ανταλλαγή νέων εμπειριών και καλών πρακτικών μεταξύ των περιθαλπόντων των προγραμμάτων του οργανισμού, καλύπτοντας ταυτόχρονα πρακτικές και κοινωνικές ανάγκες. Η επικοινωνία γίνεται με ομαδικά και ατομικά μηνύματα και επίσης, διοργανώνονται τηλεδιασκέψεις με θεματικές που συν-αποφασίζονται από τους συμμετέχοντες.

Παρακάτω, μοιραζόμαστε μαζί σας μια ιστορία, που θα μπορούσε να είναι δική σας ιστορία... Η Ειρήνη, επιλέγει να μας μεταφέρει ένα μήνυμα δύναμης και ελπίδας, παρουσιάζοντας την πορεία της δικής της ωρίμανσης, μέσα από τους ρόλους της κόρης και της μητέρας.

«Είμαι η Ειρήνη, περιθάλπουσα από τα 18 μου και θα ήθελα να συστηθώ με τον δικό μου τρόπο, μέσα από τις ιστορίες μου. Γεννήθηκα στο κέντρο της Αθήνας και έως τα 18 μου θεωρούσα ότι είμαι το κέντρο του κόσμου για γονείς, συγγενείς και φίλους. Τότε ήταν που ξαφνικά αρρώστησε η γιαγιά Ειρήνη και τρέχω στο προσκέφαλο της. Την χάνω... Πριν πάρω δεύτερη αναπνοή αρρωσταίνει η μητέρα μου, Κατερίνα. Πάλι η Ειρήνη στις επάλξεις. Ε, είπα να τη σπουδάσω, κάπως, την φροντίδα και βρέθηκα στον κλάδο της Ψυχολογίας. Στη μέση του μεταπτυχιακού μου η καρδιά του πατέρα μου μεγάλωσε απίστευτα!!! Όχι πως δεν είχε πάντα μεγάλη καρδιά, όμως τώρα μιλάμε κυριολεκτικά! Συνοδός, περιθάλπουσα, κόρη, επισκέφτηκα μαζί του πολλά Ιατρικά κέντρα στην

Ευρώπη και Αμερική. Ταξίδια εμπειριών, τα οποία θεώρησα σαν ώριμη σχέση γονιού - παιδιού. Και τον έχασα σε 7 χρόνια. Η μαμά Κατερίνα δεν αντέχει! Τον πατέρα τον είχε "κλέψει" βλέπετε από το πατρικό του, όταν ήταν και οι δύο 19χρονα και δεν έπαψαν να κοιτάζονται στα μάτια ποτέ. Καθηλώνεται στο σπίτι. Σε λίγο μπαίνει στη ζωή της η κατάθλιψη, η ΧΑΠ, ένα εγκεφαλικό και πριν λίγα χρόνια την επισκέπτεται «αρμένικα», που λένε, η Άνοια. Αυτή την περίοδο, η Κατερίνα είναι το νέο μου μωρό. Μόνο που δε μεγαλώνει πλέον, μικραίνει ολοένα. Μεγαλώνω όμως εγώ. Κι έχω αποφασίσει να μεγαλώσω όμορφα. (Ότι και να σημαίνει). Για χάρη της, για χάρη της κόρης μου που έκλεισε τα 23 και για χάρη μου. Γιατί το αξίζω, όπως το αξίζουμε όλοι μας.»

Το κείμενο είναι της Ειρήνης Αγαπητού, Ψυχολόγου, η οποία είναι περιθάλπουσα και εθελόντρια στο Κέντρο Ημέρας «Αγία Ειρήνη». Την ευχαριστούμε για την πολύτιμη συνεισφορά της στις δραστηριότητες του οργανισμού και στη διαδικτυακή Λέσχη Περιθαλπόντων των προγραμμάτων της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας.

Ευαγγελία Αγγελίδου
MSc, Σ.Ψ.Υ/ Ψυχοθεραπεύτρια,
Εταιρεία Alzheimer Χαλκίδας



Διαδικτυακή Εκδήλωση «Τσάι Περιθαλπόντων»

Στην επιτυχή ετήσια δράση «**Τσάι Περιθαλπόντων**», της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών Χαλκίδας, οι περιθάλποντες που συμμετέχουν στα προγράμματα του φορέα συναντιούνται, ενημερώνονται για ολοκληρωμένες και τρέχουσες δράσεις και ανταλλάσσουν απόψεις.

Φέτος, οι συμμετέχοντες φιλοξενήθηκαν διαδικτυακά, με τεχνική υποστήριξη από την Περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας. Η εκδήλωση είχε δύο μέρη: Στο πρώτο μέρος, οι περιθάλποντες αντάλλαξαν εμπειρίες, σε κλίμα συγκίνησης, όπου κυριάρχησαν, η φροντίδα και η αγάπη. Στο δεύτερο μέρος, το οποίο βιντεοσκοπήθηκε με άδεια των συμμετεχόντων, (αρκετοί ήταν αυτοί που έκλεισαν τις κάμερες) για να διαδοθεί σε περιθάλποντες που δεν είχαν την ευκαιρία να συμμετέχουν, η προσκεκλημένη καθηγήτρια Μάγδα Τσολάκη, Νευρολόγος & Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Alzheimer, παρουσίασε νέα δεδομένα για τη νόσο Alzheimer και απάντησε σε ερωτήσεις των περιθαλπόντων. Μας έδωσε δύναμη κι ελπίδα!

Στη δράση συμμετείχαν 29 περιθάλποντες εκ των οποίων 12 έλαβαν μέρος στην αξιολόγηση που υλοποιήθηκε με ένα σύντομο ερωτηματολόγιο. Δήλωσαν πολύ ικανοποιημένοι (83%) και ικανοποιημένοι (17%) από τη δράση. Στην ανοικτή ερώτηση, τι σας άρεσε περισσότερο, οι περισσότεροι περιθάλποντες έκαναν αναφορά στη σημασία της ανταλλαγής εμπειριών με πιο έμπειρους περιθάλποντες και οι μισοί συμμετέχοντες αναφέρθηκαν στο ενδιαφέρον, που είχαν οι νέες πληροφορίες που δόθηκαν από την κα. Τσολάκη για την αντιμετώπιση της νόσου. Επίσης αναφέρθηκαν στην αλληλεπίδραση και το κλίμα της εκδήλωσης.

Οι περιθάλποντες τονίζουν τη σημασία αυτών των δράσεων, που, έστω και εξ αποστάσεως, τους επιτρέπουν να έχουν επαφή μεταξύ τους και να παίρνουν άμεσες απαντήσεις σε ζητήματα που τους απασχολούν.



Ευαγγελία Αγγελίδου
MSc Σ.Ψ.Υ/ Ψυχοθεραπεύτρια

Χριστίνα Καλαβρή
Ψυχολόγος MSc
Εταιρεία Alzheimer Χαλκίδας

Μηνύματα καρδιάς

Χαλκίδα
Θεσσαλονίκη

Την κρίσιμη περίοδο που διανύουμε λόγω των περιοριστικών μέτρων κατά της εξάπλωσης του κορωνοϊού, οι επαγγελματίες υγείας και οι Μονάδες Alzheimer προσαρμόστηκαν στις νέες συνθήκες παρέχοντας τις υπηρεσίες τους εξ αποστάσεως. Απώτερος στόχος ήταν να μη μείνει κανένα άτομο με άνοια και καμία οικογένεια χωρίς υποστήριξη. Η ανταπόδοση και η ικανοποίηση για τις υπηρεσίες μας έρχεται μέσα από τα δικά σας καθημερινά μηνύματα ευχαρίστησης που λαμβάνουμε, δίνοντάς μας κίνητρο και θέληση να συνεχίσουμε να είμαστε πλάι σας! Ακολουθούν ενδεικτικά μερικά από τα θερμά λόγια που δεχθήκαμε από περιθάλποντες αυτό το διάστημα στο τμήμα Κατ' Οίκον της Alzheimer Hellas.

«Σε ευχαριστώ πάρα πολύ για όλα. Αυτά τα 7 χρόνια ασθένειας της μητέρας μου και του πατέρα μου αισθάνθηκα πολλές φορές λύπη και αηδία για γιατρούς, οικιακούς βοηθούς και δημόσιους λειτουργούς που το μόνο που ήθελαν ήταν να πάρουν χρήματα. Ακόμα και τα φρούτα έκλεβαν οι γυναίκες που είχαμε στο σπίτι. Εσύ είσαι η μόνη που αφιλοκερδώς αγωνίζεσαι για την αξιοπρέπεια των ασθενών με Alzheimer, γιατί αυτό το επίδομα μας δίνει τη δυνατότητα να την έχουμε στο σπίτι με φροντίδα καθαριότητα και ιατρική επίβλεψη. Η μητέρα μου ήταν Κυρία με κεφαλαίο! Είμαι σίγουρη ότι εάν μπορούσε θα σου έλεγε ένα μεγάλο ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ, όχι για την ίδια αλλά για τη βοήθεια που δίνεις στις κόρες της. Σε ευχαριστώ!»

«Σου εύχομαι μέσα από την καρδιά μου όλα σου τα όνειρα και οι στόχοι σου να γίνουν πραγματικότητα! Αρκεί να είναι γεμάτη η ψυχή σου, να χαμογελάς και να έχεις δύναμη μέσα σου πρώτα για εσένα, αλλά και για να βοηθάς τον κόσμο που σε έχει ανάγκη! Το χαμόγελό σου δίνει δύναμη και σιγουριά! Έχεις καθαρό βλέμμα, καθαρή καρδιά και έτσι να παραμένεις! Σε εκτιμώ ειλικρινά! Σε ευχαριστώ που με στηρίζεις με τη μπέμπα μου - Μανούλα μου!»

«Στις στιγμές της κρίσης και όλο αυτό το διάστημα που δεν μπορούσατε να έρθετε, πραγματικά με βοηθήσατε και σας ευχαριστώ! Το να έχω επαφή οποιαδήποτε στιγμή με εσάς και με τη Νευρολόγο ήταν πολύ σημαντικό! Σας είχα δίπλα μου!»

Ευδοκία Νικολαΐδου

Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια, MSc
Υπεύθυνη τμήματος Κατ' Οίκον, Alzheimer Hellas

Ελευθερίου Μαρίνα

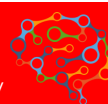
Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια, MSc

Ιωάννα Τσοκανάρη

Κοινωνική Λειτουργός, MSc

Ευγενία Γκαβοπούλου

Οδοντίατρος, DD, MSc





Πάτρα

Ένας χρόνος λειτουργίας για το Κέντρο Ημέρας Ατόμων με Άνοια στην Πάτρα από το σωματείο «Φροντίζω»

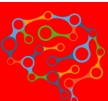
Το Κοινωνικό Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων και Ατόμων με Αναπηρία-“ΦΡΟΝΤΙΖΩ” από τον Φεβρουάριο του 2020 ξεκίνησε τη λειτουργία του Κέντρου Ημέρας για Άτομα με Άνοια στο Δήμο Πατρέων.

Σκοπός της συγκεκριμένης δομής είναι η οργάνωση και εφαρμογή ομαδικών και ατομικών θεραπευτικών προγραμμάτων για τα άτομα με διαγνωσμένη νόσο Alzheimer ή άλλες μορφές άνοιας, που βρίσκονται στα αρχικά, μεσαία ή πιο προχωρημένα στάδια της νόσου με απώτερο στόχο τη διατήρηση της λειτουργικότητάς τους όσο το δυνατόν περισσότερο. Επιπρόσθετοι στόχοι είναι η υποστήριξη και αποφόρτιση των οικογενειακών περιθάλποντων των ατόμων με άνοια, αλλά και η ενημέρωση της κοινότητας για πρόληψη και σωστή αντιμετώπιση της άνοιας.

Το διάστημα μετά την έναρξη λειτουργίας του Κέντρου Ημέρας για Άτομα με Άνοια στην Πάτρα, διαφοροποιήθηκε σε μεγάλο βαθμό η καθημερινότητα των συμπολιτών μας, λόγω της έλευσης της Covid-19 και των μέτρων που λήφθηκαν από την πολιτεία για την αποφυγή εξάπλωσής του και την προστασία του κοινωνικού συνόλου. Στα πλαίσια αυτά για μεγάλο χρονικό διάστημα κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους (και μέχρι σήμερα) χρειάστηκε οι υπηρεσίες του ΚΗ να επανασχεδιαστούν, ώστε να καλύψουν τις νέες ανάγκες που προέκυψαν στα άτομα με άνοια και τις οικογένειες τους λόγω της COVID-19.

Όλοι οι επαγγελματίες στο «Φροντίζω», θέλοντας να παραμείνουν πιστοί στο έργο τους και να προσφέρουν αδιάληπτα τις υπηρεσίες τους στα ωφελούμενα άτομα χρειάστηκε πολλές φορές να τροποποιήσουν, βάση των νέων δεδομένων, τον τρόπο παροχής των υπηρεσιών τους. Στο πλαίσιο αυτό, τις περιόδους που δεν ήταν εφικτή η δια ζώσης επικοινωνία και η πραγματοποίηση ομάδων παρέμβασης στο χώρο του Κέντρου Ημέρας, οι επαγγελματίες πραγματοποίησαν αρχικά τηλεφωνικές συνεδρίες για διερεύνηση των αναγκών του κάθε ωφελούμενου, στη συνέχεια υλοποίησαν διαδικτυακές συνεδρίες όπου αυτό ήταν εφικτό, ενώ παράλληλα δόθηκε η δυνατότητα στους ωφελούμενους να λάβουν κατ’ οίκον παροχή υπηρεσιών από τους επαγγελματίες με εβδομαδιαία συχνότητα, λαμβάνοντας πάντα τα απαραίτητα μέτρα προστασίας για το σύνολο των συμμετεχόντων.

Παράλληλα δημιούργησαν εκπαιδευτικό υλικό που αφορούσε τους τρόπους προστασίας από τον ιό, συμβουλευτικούς οδηγούς που είχαν ως στόχο την εκπαίδευση στην υποστήριξη των ηλικιωμένων και τη διαχείριση των δυσκολιών μέσα στο σπίτι, καθώς και τρόπους για να τους διατηρούν ενεργούς. Τέλος υλοποιήθηκαν δυο διαδικτυακοί κύκλοι εκπαιδευτικών σεμιναρίων, που απευθύνονταν σε περιθάλποντες ατόμων με άνοια, με μια ολιστική προσέγγιση σε διαφορετικά θέματα που προκύπτουν από τη φροντίδα ενός ασθενή με τη συγκεκριμένη νόσο.



Πρέπει να τονίσουμε πως εκτός από τις υπηρεσίες που παρέχονταν από τους επαγγελματίες του Κέντρου Ημέρας, χρειάστηκε να διαφοροποιηθεί και ο τρόπος υλοποίησης του Προγράμματος Διασύνδεσης του Κέντρου Ημέρας με τα υφιστάμενα ΚΑΠΗ. Έτσι κατόπιν σύναψης πρωτόκολλων συνεργασίας τόσο με τα ΚΑΠΗ Κοινωνικού Οργανισμού Δ. Πατρών όσο και στα ΚΑΠΗ Δήμου Αιγιάλειας, και με δεδομένο το γεγονός της έως σήμερα βρίσκεται σε αναστολή η διαζώσης παροχή υπηρεσιών στους ωφελούμενους των εν λόγω δομών, εφαρμόστηκαν νέα πρωτόκολλα υλοποίησης των παρεμβάσεων και πραγματοποιήθηκαν τηλεφωνικές δοκιμασίες αξιολόγησης των νοητικών λειτουργιών των ωφελούμενων, ενώ παράλληλα διοργανώνεται ένας εκπαιδευτικός κύκλος σε θέματα που αφορούν την άνοια, ο οποίος απευθύνεται στους επαγγελματίες των συγκεκριμένων δομών. Επίσης στο πλαίσιο του Προγράμματος Διασύνδεσης δόθηκε η δυνατότητα να συνεργαστούμε, και με άλλους τοπικούς φορείς, από το χώρο της υγείας και της κοινωνικής πρόνοιας, όπως τον Σύλλογο για την Ψυχική Υγεία-ΣΟΨΥ Πάτρας με σκοπό την ανάπτυξη κοινών δράσεων για την πρόληψη και αντιμετώπιση της άνοιας.



Συμπερασματικά, το σύνολο των επαγγελματιών του Κοινωφελούς Σωματίου «Φροντίζω», λειτούργησε έτσι ώστε παρά στις νέες δύσκολες συνθήκες, να συνεχιστεί η παροχή αξιόλογων υπηρεσιών με γνώμονα πάντα την ποιότητα και την κάλυψη των αναγκών των ωφελούμενων.

Το Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια λειτουργεί ως μονάδα ημερήσιας θεραπευτικής φροντίδας ανθρώπων με Alzheimer και άλλες συναφείς διαταραχές με χρηματοδότηση από το Επιχειρησιακό Πρόγραμμα «ΔΥΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ» 2014- 2020, όντας ενταγμένο στα πλαίσια της πράξης «Κέντρο Ημέρας για Ασθενείς με Άνοια στην Πάτρα» (Κωδ Πράξης 5045069)

Ολοκλήρωση 12^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου & 4^{ου} Μεσογειακού

Το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων σε συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer διοργάνωσαν με απόλυτη επιτυχία το **12^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και το 4^ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων**. Το Συνέδριο φέτος λόγω της πανδημίας και για πρώτη φορά πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά στις 18-21 Φεβρουαρίου 2021.

Την Πέμπτη 18 Φεβρουαρίου πραγματοποιήθηκε η τελετή έναρξης του Συνεδρίου, την οποία το κοινό είχε τη δυνατότητα μέσω διαδικτυακής πλατφόρμας να την παρακολουθήσει δωρεάν. Το πρόγραμμα της τελετής ήταν πλούσιο με προσκεκλημένους σπουδαίους επιστήμονες για το θέμα της άνοιας. Συγκεκριμένα ξεκίνησε με τον κ. Κωνσταντίνο Λυκέτσο, ο οποίος μίλησε με θέμα «Η Ελληνική Πρωτοβουλία για τη Νόσο Alzheimer: Η ιατρική ακριβείας στην Άνοια». Στη συνέχεια ακολούθησε η ομιλία του κ. Γιωάννη Β. Frisoni με θέμα «Κλινικές μνήμες στην εποχή της πρόληψης για την άνοια». Τέλος, οι ομιλίες ολοκληρώθηκαν με την κα Maria Carrillo η οποία μίλησε με θέμα «Ενημέρωση των εταιρειών Alzheimer».

Την εκδήλωση χαιρέτισαν οι:

- ♦ Ζωή Ράππη, Υφυπουργός Υπουργείου Υγείας
- ♦ Σταύρος Καλαφάτης, Υφυπουργός Εσωτερικών, αρμόδιος για θέματα Μακεδονίας και Θράκης
- ♦ Απόστολος Τζιτζικώστας, Περιφερειάρχης Κεντρικής Μακεδονίας
- ♦ Δρόσος Τσαβλής, Πρόεδρος Δημοτικού Συμβουλίου Δήμου Θεσσαλονίκης, Πνευμονολόγος
- ♦ Ιγνάτιος Καϊτεζίδης, Δήμαρχος Δήμου Πυλαίας Χορτιάτη
- ♦ Νικόλαος Παπαϊωάννου, Πρύτανης Α.Π.Θ.
- ♦ Κυριάκος Αναστασιάδης, Πρόεδρος Ιατρικού Τμήματος
- ♦ Άννα Μαστοράκου, Αντιπρόεδρος του Π.Ι.Σ.
- ♦ Ιωάννης Καραϊτιανός Πρόεδρος Ελληνικής Γeronτολογικής και Γηριατρικής Εταιρείας
- ♦ Μάγδα Τσολάκη, Πρόεδρος Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών



Θεσσαλονίκη

Η εκδήλωση συνεχίστηκε με την παρουσίαση σε πρώτη εκτέλεση με τη σύμπραξη εκλεκτών καλλιτεχνών, το Ορατόριο "ΟΓΔΟΗ ΜΕΡΑ" σε μουσική του έγκριτου Συνθέτη Χρήστου Παπαδόπουλου και ποίηση της Ελένης Ιωαν. Αντωνιάδου. Η Ερμηνεία με σειρά εμφάνισης στο έργο έγινε από τους: Δημήτρη Μπάση, Γιάννη Ζουγανέλη, Βασίλη Σκουλά, Γιώργο Ζερβάκη του Νικηφόρου και Ιώ Νικολάου.

Η Απαγγελία έγινε από τον Γρηγόρη Βαλτινό.

Το έργο "ΟΓΔΟΗ ΜΕΡΑ" το πρόσφεραν οι δημιουργοί-καλλιτέχνες, αφιλοκεδώς, στο πλαίσιο του εθελοντισμού.

Η τελετή έναρξης μεταδόθηκε ζωντανά και από το κανάλι της Alzheimer Hellas στο Youtube.

Απόηχος του Συνεδρίου

Ένα μεγάλο στοίχημα δόθηκε για τη φετινή διεξαγωγή του Συνεδρίου και εν τέλει φάνηκε ότι κερδήθηκε, αν λάβουμε υπόψιν τα εγκάρδια μηνύματα και τις ευχαριστίες που έλαβε η διοργάνωση.

Παρακάτω παρατίθενται ενδεικτικά ορισμένα από τα μηνύματα αυτά ως ο απόηχος του Συνεδρίου.

Ζαχαρίας Σινάκος, Ομότιμος Καθηγητής ΑΠΘ

«Είχα την τύχη φέτος, χάρη στην ευγενική πρόσκληση της Καθηγήτριας κας Μάγδας Τσολάκη, να παρακολουθήσω τις εργασίες του 12^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών και 4^{ου} Μεσογειακού Συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων που διοργανώθηκε από το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων και την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών. Η ειδικότητά μου, του αιματολόγου, μακρινή σχέση έχει με τα προβλήματα που απασχόλησαν το Συνέδριο. Η σχετική πείρα μου όμως με επιτρέπει να διατυπώσω απλές παρατηρήσεις.

Κατ' αρχήν, η οργάνωση του Συνεδρίου: Συνήθως η επιτυχία θεωρείται δεδομένη. Συνήθως είναι μερικώς αποτυχημένη. Στο Συνέδριο αυτό, η οργάνωση ήταν άρτια από κάθε άποψη, παρά την έκταση του Συνεδρίου και τις κρατούσες συνθήκες.

Επιστημονικό έργο: Είναι δύσκολο, ως μη ειδικός να κρίνω το περιεχόμενο και ενδεχομένως το ενδιαφέρον των θεμάτων που αναπτύχθηκαν. Μου επιτρέπεται όμως να σημειώσω ότι ήταν ιδιαίτερα επιτυχής η επιλογή των θεμάτων γιατί σε μεγάλο μέρος, άγγιζαν και τους μη ειδικούς. Παράμετρος ενδιαφέρουσα για τα συνέδρια των γενικών εταιρειών.

Θα ήθελα να σημειώσω επιπλέον, ότι ήταν επιτυχής, η πάντοτε προβληματική σχέση των εισηγήσεων-ερευνητικών εργασιών. Σε αυτό συνέβαλε ασφαλώς το υψηλό, πράγματι, επίπεδο των εισηγητών.

Ειλικρινή συγχαρητήρια στην Οργανωτική Επιτροπή του Συνεδρίου και την Πρόεδρο Καθηγήτρια κα Μ. Τσολάκη για την οργάνωση ενός τόσο επιτυχημένου Συνεδρίου»

Σουζάνα Παπαδοπούλου, Καθηγήτρια στο Διεθνές Πανεπιστήμιο Ελλάδος

«Σας ευχαριστώ θερμά για την τιμητική πρόσκληση και πολλά συγχαρητήρια για την άψογη διοργάνωση!!!»



12 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER
4 ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΝΕΥΡΟΕΚΦΥΛΙΣΤΙΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ
18-21/2/2021

www.alzheimer-conference.gr

24 CME-CPD ΜΟΡΙΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΙΣ




info@alzheimer-hellas.gr
2310 810 411

Δημήτριος Νατσόπουλος, BA, PhD., Ψυχολόγος, Ομότιμος Καθηγητής Παν/μίου Κύπρου

«Το 12^ο Πανελλήνιο και 4^ο Μεσογειακό Συνέδριο για τη Νόσο Alzheimer και Συναφών Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων PICA και McCOND ήταν όχι μόνο ένα ενδιαφέρον ακαδημαϊκό επιστημονικό γεγονός αλλά και μια ευφρόσυνη νότα κοινωνικού ουμανισμού, για τους πάσχοντες από νευροεκφυλιστικά νοσήματα συνανθρώπους μας.

Τα δυο Συνέδρια, μολονότι μετριοφρόνως ονομάστηκαν «Πανελλήνιο» και «Μεσογειακό», όμως τόσο ο αριθμός των ανακοινώσεων (360 περίπου, εκ των οποίων το 1/4 ήταν αγγλόφωνες) όσο και ο αριθμός των ομιλητών, εκ των οποίων οι πλείστοι ήταν Έλληνες διακεκριμένοι ακαδημαϊκοί, Έλληνες ερευνητές και ξένοι διακεκριμένοι επιστήμονες από 43 χώρες (όπως ΗΠΑ, Γαλλία, Αγγλία, Γερμανία, Αυστρία, Ιταλία, Ρωσία, Ισπανία, Ισραήλ, Βουλγαρία, Τουρκία, Ιράν, Αίγυπτο, Σουηδία, Βέλγιο κ.ά.) δηλώνουν ότι ήταν πολύ ευρύτερου ενδιαφέροντος από ό,τι οι τίτλοι τους υπαινίσσονται.

Η θεματογραφία των ανακοινώσεων ήταν ένας γαλαξίας από πυρήνες Σύγχρονης Διαγνωστικής Μεθοδολογίας και Ιατρικής των Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων με κύρια εστία την άνοια τύπου AD υπό το φως της διεπιστημονικής συνέργειας των πλέον σύγχρονων διαγνωστικών μέσων: Λειτουργικής και Ηλεκτρομαγνητικής Ψηφιακής Απεικόνισης, Βιοπληροφορικής, Βιοδεικτών, Βιοχημείας, Νευρογενετικής, Νευρομηχανικής, Νευροψυχολογίας, Νευροφυσιολογίας, Φαρμακοφυσιολογίας, Κλινικής Χημείας, Ψυχολογίας, Αλλαγής του Νεωτερικού Παραδείγματος της Διατροφής κ.ά.

Τελευταίο αλλά όχι λιγότερο σημαντικό, το στέμμα αυτής της διεπιστημονικής συνέργειας φωτιζόταν από τη συμβολή των προγραμμάτων διαχείρισης – αντιμετώπισης των πρακτικών προβλημάτων της σκληρής πραγματικότητας των ασθενών και των οικείων τους εκ μέρους εκείνων, που ως «Περιθάλποντες» ευαγγελίζονται, υπό το Ιπποκράτειο πνεύμα του «όλου ανθρώπου» και της βιοηθικής, το ενδιαφέρον και τη βοήθεια ως αποστολή τους, μέσα στην απελπισία και την απόγνωση που προκαλεί η νόσος.

Συνελόντι ειπείν, τα δυο Συνέδρια, ομολογουμένως, υπήρξαν πολύ επιτυχή, ιδιαίτερα αν ληφθούν υπόψη οι καινοφανείς συνθήκες υπό τις οποίες πραγματοποιήθηκαν: Προσέφεραν πολυπρόσωπες και σύγχρονες απόψεις των επιστημών της άνοιας τύπου AD. Προσέφεραν απαντήσεις, αλλά προκάλεσαν και νέα ερωτήματα για νέες μελλοντικές έρευνες, όπως συνήθως συμβαίνει με την αέναη πορεία της επιστημονικής γνώσης.

Θερμότατα συγχαρητήρια οφείλονται στην ακαταπρόνοητη και εργώδη κα. Μαγδαληνή Τσολάκη, Καθηγήτρια Νευρολογίας του ΑΠΘ, Πρόεδρο της Οργανωτικής και Επιστημονικής Επιτροπής και Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας της Νόσου Alzheimer-Hellas, όπως και στους εξαιρετικούς συνεργάτες της».

Κυριακή Γ. Στάθη, MD, MSc, ιατρός αποκατάστασης, PhD Ιατρικής Σχολής Ε.Κ.Π. Αθηνών

«Θα ήθελα να σας εκφράσω τις ευχαριστίες -τόσο τις δικές μου όσο και των συνεργατών μου- για την ευκαιρία που μας δώσατε να συμμετέχουμε στο 12^ο Πανελλήνιο Συνέδριο για τη νόσο Alzheimer. Επίσης θα ήθελα να σας συγχαρώ για την επιτυχημένη διοργάνωση ενός αληθινού άθλου: 4 αίθουσες ταυτόχρονα για 4 μέρες και με διαρκή ζωντανό διάλογο, δεν το λες μικρό!!! Σας εύχομαι να έχετε πάντα την τύχη να περιβάλλεστε από ικανούς κι αποτελεσματικούς συνεργάτες και να είστε υγιείς για να τους εμπνεέτε δημιουργικά».

Χρήστος Βουχάρας, Καρδιοχειρουργός

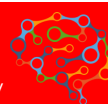
«Να σας συγχαρώ για το διαδικτυακό συνέδριο, η οργάνωση ήταν κ α τ α π λ η κ τ ι κ ή !»

Βάσω Παττακού, Επίκουρη Καθηγήτρια Κοινωνικής Εργασίας, Διδάκτωρ Τμήματος Ψυχολογίας Παν/μιο Sunderland, UK, Κοινωνική Λειτουργός/Ψυχοθεραπεύτρια

«Θα ήθελα να πω τα συγχαρητήριά μου για την επιτυχή έκβαση του συνεδρίου. Λάθη και παραλήψεις πάντοτε υπάρχουν, σημασία όμως έχει το τελικό αποτέλεσμα που για μένα ήταν θετικό. Σας ευχαριστώ που μας δώσατε για άλλη μια φορά το βήμα της επιστημονικής παρουσίας μας. Να είσατε γερή και δυνατή να δώσει ο Καλός Θεός το επόμενο συνέδριο να είναι δια ζώσης».

Μαρία Αναγνωστούλη, Επίκουρη Καθηγήτρια Νευρολογίας, Υπεύθυνη Ερευνητικού Εργαστηρίου Ανοσογενετικής, 1^{ης} Παν/κής Νευρολογικής Κλινικής, ΕΚΠΑ, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

«Συγχαρητήρια για το συνέδριό σας! Καλή συνέχεια στις επιτυχίες, με υγεία!»





Θεσσαλονίκη

Βασιλική Γαροπούλου, Καθηγήτρια Επιστήμης Ειδικής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού Τ.Ε.Φ.Α.Α. Α.Π.Θ

«Θερμά συγχαρητήρια για την εξαιρετική διοργάνωση του συνεδρίου και το επίπεδο των ομιλητών και των παρουσιάσεών τους!»

Μαρία Εγκιαζάροβα, Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

«Συγχαρητήρια για το συνέδριο, πολύ ωραίο, πολύ ενδιαφέρον και με πολύ σημαντικούς επιστήμονες! Τελικά και έτσι, κάτω και απ' αυτές τις δύσκολες συνθήκες νομίζω πήγε πολύ καλά!»

Ίλια Θεοτοκά, Κλινική Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια

«Πολλά συγχαρητήρια για το συνέδριό σας και όλες τις πρωτοβουλίες και δράσεις σας για την άνοια στην Ελλάδα!!!»

Ανδρέας Σόλιας, Κοινωνικός Λειτουργός

«Θερμότερες ευχαριστίες και συγχαρητήρια για τη διοργάνωση του συνεδρίου, για την εξαιρετική θεματολογία και τον πλούτο των γνώσεων. Με μεγάλη απόσταση το καλύτερο απ' όσα έχω παρακολουθήσει τα τελευταία χρόνια!!!»

Ελένη Νιφλή, Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer Λάρισας

«Θερμά συγχαρητήρια για τη συνολική διοργάνωση του συνεδρίου, διότι ήταν πολυθεματική και υψηλού επιστημονικού επιπέδου. Συνθέσατε την Ευρώπη με την Αμερική και με το όργανο της Alzheimer, όπου αναδείξατε το έργο που οικοδομήσατε και συνεχίζετε, χωρίς επιστημονική και καινοτόμο υστέρηση. Αναδείξατε τη δύναμη της θέλησης και τοποθετήσατε την Ελλάδα πρωταγωνιστή στη διεθνή σκακιέρα. Είμαστε στη διάθεσή σας για τον επανασχεδιασμό της ολιστικής αντιμετώπισης των ατόμων με άνοια, εφαρμόζοντας τις συνέργειες. Σας ευχόμαστε υγεία και δύναμη να σας δίνει Ο πανάγαθος.»

Γλυκερία Τσαπικίδου

«Πολλά Συγχαρητήρια για το Συνέδριο! Εύχομαι να σας δώσει νέες ιδέες και νέους τρόπους συνεργασίας!»

Ευθυμία Τσίγκου, Φοιτήτρια ΔΠΜΣ
"Νευροεπιστήμες και Νευροεκφυλιστικά Νοσήματα"

«Θερμά συγχαρητήρια για το συνέδριο! Εάν δεν είχα το περιορισμένο χρόνο για το διάβασμα του μεταπτυχιακού για τις εξετάσεις θα το παρακολουθούσα από το πρωί μέχρι το βράδυ ανελλιπώς και με αμείωτο ενδιαφέρον! Αλλά και όσα παρακολούθησα επιλεκτικά, μου έδωσαν πολύτιμες γνώσεις, διεύρυναν την οπτική μου στα νοσήματα αυτά και κάποιες παρουσιάσεις άλλοτε με ενθουσίασαν και άλλοτε με συγκίνησαν.»

Cindy Cheng

"We wanted to say thank you for inviting us to present at the Panhellenic Alzheimer's Conference! It was an exciting opportunity for us to present together and also attend other sessions of the conference. We really enjoyed working with your organization as well as researching dementia and different forms of therapy. We look forward to continuing our relationship and hope to be able to see both of you in the future. Best wishes and stay safe!"

Fereshteh Sedaghat, Independent Medical Practice Professional

"So many congratulations for managing such a congress in these hard days. It was really fruitful. I hope the best of all for you".



Ελπιδοφόρο φάρμακο για τη νόσο Alzheimer

Ένα νέο ελπιδοφόρο φάρμακο για τα άτομα με νόσο Alzheimer βρίσκεται στην 3^η φάση των κλινικών δοκιμών και αναμένεται να εγκριθεί σε οριζοντα τριετίας. Το φάρμακο αυτό παράγεται από φύκια και φαίνεται πως βελτιώνει κατά 125% τη νόσηση και κατά 85% τη λειτουργικότητα. Συγκεκριμένα, πρόκειται για το ALZ-801 (τραμπιπροσάτη), το οποίο θα χορηγείται από στόματος υπό μορφή χαπιού και όπως δείχνουν τα αποτελέσματα των μελετών -μεταξύ άλλων- ελαττώνει την ατροφία του ιπποκάμπου και τη φλεγμονή. Παράλληλα φαίνεται ότι μπορεί να έχει ενδείξεις χορήγησης κυρίως σε άτομα με νόσο Alzheimer που είναι φορείς του προδιαθεσικού γονιδίου της Απολιποπρωτεΐνης E ε4 (APOE ε4) και πιθανόν σε παθήσεις των ματιών, όπως το γλαύκωμα και η εκφύλιση της ωχράς κηλίδας.

Τα παραπάνω αποτελούν σημαντικές ανακοινώσεις που έγιναν κατά τη διάρκεια του 12^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου Νόσου Alzheimer & 4^{ου} Μεσογειακού Συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων PICAD & MeCoND από τη Νευρολόγο - Ψυχίατρο - Θεολόγο, καθηγήτρια του ΑΠΘ και πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer κα. Μάγδα Τσολάκη, με αφορμή την ομιλία της, με θέμα «Παραμένει το Αβ θεραπευτικός στόχος για τη νόσο Alzheimer; Ο ρόλος της τραμπιπροσάτης».

Μεταξύ άλλων η κα Τσολάκη σε συνέντευξή της στο ειδησεογραφικό πρακτορείο ΑΠΕ-ΜΠΕ ανέφερε «Αυτή τη στιγμή υπάρχουν σε κλινικές δοκιμές τέσσερα φάρμακα, το Aducanumab, το Gantenerumab, το BAN2401 και το ALZ-801. Τα τρία πρώτα είναι μονοκλωνικά αντισώματα και είναι ενέσιμα (ενδοφλέβια ή υποδόρια) ενώ το τέταρτο -ήτοι το ALZ801 (τραμπιπροσάτη)- χορηγείται από το στόμα με μορφή χαπιού. Ο στόχος και των τεσσάρων είναι τα αδιάλυτα ολιγομερή, τα οποία θεωρούνται ότι είναι τοξικά. Η προσπάθεια είναι να χρησιμοποιηθούν, ιδιαίτερα το ALZ -801, σε ασθενείς με θετικό γονίδιο APOE ε4 (το οποίο είναι γενετικός παράγοντας κινδύνου για Alzheimer), για να μπορέσουμε να δούμε αν αυτά τα

φάρμακα έχουν κάποιο αποτέλεσμα σε αυτή την ομοιογενή ομάδα των ανθρώπων. Οι πρώτες μελέτες είχαν καλά αποτελέσματα και τώρα τρέχουν οι μελέτες φάσης 3, οι οποίες περιμένουμε ότι θα έχουν, επίσης, καλά αποτελέσματα. Αλλά για να μπορέσουν να εγκριθούν θα πρέπει να τελειώσει η μελέτη φάσης 3».

Επισημαίνει ακόμη ότι το πλέον υποσχόμενο απ' αυτά τα φάρμακα είναι το ALZ-801, γιατί τελικά έδειξε ότι βελτιώνει τη νόσηση κατά 125% και τη λειτουργικότητα κατά 81%, ενώ τα άλλα φάρμακα που βρίσκονται σε δοκιμές φάσης 3 βελτιώνουν τη νόσηση το πολύ κατά 80-84% (BAN2401) και τη λειτουργικότητα κατά 22-26%. Τονίζει επίσης πως είναι σημαντικό, ότι ενώ με τη χορήγηση των μονοκλωνικών αντισωμάτων έχει παρατηρηθεί οίδημα στον εγκέφαλο, με το ALZ-801 δεν παρατηρήθηκε παρόμοιο πρόβλημα.

«Το ALZ-801 είναι το πιο ελπιδοφόρο. Πιστεύω ότι όταν κυκλοφορήσει θα χρησιμοποιηθεί όχι μόνο θεραπευτικά αλλά και για προφύλαξη, γιατί μπορούμε να δούμε αν έχουμε το γονίδιο APOE E4 στο χρωμόσωμα 19 στο DNA, και να ξέρουμε, αν έχουμε γενετική προδιάθεση. Αν έχουμε γενετική προδιάθεση, μπορούμε να το παίρνουμε. Αυτό το σκεύασμα παράγεται από τα φύκια, είναι ένα φυτικό προϊόν που έχει εγκριθεί στην Κίνα και έχει ήπιες ανεπιθύμητες ενέργειες, όπως ζάλη, ναυτία και καμιά φορά εμετό, εάν ληφθεί σε μεγάλες δόσεις. Με τη χορήγηση του ALZ-801 φαίνεται ότι και ελαττώνεται ο ρυθμός της ατροφίας του ιπποκάμπου και νοητικά υπάρχει βελτίωση 125%. Ελαττώνει τη φλεγμονή και πραγματικά θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί σε ενδείξεις όπως στο σύνδρομο Down, στην οικογενειακή νόσο Alzheimer με μεταλλάξεις, και πιθανόν να χρησιμοποιηθεί στο γλαύκωμα και στην εκφύλιση της ωχράς κηλίδας», προσθέτει η κα. Τσολάκη.

Πηγή: www.makthes.gr, ΑΠΕ -ΜΠΕ
Εφημερίδα Μακεδονία, 17/2/2021



Ομοσπονδία

Μπορούμε να αυξήσουμε το προσδόκιμο ζωής μέσω συγκεκριμένης σωματικής άσκησης;

Αναρωτιόμαστε όλοι πόσα χρόνια θα ζήσουμε; Το ευχάριστο είναι ότι το προσδόκιμο ζωής στις αναπτυγμένες χώρες αυξάνεται κατά πέντε ώρες την ημέρα και σε πολλές αναπτυσσόμενες χώρες ακόμη πιο γρήγορα. Κι ενώ το 2004 πάρα πολύ λίγοι άνθρωποι ζούσαν πάνω από την ηλικία των 85, το 2050 αυτός ο αριθμός θα αυξηθεί πάρα πολύ. Το ζητούμενο είναι να βρεθούν τρόποι με τους οποίους θα αλλάξουμε τον τρόπο με τον οποίο γηράσκουμε ώστε να πετύχουμε όσα το δυνατόν περισσότερα και καλύτερα χρόνια. Η σωματική άσκηση είναι ένας από τους παράγοντες που συμβάλουν στη μακροζωία και στα υγιή γεράματα αλλά και στην καλύτερη νοητική λειτουργία. Μελέτες έχουν δείξει ότι έντονη σωματική άσκηση, με εφίδρωση, για 3 ώρες κάθε εβδομάδα, μπορεί να προσθέτει μέχρι και 9 χρόνια στη ζωή των ανθρώπων.

Τα παραπάνω ανέφερε η Νευρολόγος-Ψυχίατρος-Θεολόγος, καθηγήτρια του ΑΠΘ και πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer κα. Μάγδα Τσολάκη αναπτύσσοντας το θέμα «Η σωματική άσκηση ως μέσο βελτίωσης της νοητικής απόδοσης-Μηχανισμοί», στο 12^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer & 4^ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεγκεφαλολογικών Νοσημάτων PICAD και MeCoND.

«Ξέρουμε ότι η συμπεριφορά μας εξαρτάται από τον εγκέφαλό μας. Σήμερα θα δούμε ότι δεν εξαρτάται μόνο από τον εγκέφαλό μας αλλά ο εγκέφαλός μας εξαρτάται από τη συμπεριφορά μας. Αυτό σημαίνει ότι μπορούμε να αλλάξουμε τη λειτουργία του εγκεφάλου με τη θέλησή μας και αυτό είναι πάρα πολύ σημαντικό» σημείωσε η κα. Τσολάκη, τονίζοντας ότι υπάρχουν μηχανισμοί οι οποίοι βοηθούν τον εγκέφαλό μας και κάνοντας απλές ασκήσεις υπάρχει η δυνατότητα να βελτιώσουμε της νόησης.

Ποιοι είναι αυτοί η μηχανισμοί;

Όπως επισήμανε η κα. Τσολάκη υπάρχουν δέκα μηχανισμοί με τους οποίους μπορεί να βελτιωθεί η νοητική απόδοση μέσω της σωματικής άσκησης. Συγκεκριμένα ανέφερε:

* Ο πρώτος μηχανισμός είναι αύξηση της ροής του αίματος μέσα στον εγκέφαλο που παρατηρείται κατά τη διάρκεια της σωματικής άσκησης. Με την αύξηση της ροής του αίματος στον εγκέφαλο τροφοδοτούνται καλύτερα οι νευρώνες με οξυγόνο και θρεπτικές ουσίες.

* Ο δεύτερος μηχανισμός είναι η βελτίωση της καρδιακής λειτουργίας με τη σωματική άσκηση, ιδίως με την έντονη. Ωστόσο ακόμη και η απλή άσκηση που έχει χαμηλές απαιτήσεις μπορεί να βελτιώσει την καρδιακή λειτουργία. Μελέτες έχουν δείξει ότι με τη σωματική άσκηση βελτιώνεται η προσοχή, η σφαιρική νοητική λειτουργία.

* Ο τρίτος μηχανισμός είναι η βελτίωση της αγγειογένεσης. Στα ποντίκια η παρατεταμένη άσκηση (30 μέρες τρέξιμο στη ρόδα) προκαλεί αγγειογένεση και αυξημένη αιματική εγκεφαλική ροή στην παρεγκεφαλίδα, στον κινητικό φλοιό, και στον ιππόκαμπο. Στην κινητική περιοχή παρατηρείται σε 30 μέρες από την έναρξη της άσκησης και τα αποτελέσματα έχουν διάρκεια.

* Ο τέταρτος μηχανισμός είναι η αύξηση των αυξητικών παραγόντων και των νευροδιαβιβαστών ακόμη και με πολύ απλή προσπάθεια, όπως πχ να επιλέξουμε τα γράμματα που χρειαζόμαστε για να γράψουμε μια πρόταση. Οι νευροδιαβιβαστές και οι αυξητικοί παράγοντες, διαχέονται σε όλο τον εγκέφαλο και διατηρούν τα κύτταρα ζωντανά. Νευροδιαβιβαστές που έχουν σχέση με την ευεξία, όπως είναι τα ενδογενή οπιοειδή



και η β ενδορφίνη, βοηθάνε στο να είμαστε χαρούμενοι, ευτυχισμένοι, να έχουμε μια αρμονική ζωή, να έχουμε ευφορία και να έχουμε μειωμένη αίσθηση στον πόνο. Άλλοι νευροδιαβιβαστές όπως είναι η σεροτονίνη, η ντοπαμίνη, η νορεπινεφρίνη έχουν σχέση με τη διάθεση και βοηθούν στην κατάθλιψη. Επίσης και τα ενδογενή οπιοειδή και η β ενδορφίνη είναι πάρα πολύ χρήσιμα για την αντιμετώπιση του πόνου και για την ισορροπία των συναισθημάτων, την αντιμετώπιση του στρες και για την ανταμοιβή του εγκεφάλου. Αν ενεργοποιηθεί με τη σωματική άσκηση το σύστημα των ενδογενών οπιοειδών, έχουμε εμπειρία ευφορίας, αίσθηση υπέρβασης του χώρου και του χρόνου, όπως πολλές φορές νιώθουν οι αθλητές την ώρα της άσκησης. Το πρώτο στάδιο πριν από τη νόσο Alzheimer έχει να κάνει με τις διαταραχές της διάθεσης. Εάν αναστρέψουμε αυτές τις διαταραχές της διάθεσης και δεν τις έχουμε μέχρι τα βαθιά μας γεράματα και είμαστε πάντα χαρούμενοι και ευτυχισμένοι, τότε δεν θα ακολουθήσουν τα επόμενα στάδια που είναι οι νοητικές διαταραχές, οι διαταραχές στην καθημερινότητα, οι διαταραχές της συμπεριφοράς και τέλος οι κινητικές διαταραχές και πολύ σύντομα ο θάνατος.

* Ο πέμπτος μηχανισμός είναι η νευρογένεση. Πειράματα που έγιναν σε ποντίκια έδειξαν ότι εκείνα τα οποία έκαναν σωματική άσκηση τρέχοντας μέσα σε περιφερόμενους τροχούς παρήγαγαν μέσα στον εγκέφαλό τους δυο ως τρεις φορές περισσότερους νευρώνες από τα ποντίκια που δεν έκαναν αυτή την άσκηση. Μάλιστα ο εγκέφαλος των ποντικιών, μέχρι τη στιγμή που πέθαναν από ευθανασία, δημιουργούσε καινούργιους νευρώνες. Επίσης παρατηρήθηκε ότι το αίμα έρεε με πιο γρήγορο ρυθμό σε ένα μέρος του εγκεφάλου που είναι υπεύθυνο για τη νευρογένεση. Σύμφωνα με βρετανική έρευνα οι ηλικιωμένοι άνω των 70 που ασκούνται ήπια αλλά τακτικά εμφανίζουν μικρότερες απώλειες στο μέγεθος του εγκεφάλου τους σε σχέση με όσους αδρανούν σωματικά.

* Ο έκτος μηχανισμός είναι ο ανιών δικτυωτός σχηματισμός, ο οποίος έχει σχέση με την εγρήγορση και κινητοποιεί πάρα πολλούς νευροδιαβιβαστές. Η σωματική άσκηση ενισχύει τους μηχανισμούς εγρήγορσης στο ανιόντα δικτυωτό σχηματισμό που στη συνέχεια κινητοποιεί μεγάλο αριθμό νευροδιαβιβαστικών συστημάτων. Και επίσης κινητοποιεί και ενεργοποιεί τις ανώτερες νοητικές λειτουργίες του προμετωπιαίου φλοιού που έχει να κάνει με τη σκέψη, με την οργάνωση, την ταχύτητα επεξεργασίας.

* Ο έβδομος μηχανισμός είναι η αντιμετώπιση της νευροφλεγμονής με την άσκηση. Υπάρχουν μελέτες οι οποίες υποστηρίζουν ότι η πρωτεΐνη peroxisome

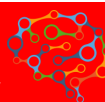
proliferator-activated receptor γ co-activator 1α (PGC-1α) ελέγχει αρκετούς τομείς που σχετίζονται με την επίδραση της άσκησης στους μύες. Αυτή η πρωτεΐνη ελέγχει την πλαστικότητα των μυών και καταστέλλει την φλεγμονή.

* Ο όγδοος μηχανισμός είναι η συναπτογένεση, δηλαδή η αύξηση των συνάψεων στον εγκέφαλο. Πειραματικά μοντέλα δείχνουν ότι η αεροβική άσκηση αυξάνει τη συναπτική ανάπτυξη και τη συναπτική πλαστικότητα. Η εκούσια άσκηση αυξάνει την πολυπλοκότητα των δενδριτών στην οδοντωτή έλικα. Μέτρια φυσική άσκηση αλλάζει τα επίπεδα των συναπτικών πρωτεϊνών στις κινητικές περιοχές του εγκεφάλου μας και επομένως κινητοποιεί την πλαστικότητα σε αυτές τις περιοχές. Πρόσφατες έρευνες έδειξαν ότι η σωματική άσκηση ενισχύει τη δραστηριότητα των μετωπιαίων λοβών του εγκεφάλου και του ιππόκαμπου. Άλλες εργασίες σε πειραματόζωα, έδειξαν ότι η άσκηση αυξάνει τα επίπεδα της σεροτονίνης, της ντοπαμίνης και της νορεπινεφρίνης που σχετίζονται με καλή ψυχική διάθεση.

* Ο ένατος μηχανισμός αφορά τον επηρεασμό των τελομερών των χρωμοσωμάτων από την άσκηση. Τα τελομερή είναι τα άκρα που βρίσκονται στο τέλος του κάθε χρωμοσώματος και είναι καθοριστικοί παράγοντες για μακροβιότητα. Με την αύξηση της ηλικίας μειώνεται το μήκος τους και όσο πιο μικρά είναι, τόσο πιο πολύ αυξάνεται ο κίνδυνος ασθενειών και θανάτου. Όσο πιο μεγάλα είναι, τόσο πιο πολλές είναι οι ελπίδες για μακροζωία. Οι έρευνες έδειξαν ότι η έντονη σωματική άσκηση, με εφίδρωση, για 3 ώρες κάθε εβδομάδα, μπορεί να προσθέτει μέχρι και 9 χρόνια στη ζωή των ανθρώπων.

* Ο δέκατος μηχανισμός σχετίζεται με μελλοντικές προοπτικές που αφορούν τη σχέση της φυσικής άσκησης με τα γονίδια. Ωστόσο θα πρέπει να γίνουν μελέτες σε πειραματόζωα και κλινικές μελέτες στον άνθρωπο προκειμένου να διαπιστωθεί εάν υπάρχει σχέση της σωματικής άσκησης με το DNA και μέσα από αυτόν τον τρόπο να εμποδιστεί η εξέλιξη της νόσου Alzheimer και να μένουν οι άνθρωποι στο στάδιο της ήπιας νοητικής διαταραχής.

Πηγή: www.huffingtonpost.gr, ΑΠΕ



Στην ιατρική ακριβείας οι ελπίδες για τη θεραπεία της νόσου Alzheimer



Στην ιατρική ακριβείας στρέφονται οι ελπίδες για τη θεραπεία της νόσου Alzheimer καθώς οι θεραπείες που υπάρχουν σήμερα δεν φαίνονται αποτελεσματικές.

«Αυτή τη στιγμή δεν φαίνεται να έχουμε θεραπείες που θα ελαττώσουν σημαντικά τον αριθμό ασθενών με άνοια. Μάλλον το αντίθετο θα συμβεί, γιατί όλες οι θεραπείες που βλέπουμε δεν αντιστρέφουν ή δεν σταματάνε την πορεία της νευροεκφύλισης, αλλά ίσα-ίσα την παρατείνουν. Αυτό σημαίνει ότι τα επόμενα χρόνια θα έχουμε να φροντίσουμε ακόμα περισσότερους ασθενείς με άνοια. Οπότε, πιστεύουμε ότι η ιατρική ακριβείας είναι εφαρμόσιμη όχι μόνο στην ανάπτυξη νέων θεραπειών, αλλά επίσης και στη διάδοση υπάρχοντων θεραπειών στους σωστούς ασθενείς» επισήμανε ο καθηγητής ιατρικής και διευθυντής του Κέντρου Εξατομικευμένης Ιατρικής για τη νόσο Alzheimer στο Johns Hopkins, Κωνσταντίνος Λυκέτσος, στο πλαίσιο του 12^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου Νόσου Alzheimer & 4^{ου} Μεσογειακού Συνεδρίου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων PICAD & MeCoND.

Ο κ. Λυκέτσος, επισήμανε, ότι η ιατρική ακριβείας στην άνοια έχει πια αρχίσει να αποκτά ουσία. «Η βασική ιδέα είναι ότι θέλουμε να δώσουμε τη σωστή θεραπεία, στο σωστό άρρωστο, στη σωστή χρονική στιγμή. Η άνοια είναι ένα ετερογενές σύνδρομο, το οποίο περιλαμβάνει ασθενείς με διάφορα διαφορετικά βιολογικά χαρακτηριστικά. Αυτή τη στιγμή τους αντιμετωπίζουμε όλους σαν να έχουν την ίδια πάθηση και γενικά δίνουμε θεραπεία η οποία μπορεί να βοηθάει μερικούς και όχι άλλους. Αυτό που προσμένουμε να κάνουμε με την ιατρική ακριβείας είναι να διαφοροποιήσουμε τους ανθρώπους, να δώσουμε τη σωστή θεραπεία στο σωστό άνθρωπο στη σωστή στιγμή. Αυτό είναι κάπως θεωρητικό και η δουλειά μας τώρα έχει στραφεί στο να δούμε πώς θα εφαρμοστεί όντως αυτό μέσα στην άνοια» σημείωσε ο κ. Λυκέτσος.

Η Ελληνική Πρωτοβουλία κατά της Νόσου Alzheimer

Ο κ. Λυκέτσος, αναφερόμενος στην Ελληνική Πρωτοβουλία κατά της Νόσου Alzheimer (HIAAD), σημείωσε ότι το όραμά της είναι η εφαρμογή ενός Εθνικού Στρατηγικού Σχεδίου για την Άνοια στην Ελλάδα το οποίο θα είναι βασισμένο στην ιατρική ακρίβειας και θα αποτελέσει πρότυπο για άλλες χώρες με ευρεία συμμετοχή κλινικών διδακτικών και ερευνητικών φορέων.

Απώτεροι στόχοι της HIAAD είναι: η ταχεία αύξηση διαθέσιμων υπηρεσιών για τα άτομα με άνοια και τις οικογένειές τους, η βελτίωση της ποιότητας φροντίδας για ασθενείς, περιθάλποντες και άλλα μέλη της οικογένειας και η αποτελεσματική ελληνική συμβολή στις παγκόσμιες προσπάθειες.

Όπως ανέφερε ο κ. Λυκέτσος, οι πιθανότητες αποθεραπείας είναι ελάχιστες, τα φάρμακα τα οποία μπορεί να κυκλοφορήσουν δεν δίνουν ελπίδα, ενώ η ιατρική ακρίβειας δίνει τις μεγαλύτερες ελπίδες. «Έχουμε στοιχεία τα οποία μας λένε ότι η Ελλάδα δεν είναι αυτή τη στιγμή έτοιμη για την πανδημία της νόσου Alzheimer που εμφανίζεται και η οποία ήταν ήδη εκεί λίγο πριν από την πανδημία της COVID. Αλλά, παρόλο που δεν υπάρχει αποθεραπεία, υπάρχει αποτελεσματική αντιμετώπιση και υπάρχουν και δυνατότητες πρόληψης και αυτές δεν είναι πολύ διαδεδομένες στη χώρα μας».

Αναφερόμενος στις δραστηριότητες της HIAAD, οι οποίες συνδέονται με το Εθνικό Σχέδιο, σημείωσε ότι έχουν επτά άξονες.

Ο πρώτος άξονας αφορά την εγγραφή ατόμων με άνοια στην Ελλάδα και ήδη έχει δημιουργηθεί πληροφορικό πρόγραμμα καταγραφής του Εθνικού μητρώου Άνοιας, το οποίο αναμένεται να λειτουργήσει τους επόμενους μήνες.

Ο δεύτερος άξονας αφορά την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού. Στο πλαίσιο αυτό έχει εκδοθεί βιβλίο για το κοινό από τις Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης, ενώ θα μεταφραστεί και στα ελληνικά το βιβλίο Practical Dementia Care, το οποίο χρησιμοποιείται ευρέως στις ΗΠΑ από κλινικούς που αντιμετωπίζουν την άνοια. Επίσης, ξεκίνησε τον Οκτώβριο του 2020 σειρά εκδηλώσεων δημόσιας εκπαίδευσης και μόλις το επιτρέψουν οι συνθήκες θα πραγματοποιηθεί εκστρατεία, με θέμα «Η άνοια ως χρόνια ασθένεια, θεραπεύσιμη και αποτρέψιμη». Ακόμα, στο πλαίσιο του δεύτερου άξονα θα δοθεί βάρος στον ιατρικό τουρισμό για την προώθηση της υγείας του εγκεφάλου στην Ελλάδα.

Ο τρίτος άξονας αφορά τον υποστήριξη των περιθαλπόντων των ατόμων με άνοια. Στο πλαίσιο αυτό σύντομα αναμένεται να αρχίσει να λειτουργεί τηλεφωνικό κέντρο εθνικής εμβέλειας για την υποστήριξη περιθαλπόντων ατόμων με άνοια, το οποίο έχει εκπονήσει η ομάδα "Θάλλω". Επίσης, προβλέπεται μία ιστοσελίδα η οποία θα είναι συνδεδεμένη με το τηλεφωνικό κέντρο που θα δίνει οδηγίες και πληροφορίες για τη διαχείριση του ασθενούς μετά τη διάγνωση.

Ο τέταρτος άξονας αφορά τη θεραπεία της άνοιας. Στο πλαίσιο αυτό έγινε, για πρώτη φορά στην Ελλάδα, μία απογραφή κλινικών μνήμης, κέντρων ημερήσιας φροντίδας και οικιστικών μονάδων και όλα τα στοιχεία που βρίσκονται στην ιστοσελίδα της ΗΙΑΑΔ.

Επίσης, πρόσφατα αναπτύχθηκαν πρότυπα περίθαλψης και συνεργασιών ανάμεσα σε διάφορα κέντρα στην Ελλάδα.

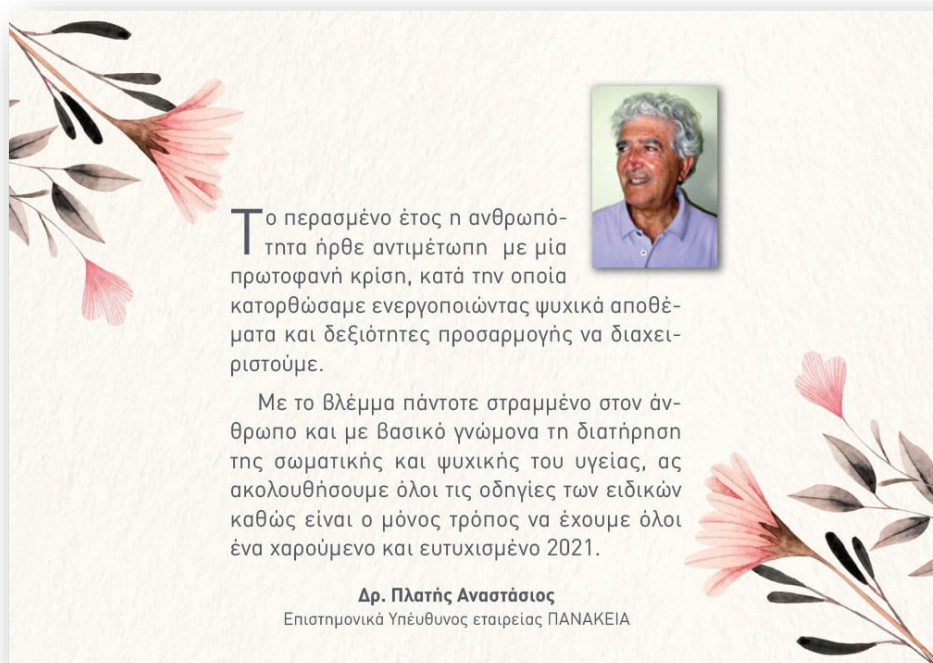
Ο πέμπτος άξονας αφορά τη νομοθεσία για τα δικαιώματα των ατόμων με άνοια.

Ο έκτος άξονας αφορά την έρευνα για την άνοια και στο πλαίσιο αυτό έχει ολοκληρωθεί η απογραφή ερευνητικών προγραμμάτων στην Ελληνική επικράτεια και προχωρά η ίδρυση ενός Κέντρου Ιατρικής Ακριβείας με έδρα το ΙΤΕ, στο μοντέλο του αντίστοιχου Κέντρου που λειτουργεί στο Johns Hopkins. Στον άξονα αυτό περιλαμβάνεται απογραφή κατανομής ατόμων με άνοια στην Ελλάδα, καθώς και η διοργάνωση μηνιαίων σεμιναρίων για ενθάρρυνση ερευνητικών συνεργασιών.

Τέλος, ο έβδομος άξονας αφορά την εκπαίδευση για την άνοια και στο πλαίσιο αυτό θα γίνονται πιστοποιημένα μαθήματα για περιθάλποντες στο Μητροπολιτικό Κολλέγιο.

Πηγή: www.typosthes.gr, ΑΠΕ-ΜΠΕ

Θερμές ευχές από την εταιρεία Πανάκεια - Ρόδος

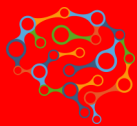


Το περασμένο έτος η ανθρωπότητα ήρθε αντιμέτωπη με μία πρωτοφανή κρίση, κατά την οποία κατορθώσαμε ενεργοποιώντας ψυχικά αποθέματα και δεξιότητες προσαρμογής να διαχειριστούμε.

Με το βλέμμα πάντοτε στραμμένο στον άνθρωπο και με βασικό γνώμονα τη διατήρηση της σωματικής και ψυχικής του υγείας, ας ακολουθήσουμε όλοι τις οδηγίες των ειδικών καθώς είναι ο μόνος τρόπος να έχουμε όλοι ένα χαρούμενο και ευτυχισμένο 2021.

Δρ. Πλατής Αναστάσιος
Επιστημονικά Υπεύθυνος εταιρείας ΠΑΝΑΚΕΙΑ





Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer στην Ελληνική Επικράτεια

Ενημερωθείτε για όλα τα μέλη στο www.alzheimer-federation.gr

ΑΘΗΝΑ

1. Σωματείο Αλληλοβοήθειας Φροντιστών Ασθενών με Νόσο Alzheimer

Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη, Τ: 2108235180

E: contact@caregiver.gr S: www.caregiver.gr

2. Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Αθηνών

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια

Μάρκου Μουσούρου 89 & Στύλπωνος 33, Παγκράτι, Τ: 2107013271

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Αμαρουσίου

Ζήνωνος Ελεάτου 8, Μαρούσι, Τ: 2106180073

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια στη Λέσχη Φιλίας Αμπελοκήπων

Βαθέως 25 & Πανόρμου, Αμπελόκηποι, Τ: 2106424228

* Κέντρο Ημέρας για Άτομα με Άνοια Ηλιούπολης

Αγ. Κωνσταντίνου 7, Γ' ΚΑΠΗ, Ηλιούπολη, Τ: 2109706347

* Υπηρεσία Φροντίδα στο Σπίτι για Άτομα με Άνοια

Τ: 2107013271, E: info@alzheimerrathens.gr S: www.alzheimerrathens.gr

3. Ψυχογηριατρική Εταιρεία «Ο Νέστωρ»

Κέντρο Ημέρας: Ιωάννου Δροσοπούλου 22, Κυψέλη

Τ: 2108235050, 2108235620

Κέντρο Ημέρας: Ηλία Ζερβού 94, Άγιος Ελευθέριος, Τ: 2102288515,

2102288551, Πρόγραμμα Βοήθειας στο Σπίτι: Τ: 2108235050

Γραμμή Βοήθειας: Τ: 2103303678 E: contact@nstr.gr S: www.nstr.gr

4. Ολοκληρωμένη Μονάδα Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer & Συναφών Παθήσεων Ιεράς Αρχιεπισκοπής Αθηνών

Αφροδίτης 1 & Ηρώδου Αττικού, Τ: 2130227965, F: 2130055308

E: alzheimers@mkapostoli.gr S: www.mkapostoli.com

5. Ελληνικό Δίκτυο Φροντιστών ΕΠΙΟΝΗ

Βίκτωρος Ουγκώ 15, Μεταξουργείο Τ: 2118507085, F: 2104406003

E: infoepioni@gmail.com S: www.epioni.gr

ΑΧΑΪΑ

6. Κοινωνικός Σωματείο Αρωγής και Φροντίδας Ηλικιωμένων & ΑμεΑ-ΦΡΟΝΤΙΖΩ - Πάτρα

Φαναρίου 25, Τ: 2610 240242, E: info@frodizo.gr, www.frodizo.gr

S: www.frodizo.gr

7. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. "Μνημοσύνη" Πάτρας

Σωσικράτους 12, Κ: 6945395040, E: traviata@otenet.gr

ΒΟΛΟΣ

8. Ινστιτούτο Alzheimer Βόλου "Η Αγία Σοφία"

Ρόζου 135, Κ: 6944693900 E: alzheimers.inst.volos@gmail.com

S: www.institutoalzheimers.gr

ΕΥΒΟΙΑ

9. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χαλκίδας

Κ. Η. «Αγία Ειρήνη» Μεσσαπίων 4, Τ: 2221181071, Κ: 6937244646

E: info@alzheimers-chalkida.org S: www.alzheimers-chalkida.org

10. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Κονιστρών Ευβοίας

Κονίστρες Ευβοίας, Κ: 6937299079 F: 2421049984

E: konistra@hotmail.com

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

11. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. - Alzheimer Hellas

* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Αγία Ελένη"

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, F: 2310925802

* Μονάδα Αντιμετώπισης Προβλημάτων Ν. Alzheimer "Άγιος Ιωάννης"

Κωνσταντίνου Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5

F: 2310351456, Γραμμή Βοήθειας: 2310909000

E: info@alzheimers-hellas.gr S: www.alzheimers-hellas.gr

12. Σύλλογος φίλων Ελληνικής Εταιρείας Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών

Κ. Καραμανλή 164, Τ: 2310351451-5

13. Πανελλήνια Βιοτράπεζα Νευρολογικών Νοσημάτων

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310810411, Κ: 6972697072

E: info@neuro-bio.gr S: www.neuro-bio.gr

14. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Εύοσμου - Κορδελιού και Καλαμαριάς

Καραβαγγέλη 12 & Κατσαντώνη, Κ: 6973302750

E: alz.kalamaria@gmail.com

15. Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεμφυλιστικών Νοσημάτων (PINDIS)

Πέτρου Συνδίκου 13, Τ: 2310 830667, E: info-pindis@gmail.com

ΙΩΑΝΝΙΝΑ

16. Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Έρευνας και Παρέμβασης (Ε.Ψ.Ε.Π.)

Σικελιανού 2, Τ: 2651039820, Κ: 62651039820, E: epsep_ioa@yahoo.gr

ΚΑΛΑΜΑΤΑ

17. Μεσσηνιακό Σωματείο Επαφής με τη Νόσο Alzheimer και την Άνοια (ΜΕ.Σ.Ε.Ν.Α.)

Κ: 698 071 8300, E: mesenames@gmail.com S: www.mesena.gr

ΚΟΖΑΝΗ

18. Εταιρεία Νόσου Alzheimer & Συγγενών Διαταραχών,

"Ο Άγιος Νικόλαος"

Παύλου Χαρίση 13, Κ: 6938442200

E: voucharas@gmail.com

ΚΟΜΟΤΗΝΗ

19. Σύλλογος Οικογενειών & Φίλων Πασχόντων από Νόσο

Alzheimer & Συναφείς Διαταραχές, "Ο Λόγος"

Πολυλειτουργικό Κέντρο Δήμου Κομοτηνής, Γρ. Μαρασλή 1

Τ: 2531083844, E: ntinakom@gmail.com

ΚΡΗΤΗ

20. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. "Αλληλεγγύη" Ηρακλείου - Ηράκλειο

Νταλιάνη 22, Τ: 6947816155, 6974192595 F: 2810360047

E: alzheimers.heraklion@gmail.com S: www.alzheimersheraklion.gr

21. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Νομού Ρεθύμνης "Συμπαράσταση"

Μάχης Ποταμών 9, Καλλιθέα, Τ: 2831101645

E: alzheimers.ret@gmail.com

22. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Χανίων

Ινστιτούτο Έρευνας - Εκπαίδευσης Ψυχιατρικών Ανοϊκών Ασθενών Alzheimer

Χρυσοπηγής 58, Τ: 2821076050

E: inerekal@otenet.gr S: www.alzheimer-chania.gr

ΛΑΡΙΣΑ

23. Ελληνική Εταιρεία Ν. Alzheimer & Συναφών Διαταραχών Λάρισας

Γ' ΚΑΠΗ περιοχής ΑΤΑ, Χατζηγιάννη 3

Τ: 2410281999 Κ: 6938805781, E: alzheimers.lar@gmail.com

ΞΑΝΘΗ

24. Σωματείο Alzheimer Ξάνθης

28η Οκτωβρίου 252, Κ: 6977720669, E: alzxtnt@in.gr

ΡΟΔΟΣ

25. Εταιρεία Αντιμετώπισης Νόσου Alzheimer και άλλων μορφών

άνοιας

Στ. Καζούλη 18, Τ: 2241078315

E: koronis_panakeia@yahoo.gr S: www.panakeia.org.gr

ΣΕΡΡΕΣ

26. Σύλλογος Οικογενειών και Φίλων για την Ψυχική Υγεία

(Σ.Ο.Φ.Ψ.Υ.)

Ορφώως 12, Τ: 2321063388, F: 2321063559

E: sofpsi-s@otenet.gr S: www.sofpsi-ser.gr

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗ

27. Ε.Ε.Ν.Α.Σ.Δ. Ν. Καλλικράτειας

Χατζηαργύρου 68, Κ: 6974900754, E: info@tsantalieleni.gr

ΧΙΟΣ

28. Ελληνική Εταιρεία Αγωγής Υγείας Παράρτημα Χίου

Αλ. Παχού 11, Τ: 2271041020, F: 2271081491

E: gmaris.chi@gmail.com

Ενημερωθείτε για την Πανελλήνια Ομοσπονδία και τα μέλη της στην επίσημη σελίδα www.alzheimer-federation.gr

Ακολουθήστε μας στο **Facebook** ως Πανελλήνια Ομοσπονδία Νόσου Alzheimer και ενημερωθείτε άμεσα για τις δράσεις μας!

