



Ενημέρωση

Τριμηνιαία έκδοση της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκληρύωση Κατά Πλάκας

Ε.Ε.Σ.Κ.Π.

Καλές
γιορτές!



Έχουμε σύμμαχο.

Όλοι θέλουμε να ξέρουμε ότι μπορούμε να βασιζόμαστε σε κάποιον, ότι έχουμε έναν σύμμαχο που μπορεί και προσπαθεί να δώσει λύσεις μέσα από καινοτόμες προτάσεις και υπεύθυνη στάση.

Η Novartis απαντάει σε αυτή την ανάγκη με επιστημονικές έρευνες και καινοτόμες θεραπείες. Οι 90 κλινικές μελέτες στην Ελλάδα αποτελούν μία επένδυση αξίας άνω των 10 εκατομμυρίων ευρώ, δίνοντας παράλληλα πρόσβαση στους ασθενείς σε νέες θεραπείες, αλλά και προσφέροντας στους επαγγελματίες υγείας νέες γνώσεις και εμπειρίες.

Ένας σύμμαχος δίπλα μας κάθε μέρα, στα εύκολα και στα δύσκολα.





Αγαπητοί μου φίλοι,

Αρχικά θα ήθελα να σας ευχηθώ χρόνια πολλά για όλες τις εορταστικές ημέρες της περιόδου και να ελπίσουμε η νέα χρονιά να μας φέρει ό,τι ποθούμε σε όλες τις πτυχές της ζωής μας. Μακάρι η νέα χρονιά να φέρει καλύτερες μέρες στην ταλαιπωρημένη πατρίδα μας, αλλά και στην μάχη ενάντια στην ΣΚΠ. Νέα και περισσότερα φάρμακα, αλλά και καλύτερη ποιότητα ζωής είναι πιστεύω οι δύο στόχοι που πρέπει να τεθούν και πρέπει να επιτευχθούν για το 2015.

Βλέπετε στις σελίδες του περιοδικού μας την πολύπλευρη δράση της Εταιρίας μας: Ενημερωτικές εκδηλώσεις σε διάφορες πόλεις της χώρας μας, την προσπάθειά της να πιέσει το ελληνικό κράτος για να εισακουστούν τα αιτήματα των ανθρώπων με ΣΚΠ, άρθρα που αφορούν την καθημερινότητα των ασθενών, αλλά και τις οικογένειές τους.

Με βάση την θεματολογία αυτή, θα ήθελα να σταθώ σε μερικά σημεία: Όσον αφορά το Υπόμνημα που θα διαβάσετε, θα ήθελα να επισημάνω το εξής. Πολλές φορές, κάτω από το βάρος της καθημερινότητας, νιώθουμε μόνοι και απροστάτευτοι, έχουμε την αίσθηση ότι το κράτος και οι φορείς του βρίσκονται μακριά μας. Κι αυτό, πιστέψτε με, το νιώθει περισσότερο το Δ.Σ., το οποίο γίνεται αποδέκτης όλων των ζητημάτων που αφορούν την ΣΚΠ. Απέναντι σε αυτή την κατάσταση, υπάρχουν δύο διαφορετικοί δρόμοι. Ο πρώτος είναι ο θυμός, οι δυνατές φωνές, η γενικολογία ότι το κράτος δεν κάνει τίποτα, ίσως και η παραίτηση.

Ο δεύτερος είναι η σύνθεση των απόψεων που ακούγονται, η καθημερινή προσπάθεια να επηρεαστούν οι αρμόδιοι φορείς με επιχειρήματα, η ρεαλιστική συναίσθηση των δυσκολιών που προκύπτουν στο να επιτευχθούν οι στόχοι μας.

Έχουμε επιλέξει τον δεύτερο δρόμο, ο οποίος είναι ο αθόρυβος και κουραστικός του μυρμηγκιού. Ένας δρόμος, ο οποίος πιστεύουμε ότι είναι ο πιο σωστός, αλλά για να διανυθεί χρειάζεται επιμονή και υπομονή, αλλά και κάτι άλλο: Την συνεχή ανατροφοδότηση από εσάς. Να είστε σίγουροι ότι όλες οι απόψεις σας φτάνουν στα αυτιά μας, συνθέτονται και προωθούνται εκεί που χρειάζονται.

Όσον αφορά τις εκδηλώσεις, ίσως υπάρξουν πολλοί που θα αναρωτηθούν γιατί έγινε μια εκδήλωση στο τάδε μέρος και όχι στην περιοχή τους. Η απάντηση είναι απλή: Καλέστε μας!

Με τις καλύτερες ευχές,

Κώστας Μιχαλάκης, Φιλολόγος-Ιστορικός
Αντιπρόεδρος της ΕΕΣΚΠ



ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ MS

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ:
Ελληνική Εταιρία για τη
Σκλήρυνση κατά Πλάκας
Παν. Χαραλαμπίκη 3 -
Κορ. Κωνσταντικάκη,
55132 Καλαμαριά-Θεσσαλο-
νίκη,
τηλ: 2310 949909

ΕΚΔΟΤΗΣ:
Α. Ωρολογάς, Κ. Μιχαλάκης,

ΠΡΟΕΔΡΟΣ:
Αναστάσιος Ωρολογάς
ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ ΚΑΙ ΜΕΛΟΣ
ΤΟΥ Δ.Σ. Ε.Μ.Σ.Ρ.:
Κωνσταντίνος Μιχαλάκης

Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΚΑΙ
ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΣΤΗΝ MSIF:
Δήμητρα Καλογιάννη

ΤΑΜΙΑΣ:
Ευστρατία Τσιρανίδου

ΜΕΛΗ:
Σούλα Παπανώτα
Σπυρίδων Αντωνάκης
Εμμανουήλ Τσαλαμανιός
Εμμανουήλ Μαρής
Αγγελική Νένε-Παππά

Η Ελληνική Εταιρία για τη ΣΚΠ είναι
ενταγμένη στα Μητρώα Φορέων
Κοινωνικής Φροντίδας και Εθελοντικών μη
Κυβερνητικών Οργανώσεων. Είναι μέλος
της MSIF και της EMSP
Η Εταιρία δεν προτείνει θεραπείες, αλλά
παρέχει πληροφορίες για τη ΣΚΠ και τις
διάφορες θεραπείες που υπάρχουν, ώστε οι
ασθενείς με ΣΚΠ να συνεργάζονται με τους
δικούς τους και τους θεραπευτές τους για
το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.

ΣΥΝΤΑΞΗ-ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:
Εύα Ιωαννίδου

Τα επώνυμα άρθρα
εκφράζουν τις προσωπικές
απόψεις των συγγραφέων

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:
Η εφημερίδα μας διατίθεται
ΔΩΡΕΑΝ αποκλειστικά στα μέλη
μας και συντηρείται από
προαιρετικές εισφορές-δωρεές.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ:
Locomosquito

ΕΚΤΥΠΩΣΗ:
ΑΡΙΩΝ
τηλ: 2310 462.192-3



EDITORIAL	3
ΝΕΑ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ my access.gr	5
ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΙΑΣ ΣΕ ΥΠΟΥΡΓΕΙΑ	6 - 8
ΑΝΑΓΟΡΕΥΣΗ ΛΟΥΔΟΒΙΚΟΥ ΚΑΠΠΟΥ	9 - 10
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ	11
ΥΓΕΙΑ	14 - 16
ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ	17
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ	18 - 19
ΕΝΑΣ ΔΥΣΚΟΛΟΣ ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ	20
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ	21
AGENDA	22

Η ΕΕΣΚΠ δημιουργεί τη σελίδα myaccess.gr και δηλώνει έμπρακτα το ενδιαφέρον της για το θέμα της "πρόσβασης". Η ιστοσελίδα myaccess.gr δημιουργήθηκε για να αναδείξει το θέμα της «πρόσβασης» και να τονίσει τη σημασία των ατομικών δικαιωμάτων -έτσι ώστε να απολαμβάνουμε ελεύθερη κίνηση στους δρόμους, εύκολες μετακινήσεις και ολοκληρωμένες παροχές υγείας. Όλα

αυτά εξαρτώνται από το πόσο καλά πληροφορημένοι είμαστε -άρα, διεκδικούμε επίσης το δικαίωμα της πρόσβασης στη σωστή πληροφόρηση για να διευρύνουμε τη γνώση μας και να βελτιώσουμε τη ζωή μας. Μάθετε νέα για την υγεία, διαβάστε άρθρα σχετικά με τη νομοθεσία του κλάδου υγείας, ανακαλύψτε ενδιαφέρουσες ιστορίες για το θέμα της "πρόσβασης" και του σεβασμού των δικαιωμάτων των ατόμων με

κινητικά προβλήματα.Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.myaccess.gr και τη σελίδα myaccess.gr στο facebook και μάθετε περισσότερα. Η ιστοσελίδα έχει ολοκληρωθεί με την ευγενική υποστήριξη της φαρμακευτικής εταιρίας Novartis. Αξίζει να σημειωθεί ότι -όπως και το 2014, το θέμα "πρόσβαση" αποτελεί το κεντρικό μήνυμα της καμπάνιας της MSIF για την Παγκόσμια Ημέρα για την ΣΚΠ - 2015.

myaccessTM.gr



Υπόμνημα της Εταιρίας μας στα Υπουργεία Εργασίας Πρόνοιας Κοινωνικών Ασφαλίσεων και Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης

Εδώ και πολύ καιρό γινόμαστε δέκτες αρκετών ανησυχιών μελών μας για το παρόν και το μέλλον της περίθαλψης και της προστασίας ασθενών με ΣΚΠ στην Ελλάδα.

Για τον λόγο αυτόν, αποφασίσαμε να αποστείλουμε ένα υπόμνημα στα αρμόδια Υπουργεία που κυρίως ασχολούνται με αυτά τα ζητήματα. Φυσικά, ένα υπόμνημα δεν μπορεί να καλύψει το σύνολο των αιτημάτων, ούτε να φέρει αμέσως αποτελέσματα, είναι όμως μια καλή βάση συζήτησης με τους αρμόδιους φορείς.

Αυτό διαπίστωσα και προσωπικά, όταν επισκέφτηκα με την Maggie Alexander, ως εκπρόσωποι της Ευρωπαϊκής Πλατφόρμας για την ΣΚΠ, τα υπουργεία αυτά και συζητήσαμε με υψηλόβαθμα στελέχη τους, στις αρχές του περασμένου Οκτωβρίου.

Θεωρώ ότι το υπόμνημα αυτό μπορεί να αποτελέσει βάση συζήτησης και πίεσης προς όλους τους αρμόδιους φορείς και φυσικά θα χαρούμε να δεχτούμε τεκμηριωμένες παρατηρήσεις, προκειμένου τα αιτήματά μας να γίνουν πιο εφικτό να δικαιωθούν.

Κώστας Μιχαλάκης,
αντιπρόεδρος της ΕΕΣΚΠ

ΥΠΟΜΝΗΜΑ

Αξιότιμε κύριε Υπουργέ,

Με το παρόν υπόμνημα θα θέλαμε να ζητήσουμε τη γνωμοδότηση σας σχετικά με τις πρακτικές που παρατηρούμε στην αντιμετώπιση των ΑμΣΚΠ, όσον αφορά τη γενικότερη αντιμετώπιση τους από το Ελληνικό κράτος.

Το νομικό πλαίσιο

Όσον αφορά την κοινωνική προστασία (μιλούμε για την κοινωνική προστασία και όχι για νόμους που ρυθμίζουν θέματα εργασίας, εκπαίδευσης κτλ) όσων πάσχουν από ΣΚΠ, υπάρχουν τα εξής νομοθετήματα:

Σύμφωνα με το άρθρο 24 του ν. 3402/05:

1. Η Νόσος του νευρικού συστήματος με την αναφορά Σκλήρυνση κατά Πλάκας ή Απομυελινωτική Νόσος του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος ή Νευρολοίμωξη ή Πολλαπλή Σκλήρυνση, είναι νόσος αυτοτελής, ανεξάρτητα από τα συγγενή με άλλες ασθένειες συμπτώματα ή επιπτώσεις στη ζωή των προσβληθέντων από τη Νόσο. Οι πάσχοντες από Σκλήρυνση κατά Πλάκας αποτελούν ευπαθή ομάδα ασθενών, χρήζουσα ιδιαίτερης πρόνοιας από την Πολιτεία.
2. Ο τρόπος προσδιορισμού των πασχόντων από Σκλήρυνση κατά Πλάκας και οι διαδικασίες αναγνώρισης και υπαγωγής στο καθεστώς της Νόσου καθορίζονται με προεδρικό διάταγμα που εκδίδεται με πρόταση του Υπουργού Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης. Με το ίδιο διάταγμα καθορίζονται ειδικότερα τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της Νόσου και ο τρόπος αναγνώρισης τους, ο τρόπος και η διαδικασία διάγνωσης της Νόσου, οι επιστημονικοί φορείς που είναι αρμόδιοι για τη διάγνωση της Νόσου, η σύνθεση των αρμόδιων επιτροπών και η διαδικασία συγκρότησης τους και μπορεί να επιτρέπεται η συμμετοχή κοινωνικών φορέων στη διαχείριση της Νόσου και της επιστημονικής έρευνας.
3. Με κοινές αποφάσεις του Υπουργού Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης και του κατά περίπτωση αρμόδιου Υπουργού, μπορούν να ρυθμίζονται επί μέρους ειδικά θέματα αντιμετώπισης των συνεπειών της Νόσου και διευκόλυνσης των πασχόντων.
4. Οι πάσχοντες από Σκλήρυνση κατά Πλάκας απογράφονται σε ειδικό Μητρώο του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης. Με απόφαση του Υπουργού Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης καθορίζεται η διαδικασία απογραφής και μπορεί να επιτρέπεται η συμμετοχή αρμόδιων κοινωνικών φορέων στην κατάρτιση και διαχείριση του μητρώου.
5. Για την προώθηση της έρευνας για τη Νόσο, ο Υπουργός Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης μπορεί να ορίζει, με αποφάσεις του, τους επιστημονικούς και κοινωνικούς φορείς στους οποίους αναθέτει σχετικά ερευνητικά προγράμματα, με τη συμμετοχή του Ελληνικού Δημοσίου, της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή και άλλων Διεθνών Οργανισμών και φορέων.

Επίσης, σύμφωνα με τον νόμο 3232/04, στο άρθρο 5 παράγραφος 2, περίπτωση δ, αναφέρεται ότι το εξωιδρυματικό επίδομα δικαιούνται και όσοι «πάσχουν από Σκλήρυνση κατά Πλάκας που επιφέρει παραπληγία - τετραπληγία με ποσοστό αναπηρίας 67% και άνω».

Στο παραπάνω ζήτημα, η Εκτελεστική Επιτροπή του ΚΕΣΥ, σε απάντηση ερώτησης του Υπουργείου Απασχόλησης, γνωμοδότησε στις 27-07-2006 ότι «η αναπηρία άνω του ποσοστού του 67% στη Σκλήρυνση κατά Πλάκας προϋποθέτει κινητική αναπηρία. Η κινητική αναπηρία μπορεί να είναι πυραμιδική ή παρεγκεφαλιδική. Η Σκλήρυνση κατά Πλάκας με ποσοστό άνω του 67% εμπίπτει στην έννοια της Τετραπληγίας-Παραπληγίας και δεν είναι απαραίτητη η προϋπόθεση της αμφοτεράπλευρης πυραμιδικής συνδρομής».

Μια κριτική ματιά πάνω στη νομοθεσία:

Δυστυχώς, δεν έχουν ακόμη εκδοθεί τα απαιτούμενα Προεδρικά Διατάγματα και Υπουργικές Αποφάσεις, οι οποίες να αποσαφηνίζουν τις υποχρεώσεις του Κράτους απέναντι στους ασθενείς με ΣΚΠ. Επίσης, ο νόμος 3232/04 αποτελεί ταυτολογία, καθώς όσοι ασθενείς έχουν παραπληγία-τετραπληγία δικαιούνται έτσι κι αλλιώς επιδόματος. Η δε γνωμάτευση του ΚΕΣΥ δε λαμβάνεται υπόψη, ενώ, κατά την προσωπική μου γνώμη, απαιτείται πιο σαφής επίσημη γνωμάτευση για τη φύση της πάθησης και την προστασία των ασθενών. Ο δε ΚΕΒΑ, ενώ δέχεται ότι η πάθηση είναι άγνωστης αιτιολογίας και με πολλαπλές εμφανίσεις, δεν αναφέρει ότι η εξέλιξη της είναι απρόβλεπτη. Επίσης δίνει δύο χρόνια στο ποσοστό αναπηρίας που πρέπει να εκδίδει η επιτροπή, ουσιαστικά χωρίς να προβλέπει αν μπορεί και ποια βελτίωση να υπάρξει κατά τη διάρκεια αυτών των δύο ετών. Ουσιαστικά, κρίνεται η κλινική κατάσταση κατά την ημέρα και ώρα της εξέτασης από την επιτροπή.

Η κατάσταση που βιώνουν οι ασθενείς με ΣΚΠ, όταν έρχονται αντιμέτωποι με τις επιτροπές

Ουσιαστικά, οι ασθενείς με ΣΚΠ προσέρχονται απροστάτευτοι στις επιτροπές, βασιζόμενοι στην καλή θέληση των εξεταζόντων ιατρών, οι οποίοι πολλές φορές δε λαμβάνουν υπόψη το ιστορικό και τις γνωματεύσεις των θεραπόντων ιατρών. Το κύριο ερώτημα που τίθεται είναι αν ο ασθενής έχει τετραπληγία ή παραπληγία, κάτι το οποίο μεταφράζεται στην απλή-έως απλοϊκή- ερώτηση: **«Περπατάς;»**. Αν ο ασθενής έχει την ατυχία να περπατά, τότε θεωρείται σχεδόν βέβαιο ότι θα λάβει το πολύ ένα ποσοστό 50% αναπηρίας, ποσοστό το οποίο δεν του δίνει κανένα δικαίωμα προστασίας από το κράτος. Αυτό σημαίνει ότι ο ασθενής με ΣΚΠ, παρόλο που το κόστος της πάθησης του είναι πολύ υψηλό-όπως άλλωστε έχει αποδειχτεί με επιστημονικές μελέτες- καλείται να το αντιμετωπίσει μόνος του, με μόνη εξαίρεση τα κύρια ανοσοκατασταλτικά ή ανοσορρυθμιστικά φάρμακα. Επίσης, πρέπει να σημειωθεί ότι η ανακοίνωση γίνεται κατά «ιατρική πρόβλεψη», χωρίς όμως να αναφέρεται το όνομα του γιατρού, ο οποίος έκανε αυτή την πρόβλεψη, ενώ είναι τουλάχιστον προβληματική η επιστημονική τεκμηρίωση της πρόβλεψης αυτής. Δεν αναφερόμαστε φυσικά στα προγνωστικά μοντέλα, τα οποία φυσικό είναι να χρησιμοποιούνται από την επιστημονική κοινότητα, αλλά σε εξειδικευμένη πρόβλεψη για τον κάθε ασθενή.

Είναι περιττό να αναφερθούν οι δυσκολίες τις οποίες καλείται να αντιμετωπίσει κάποιος ασθενής με ΣΚΠ, από την αβεβαιότητα για την εξέλιξη της νόσου ως την οικονομική αιμορραγία και από την αίσθηση εγκατάλειψης από το κράτος ως την προσπάθεια να ζήσει με μια ανίατη ασθένεια απρόβλεπτης εξέλιξης, ενώ το ελληνικό κράτος δεν θεωρεί ότι αυτή του η ιδιότητα του προσδίδει κάποια δικαιώματα.

Τα διάφορα πλαφόν συνταγογράφησης αποτελούν επιπρόσθετα προβλήματα για τα άτομα με σκλήρυνση κατά πλάκας, καθώς, αν θα πρέπει οι γιατροί να μειώσουν κατά 20% τις συνταγογραφήσεις τους αναλογικά, τα ΑμΣΚΠ-ΠΣ θα είναι οι πρώτοι που δεν θα μπορούν να έχουν συνταγογράφηση από τους γιατρούς τους, μιας και τα φάρμακα για τη θεραπευτική αγωγή τους είναι ιδιαίτερα ακριβά.

Προτάσεις για την ορθολογική αντιμετώπιση της κατάστασης των ασθενών με ΣΚΠ

Είναι φανερό ότι η σημερινή αντιμετώπιση των ασθενών με ΣΚΠ **αντιβαίνει** το γράμμα και πνεύμα του νόμου 3402/05, όσο και στις βασικές αρχές που έχει θεσπίσει η Διεθνής Ομοσπονδία για τη ΣΚΠ (MSIF), στην επιστημονική επιτροπή της οποίας συμμετέχουν κορυφαίοι επιστήμονες, παγκοσμίως αναγνωρισμένοι. Οι αρχές αυτές περιλαμβάνουν, εκτός από επιδόματα, συνεχή εκπαίδευση, πολύπλευρη θεραπευτική αντιμετώπιση, δικαίωμα σε μεταφορά και εκπαίδευση και μια σειρά από άλλους τομείς.

1. Θεωρούμε ότι θα πρέπει να υπάρξει **επίσημη γνωμοδότηση για την πάθηση**, την απρόβλεπτη εξέλιξή της, τη σημασία της δημιουργίας σταθερού περιβάλλοντος, τόσο σε κοινωνικό, όσο και σε ψυχολογικό επίπεδο.

2. **Οποσδήποτε θα πρέπει να συμπεριληφθεί η Σκλήρυνση κατά Πλάκας στον πίνακα επέκτασης παθήσεων πέρα των σαράντα τριών παθήσεων αναπηρίας ώστε η διάρκεια αναπηρίας των ασφαλισμένων να καθορίζεται επ' αόριστον.**

Ακόμη, πιστεύουμε ότι οι ασθενείς με ΣΚΠ θα πρέπει να λαμβάνουν **67% ποσοστό αναπηρίας**, με όλα τα οφέλη που αυτή δίνει (επιδόματα, φοροελαφρύνσεις κτλ), καθώς θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη όχι η κλινική εικόνα μιας συγκεκριμένης ημέρας, αλλά το ανίατο της πάθησης, η απρόβλεπτη εξέλιξη της και οι διάφορες επιβαρύνσεις, οικονομικές, ψυχικές και άλλες.

Αν αυτό δεν είναι εφικτό, θα πρέπει τουλάχιστον να θεσπιστεί **επίδομα Σκλήρυνσης κατά Πλάκας** το οποίο και θα επιστρέφει στους ασθενείς μέρος μόνο των εξόδων που κάνουν, προκειμένου να προσαρμόσουν τη ζωή τους στις ανάγκες της πάθησης. Ένα τέτοιο επίδομα είναι νόμιμο αφού στηρίζεται στο νόμο 3402/05 που αναγνωρίζει την ΣΚΠ ως αυτοτελή πάθηση και επισημάνει ότι οι πάσχοντες χρήζουν ιδιαίτερης Πρόνοιας από την Πολιτεία. Το επίδομα αυτό θα μπορούσε να είναι κλιμακούμενο, ανάλογα με την βαρύτητα της κατάστασης του ασθενούς.

Έχει αποδειχτεί ότι οι ασθενείς με ΣΚΠ, οι οποίοι έχουν την κατάλληλη στήριξη, παραμένουν σε καλή κατάσταση, με αποτέλεσμα να είναι παραγωγικοί και ενταγμένοι ενεργά στο κοινωνικό σύνολο. Αυτό σημαίνει μικρότερο κόστος στην φροντίδα τους, αλλά και συνολικότερο κέρδος για το κράτος και την κοινωνία, καθώς οι ασθενείς με ΣΚΠ θα ανταποδίδουν στο πολλαπλάσιο το όποιο κόστος, με την εργασία και την παραγωγικότητά τους.

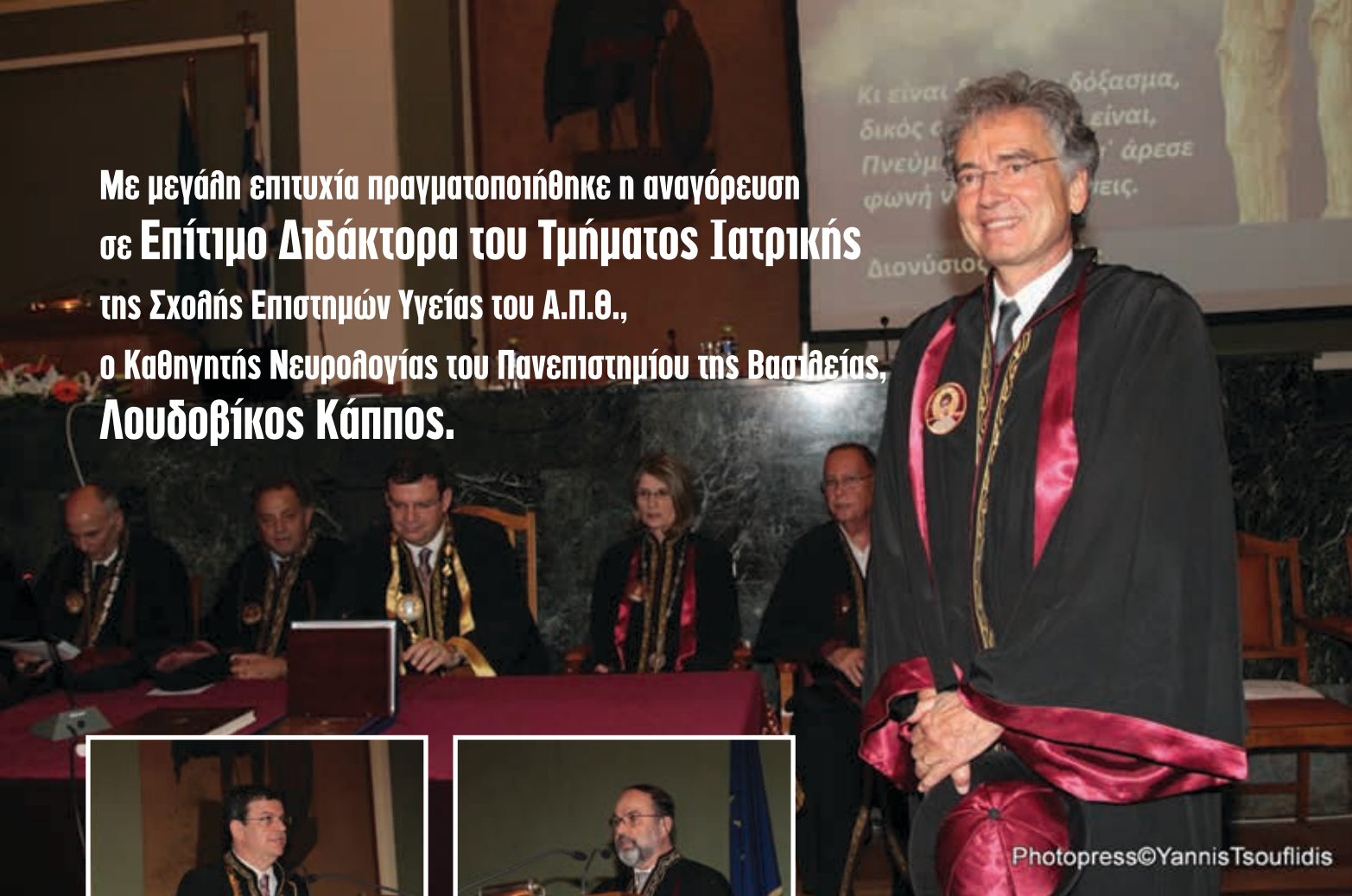
Ευελπιστούμε να δείτε θετικά τις προτάσεις μας για τη βελτίωση της ζωής των ασθενών με Σκλήρυνση κατά Πλάκας και αναμένουμε στις δικές σας ενέργειες.

Με τιμή
για το Δ.Σ.

Αναστάσιος Ωρολογάς
Πρόεδρος Ε.Ε.Σ.Κ.Π
Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ.
Δ/ντής Α' Πανεπιστημιακής Κλινικής ΑΧΕΠΑ

Δήμητρα Καλογιάννη
Γεν. Γραμματέας

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε η αναγόρευση σε Επίτιμο Διδάκτορα του Τμήματος Ιατρικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Α.Π.Θ., ο Καθηγητής Νευρολογίας του Πανεπιστημίου της Βασιλείας, Λουδοβίκος Κάππος.



Photopress©YannisTsouflidis



Η Τελετή Αναγόρευσης πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 14 Οκτωβρίου 2014 και ώρα 19:00, στην Αίθουσα Τελετών της παλαιάς Φιλοσοφικής Σχολής του Α.Π.Θ.

Το πρόγραμμα της Τελετής ήταν το εξής:

Προσφώνηση από τον Πρύτανη του Α.Π.Θ., Καθηγητή **Περικλή Μήτκα**.

Προσφώνηση από τον Κοσμήτορα της Σχολής Επιστημών Υγείας του Α.Π.Θ., Καθηγητή **Γεώργιο Καρακιουλάκη**.

Προσφώνηση από τον Αναπληρωτή Πρόεδρο του Συμβουλίου του Α.Π.Θ., Καθηγητή **Βασίλειο Ταρλατζή**.

Προσφώνηση από τον Πρόεδρο του Τμήματος Ιατρικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Α.Π.Θ., Καθηγητή **Αλέξανδρο Γαρύφαλλο**.

Έπαινος του τιμώμενου (Laudatio) από το Διευθυντή της Α' Νευρολογικής Κλινικής του Α.Π.Θ., Καθηγητή **Αναστάσιο Ωρολογά**.

Τελετή Αναγόρευσης

Αντιφώνηση και ομιλία από τον τιμώμενο Καθηγητή Λουδοβίκο Κάππο, με θέμα: «Ο αγώνας για αποτελεσματική





θεραπεία της Πολλαπλής Σκλήρυνσης: Επιτεύγματα, διλήμματα, προκλήσεις για το μέλλον - Developing effective treatment options for MS: Achievements, dilemmas, challenges for the future»

Λήξη Τελετής

Η εκδήλωση έκλεισε με τη συμμετοχή της Χορωδίας του Ιατρικού Συλλόγου Θεσσαλονίκης και ακολούθησε μπουφές στο φουαγιέ της Σχολής.



ΣΥΝΤΟΜΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΤΙΜΩΜΕΝΟΥ

Ο Καθηγητής Λουδοβίκος Κάππος γεννήθηκε στο Erlangen της Γερμανίας το 1953. Πέρασε τη μαθητική του ζωή σε σχολεία της Αθήνας και αποφοίτησε από ελληνικό γυμνάσιο το 1970. Την περίοδο 1970-1977 φοίτησε στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Würzburg της Γερμανίας ενώ παράλληλα (1973-80) εξειδικεύθηκε στη ψυχολογία και τη ψυχοθεραπεία. Η ακαδημαϊκή του καριέρα ξεκίνησε το 1980 στο Πανεπιστήμιο Würzburg και εξελίχθηκε στο Πανεπιστήμιο της Βασιλείας στην Ελβετία, όπου ανακηρύχθηκε Καθηγητής Νευρολογίας, το 1994, στον τομέα της κλινικής νευροαντοσολογίας. Από το 2008 έως και σήμερα, κατέχει την έδρα του τομέα της νευρολογίας στο Πανεπιστήμιο της Βασιλείας. Από το 1980 συμμετέχει ενεργά σε εξειδικευμένα επιστημονικά προγράμματα στους τομείς της νευροογκολογίας, νευροβιολογίας, νευροαντοσολογίας και νευρογενετικής. Η εμπειρία του καλύπτει πολλούς ιδιαίτερους τομείς, όπως η μαγνητική τομογραφία, η νευρολογική αναπηρία και η νευροψυχολογία. Έχει συντάξει περισσότερα από 600 άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά και βιβλία, περισσότερα από 950 abstracts και έχει συμμετάσχει ως προσκεκλημένος σε τουλάχιστον 600 σεμινάρια και διαλέξεις.

Η πολύτιμη συμβολή του στον τομέα της Πολλαπλής Σκλήρυνσης έχει αναγνωρισθεί μέσω των πολλών διακρίσεων και βραβείων που έχει λάβει τα τελευταία 32 χρόνια από καταξιωμένους φορείς αλλά και μέσω των σημαντικών του ρόλων σε αναγνωρισμένους οργανισμούς -όπως οι ENS, ECTRIMS και European Charcot Foundation, μεταξύ πολλών άλλων.



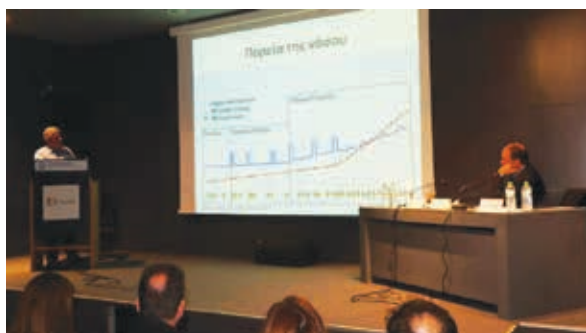
Ενημερωτική Ημερίδα της ΕΕΣΚΠ στο Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης

Η Ενημερωτική Ημερίδα της ΕΕΣΚΠ που πραγματοποιήθηκε στις 16 Νοεμβρίου 2014 στο Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης, προσέλκυσε πλήθος ασθενών, συγγενών και άλλων ενδιαφερόμενων για τις εξελίξεις στην ΣΚΠ. Μετά το πέρας των εισηγήσεων, οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να περιηγηθούν στους χώρους του Μουσείου και να θαυμάσουν την Περιοδική Έκθεση με τίτλο «Η Ευρώπη της Ελλάδος».

Με την ευγενική υποστήριξη:

genzyme
A SANOFI COMPANY

ORTHOSTATICAL
ΑΘ. ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.
ΠΡΟΤΕΙΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΑΣΗ





ORTHOSTATICAL

ORTHODOPIC PRODUCTS - REHABILITATION AIDS - MEDICAL EQUIPMENT

www.orthostatical.gr

24 χρόνια

Εμπειρίας, γνώσης και τεχνογνωσίας

Αγαπάμε αυτό που κάνουμε και για αυτό το κάνουμε καλά

Είμαστε μια οικογένεια

Μας εμπιστεύτηκαν οι κορυφαίες εταιρίες παγκοσμίως



handicare



Service

Προσφέρουμε στους πελάτες μας δωρεάν και εξουσιοδοτημένο service



Άμεση Παράδοση

Σε εμάς θα βρείτε έτοιμοι για παράδοση τη μεγαλύτερη ποικιλία ειδών αποκατάστασης



Άμεση Εξυπηρέτηση

Μέλημά μας είναι να ικανοποιούμε αμέσως τις ανάγκες σας και να σας προσφέρουμε εξατομικευμένες λύσεις



Ανταλλακτικά

Θα βρείτε τη μεγαλύτερη ποικιλία σε αξεσουάρ και ανταλλακτικά στις καλύτερες τιμές της αγοράς



Δωρεάν Επίδειξη

Μπορείτε να δοκιμάσετε δωρεάν όλα μας τα είδη πάντα και παντού

Θεσσαλονίκη

Ανθέων 27, 566 26, Συκιές

T 2310 214 127 F 2310 214 590

Αθήνα

Φανερωμένης 50, 155 62, Χολαργός

T 210 82 56 748 F 210 82 56 782

info@orthostatical.gr



Smart chair !

Το επαναστατικό Smart Chair !!!
Το νέο πτυσσόμενο ηλεκτροκίνητο αμαξίδιο Smart Chair είναι γεγονός και διατίθεται αποκλειστικά από την Orthostatical !
Με βάρος μόλις 20kg, το Smart Chair κλείνει πολύ εύκολα με μια κίνηση !

Δείτε περισσότερα στην ιστοσελίδα μας, www.orthostatical.gr



QUICKIE Rumba

«Το νέο πτυσσόμενο, οικονομικό ηλεκτροκίνητο αμαξίδιο»



QUICKIE Tango

«Υψηλή τεχνολογία σε προσιτή τιμή»



QUICKIE Salsa

«Το απόλυτο αμαξίδιο για μέσα και έξω από το σπίτι σας»

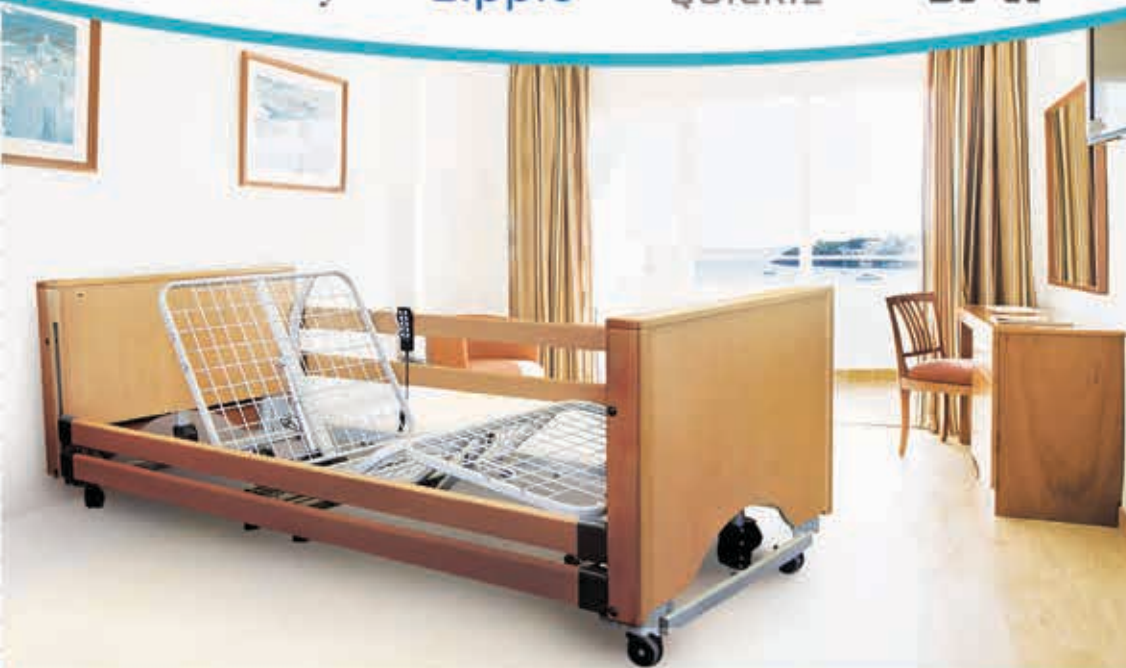
Breezy®

zippie

QUICKIE

JAY®

Χορηγούνται από τον ΕΟΠΥΥ



Ηλεκτρικό κρεβάτι BeFree 5 κινήσεων

Διαστάσεις εξωτερικές
2125mm *1025mm

Διαστάσεις εσωτερικές
1980mm *900mm

5 μοτέρ linak
ξύλινη επένδυση

5 ανακλίσεις

Μέγιστη αντοχή βάρους
170kg



Χρόνια Πολλά και Καλές Πιορτές



Συμμετοχή σε Προγράμματα Άσκησης; Αλήθεια Γιατί; ΜΕΡΟΣ 2^ο

Ισορροπία και δυσκολίες στη βάδιση

Τα άτομα με Σκλήρυνση Κατά Πλάκας αντιμετωπίζουν συχνά προβλήματα στην ισορροπία, και υπάρχουν διάφοροι λόγοι για αυτό. Αλλαγές στην αίσθηση, προβλήματα όρασεως και προβλήματα που σχετίζονται με βλάβες του εγκεφάλου ή της Σπονδυλικής Στήλης επηρεάζοντας την ισορροπία κάποιου. Αυτό μπορεί να προκαλέσει προβλήματα στη Βάδιση, καθώς και απώλεια της δύναμης στα πόδια, μυϊκή δυσκαμψία, τρόμο ή σπαστικότητα.

Τα Προγράμματα Φυσιοθεραπείας τα οποία είναι προσεκτικά σχεδιασμένα αποδεικνύεται ότι μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να βελτιώσουν την ισορροπία και την ικανότητα στη Βάδιση. Γι' αυτό το λόγο πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη βαρύτητα στη Διάταση, την ενίσχυση της Δύναμης και τη στάση του σώματος. Έρευνες δείχνουν ότι τα θετικά αποτελέσματα της Άσκησης παύουν να είναι ωφέλιμα εάν το πρόγραμμα άσκησης σταματήσει. Για τη διατήρηση των βελτιώσεων που θα έχουν επιτευχθεί, ο φυσιοθεραπευτής μπορεί να σας παρέχει ασκήσεις που μπορείτε να συνεχίσετε κατά τη διάρκεια των ιατρικών σας ελέγχων, μόνοι σας ή και με βοήθεια.

Μερικοί άνθρωποι αισθάνονται ότι οι ασκήσεις που εστιάζονται στην ισορροπία και τον έλεγχο της αναπνοής συμβάλουν ευεργετικά στη βελτίωση της βάδισης και της ισορροπίας. Δημοφιλή παραδείγματα είναι η προσαρμοσμένη αερόβια άσκηση, η Yoga, το Tai Chi και το Pilates. Κλινικές μελέτες έχουν βρει κάποια οφέλη από την μέθοδο του Tai Chi, συμπεριλαμβανομένης της

βελτίωσης στην ταχύτητα της Βάδισης.

Μια μικρή μελέτη που εξέτασε την επίδραση του Pilates όσον αφορά το κέντρο στήριξης των ατόμων με Σκλήρυνση κατά Πλάκας διαπίστωσε ότι βελτίωσε την ισορροπία και την κινητικότητα, ενώ γενικά δεν προκάλεσε στους συμμετέχοντες κανένα σοβαρό πρόβλημα. Παρόλα αυτά πρέπει να είστε προσεκτικοί με τις αρθρώσεις ή τους μυς, όταν κάνετε ασκήσεις όπως το Tai Chi. Υπαίθριο περπάτημα και αερόμπικ μπορεί επίσης να βοηθήσουν στην ισορροπία.

Μυϊκοί σπασμοί και Κύφωση

Οι μυϊκές συσπάσεις και η Κύφωση επηρεάζει σχεδόν το 50 τοις εκατό των ανθρώπων με Σκλήρυνση Κατά Πλάκας, αν και τα αποτελέσματα διαφέρουν από άτομο σε άτομο. Τουλάχιστον το 20 τοις εκατό των ατόμων αυτών θα εμφανίσουν συμπτώματα μυϊκών σπασμών. Η Φυσιοθεραπεία, συμπεριλαμβάνει Διατατικές Ασκήσεις και ένα μεγάλο εύρος κινητικών Ασκήσεων/κινησιοθεραπεία καθώς αποτελούν ένα βασικό μέρος για τη θεραπεία και αντιμετώπιση των συμπτωμάτων αυτών. Πρόκειται για ήπιες διατάσεις που κινούν κάθε Άρθρωση όσο το δυνατόν σε όλες τις κατευθύνσεις. Συνήθεις καθημερινές δραστηριότητες δεν συμπεριλαμβάνουν το πλήρες εύρος της κίνησης των αρθρώσεων.

Η εξατομικευμένη προσαρμοσμένη άσκηση μπορεί επίσης να βελτιώσει την ευλυγισία σας και να μειώσει την μυϊκή ακαμψία. Οι έρευνες έχουν διαπιστώσει οφέλη από την εφαρμογή της Άσκησης σε διάφορους τομείς συμπεριλαμβανομένης και του συμπτώματος της μυϊκής ακαμψίας.

Προβλήματα της ουροδόχου κύστης και του εντέρου

Τα Άτομα με Σκλήρυνση Κατά Πλάκας μπορούν να βιώσουν μια ποικιλία από προβλήματα της ουροδόχου κύστης. Με την εφαρμογή Ασκήσεων στην πυελική περιοχή τα προβλήματα του εντέρου είναι λιγότερο συχνά, με τη συμμετοχή σε προσαρμοσμένα προγράμματα άσκησης μεγάλο αριθμός των ατόμων με ΣΚΠ είναι σε θέση να ελέγχουν τη λειτουργία του εντέρου τους. Μια μελέτη διαπίστωσε ότι οι άνθρωποι με ΣΚΠ είχαν βελτιώσει τις λειτουργίες του εντέρου, μετά από μια σειρά συνεδριών 15-εβδομάδων με τη χρήση της αερόβιας προπόνησης.

Χαμηλή διάθεση, άγχος και κατάθλιψη

Η ΣΚΠ μπορεί να επηρεάσει τα συναισθήματά σας, καθώς και το σώμα σας. Εάν προκύψουν προβλήματα όπως χαμηλή διάθεση, άγχος ή κατάθλιψη, η άσκηση μπορεί να βοηθήσει. Η τακτική Αεροβική Άσκηση έχει αποδειχθεί ότι είναι ιδιαίτερα ευεργετική προσφέροντας ήπια ανακούφιση και αντιμετώπιση της Κατάθλιψης. Η συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης έχει αποδειχθεί επίσης ότι προσφέρει κοινωνικά και συναισθηματικά πλεονεκτήματα. Συν τοις άλλοις, μπορείτε να διαπιστώσετε ότι η άσκηση είναι μια καλή ευκαιρία να γνωρίσετε νέους ανθρώπους.

Πως μπορώ να προσαρμόσω την Άσκηση στη Ζωή μου

Η άσκηση για να είναι αποτελεσματική πρέπει να αποτελεί μόνιμο κομμάτι στη ζωή σας. Ως εκ τούτου είναι σημαντικό να βρεθούν οι σω-

στές δραστηριότητες και ασκήσεις για σας - να ταιριάζουν με τις επιθυμίες σας, τον τρόπο ζωής και τις φυσικές σας ανάγκες. Καθώς θα διερευνάτε διαφορετικά αθλήματα και δραστηριότητες, μπορείτε να θέσετε στον εαυτό σας τις ακόλουθες ερωτήσεις:

Πότε είναι η καλύτερη ώρα για μένα να συμμετέχω στην Άσκηση; Τα συμπτώματα που προκύπτουν από τις παρενέργειες των φαρμάκων μπορεί να ποικίλλουν κατά τη διάρκεια της ημέρας, οπότε ίσως χρειαστεί να επανεξετάσετε το σχεδιασμό της άσκησης.

Τι με παρακινεί; Μερικοί άνθρωποι προτιμούν τον ανταγωνιστικό αθλητισμό, ή την άσκηση σε ομάδα. Άλλοι πάλι λειτουργούν καλύτερα ατομικά, για την επίτευξη προσωπικών στόχων.

Υπάρχει ικανοποιητική πρόσβαση στις εγκαταστάσεις σύμφωνα με τις Ανάγκες μου; Όπως επίσης και δυνατότητα πρόσβασης στα αποδυτήρια, το χώρο του γυμναστηρίου ή τις αίθουσες εκγύμνασης, καθώς και επάρκεια μεταφοράς από και προς το χώρο; Εθελοντικές ομάδες, όπως η τοπική κοινότητα για τη ΣΚΠ είναι σε θέση να σας προσφέρει βοήθεια.

Ποιο είναι το κόστος; Ορισμένες δραστηριότητες προσφέρονται δωρεάν, αλλά αν επιθυμείτε να ενταχθείτε σε Προγράμματα Αίθουσας, αθλητικούς συλλόγους, η χρειαστείτε ειδικά ρούχα ή εξοπλισμό, θα ήταν φρόνιμο να ελέγχετε προσεκτικά το κόστος. Υπάρχει βέβαια και η δυνατότητα συμμετοχής σας σε προγράμματα Άσκησης χαμηλότερου κόστους στην περιοχή σας, που να συνδέονται ίσως με τις προσφορές σε προγράμματα άσκησης της Ελληνικής Εταιρείας για τη ΣΚΠ. Και να θυμάστε ότι η ποιότητα της αποτελεσματικής

άσκησης δεν συνδέεται με το υψηλό κόστος.

Εάν τα συμπτώματα της Σκλήρυνσης κατά Πλάκας δείχνουν να αλλάζουν, ίσως χρειαστεί να πραγματοποιήσετε προσαρμογές στις Ασκήσεις. Ωστόσο, εάν αισθάνεστε ότι είστε σε θέση να συνεχίσετε ως έχει, τότε δεν κρίνεται αναγκαίο να σταματήσετε ή να προβείτε σε αλλαγές. Ακούστε το σώμα σας - είναι πολύ σημαντικό να λειτουργείτε ρεαλιστικά. Μια μη ρεαλιστική άσκηση μπορεί να προκαλέσει ματαίωση και ενεργειακή-υπονόμευση και στην πραγματικότητα να σας απομακρύνει από στόχους και κίνητρα. Αντίθετα, αν βρείτε κάτι που λειτουργεί καταληκτικά σε σας, μπορεί να αποτελέσει πηγή έμπνευσης και αναζωογόνησης.

Μπορεί να υπάρχουν πολλοί λόγοι οι οποίοι παρεμποδίζουν την εκτέλεση των Ασκήσεων και τη δραστηριότητα γενικότερα, σε αυτή την περίπτωση προτείνεται ο περιορισμός της δραστηριότητας. Εάν αντιμετωπίσετε συμπτώματα υποτροπής της νόσου δεν θα πρέπει να προσπαθείτε να συνεχίσετε την άσκηση μέχρι τα συμπτώματα να υποχωρήσουν. Ο φυσιοθεραπευτής με τον εξειδικευμένο γυμναστή μπορούν να σας καθοδηγήσουν ώστε να διατηρήσετε το μυϊκό τόνο και την κινητικότητα μετά την υποτροπή, και να σας βοηθήσουν να ενταχθείτε και πάλι σε μια ρουτίνα - μια διαδικασία γνωστή ως «αποκατάσταση».

Τα συμπτώματα της ΣΚΠ μπορεί να αλλάζουν από μέρα σε μέρα, όπως και να διατηρούνται για μεγάλα

χρονικά διαστήματα. Αν παρατηρήσετε οποιαδήποτε αλλαγή στα συμπτώματα, ή αν εμφανιστούν νέα, μπορεί να χρειαστεί να πραγματοποιηθεί προσαρμογή σύμφωνα με το πόσα μπορείτε να κάνετε. Για παράδειγμα, εάν έχετε μια εβδομάδα ή δύο όπου η κόπωση επιδεινώνεται σε σχέση με τα κανονικά επίπεδα, μπορείτε να αποφασίσετε να ξεκουραστείτε λίγο περισσότερο και να ασκηθείτε λίγο λιγότερο - να συντηρήσετε την ενέργεια για άλλες εργασίες. Αν αυτό συνεχιστεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, ο φυσιοθεραπευτής με τον εξειδικευμένο γυμναστή μπορούν να σας προτείνουν νέους τρόπους άσκησης έτσι ώστε να μπορείτε να παραμένετε ακμαίοι φυσικά, παρά την κούραση.

Θυμηθείτε ότι μπορεί επίσης να υπάρχουν κάποιοι λόγοι ανεξάρτητοι από την ΣΚΠ που μπορεί να σας αποτρέψουν από την άσκηση. Για παράδειγμα, αν σας πιάσει ένα κρύωμα. Είναι πολύ καλύτερο να ξεκουραστείτε και να ανακτήσετε τις δυνάμεις από την εξάντληση του κρυώματος αντί να πιέζετε τον εαυτό σας σε δύσκολες καταστάσεις.

Οποιοσδήποτε και να είναι ο λόγος για τον οποίο κάνετε ένα διάλειμμα από την Άσκηση, θυμηθείτε ότι για να ξεκινήσετε και πάλι χρειάζεται αργό και σταθερό ρυθμό. Αν χρειαστεί θέστε αρχικά χαμηλότερους στόχους, και δημιουργήστε σταδιακά ένα επίπεδο που μπορείτε να διαχειριστείτε ρεαλιστικά.

Δρ. Βασιλική Γαροπούλου

Καθηγήτρια Ειδικής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού M.Sc., Ph.D. - Halliwick Instructor
Επιστημονική Συνεργάτης Α' Πανεπιστημιακής
Νευρολογικής Κλινικής, ΑΧΕΠΑ
Επιστημονική Συνεργάτης Ελληνικής Εταιρείας για τη ΣΚΠ

Μεταδιδακτορική φοιτήτρια Α.Π.Θ. Τομέας Νευροεπιστημών-Αποκατάστασης

Μπέλλα Μαρία

Καθηγήτρια Ειδικής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
M.Sc. Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής ειδικευση - Τομέας Ψυχοκινητικής



Είναι σημαντικός ο τρόπος εκτέλεσης μίας άσκησης;

Μία πολύ συχνή ερώτηση που δέχεται ένας φυσικοθεραπευτής, από τον ασθενή του, είναι το κατά πόσο είναι σημαντικός ο τρόπος που εκτελείται μία άσκηση ή μία κίνηση. Η απάντηση είναι ναι. Αναμφισβήτητα το πρώτο μέλημα είναι ο ασθενής να κινείται αρκετά στην καθημερινότητά του, καθώς αυτό συμβάλει στο να διατηρεί υψηλά επίπεδα μυϊκής δύναμης, αντοχής, ελαστικότητας και φυσικά να πραγματοποιεί με επιτυχία τις λειτουργικές του δραστηριότητες. Σε δεύτερο χρόνο όμως, η βελτίωση της κινητικότητας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τον τρόπο που κινούμαστε, οπότε και από τον τρόπο που εκτελούμε μία άσκηση ή μία λειτουργική δραστηριότητα, όπως π.χ. το σήκωμα από μία καρέκλα.

Η ερώτηση που μπορεί να προκύπτει τώρα, είναι με ποιο τρόπο επηρεάζει ο τρόπος που σηκώνομαστε από μία καρέκλα τους παράγοντες κινητικότητας, όπως τη δύναμη και την ελαστικότητα. Αν παρατηρήσουμε προσεκτικά γύρω

μας άτομα που σηκώνονται από μία καρέκλα, ίσως προσέξουμε πως υπάρχουν πάρα πολλοί τρόποι για να πραγματοποιηθεί αυτή η δραστηριότητα. Κάποιοι, για παράδειγμα, χρησιμοποιεί τα χέρια του, ενώ κάποιος άλλος όχι. Αυτό είναι φυσιολογικό. Παρόλα αυτά, έχει βρεθεί πως κάθε τρόπος κίνησης δραστηριοποιεί διαφορετικές μυϊκές ομάδες του σώματος ή τις ίδιες μυϊκές ομάδες με διαφορετικό τρόπο. Κατά αυτό τον τρόπο, αλλάζοντας τον τρόπο που εκτελούμε μία λειτουργική δραστηριότητα ή άσκηση, είναι εφικτό να στοχεύσουμε σε πιο αδύναμες μυϊκές ομάδες ή ακόμα να αυξήσουμε το εύρος κίνησης μίας άρθρωσης.

Αυτή είναι πολύ συχνά και η προτεραιότητα σε ομαδικά προγράμματα άσκησης, που απευθύνονται σε άτομα με πολλαπλή σκλήρυνση.

Αυτά τα προγράμματα περιλαμβάνουν κυρίως

την εκτέλεση καθημε-

ρινών κινήσεων, όπως το σήκωμα από μία καρέκλα ή τη μεταφορά από μία καρέκλα σε μία άλλη. Ο στόχος είναι οι κινήσεις αυτές να πραγματοποιούνται με συγκεκριμένο τρόπο ώστε να επιτυγχάνεται, μέσα από την επανάληψη, ένα θεραπευτικό αποτέλεσμα. Οπότε γίνεται σαφές πως ο τρόπος που κινούμαστε καθημερινά αποτελεί τμήμα της κινητικής θεραπείας. Κατά συνέπεια, ο ασθενής θα πρέπει, μέσα σε όρια ασφαλείας, να εξασκεί αυτές τις κινήσεις σε καθημερινή βάση, ώστε να διατηρεί ή και να βελτιώνει την κινητικότητά του.

Στο τμήμα Αττικής, συνεχίζεται και φέτος το τμήμα ομαδικής θεραπευτικής άσκησης, που βασίζεται, όπως αναφέρθηκε παραπάνω, στην εξάσκηση καθημερινών κινήσεων, υπό επίβλεψη. Η συνάντηση γίνεται κάθε Τετάρτη και η παρακολούθηση είναι φυσικά δωρεάν.

Κώστας Κυπριώτης

Φυσικοθεραπευτής PT, MSc, IBITAIC
Εκπαιδευτής IMTT®





ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

είμαστε κοντά σας, μπορούμε να βοηθήσουμε

Παν. Χαραλαμπάκη 3 & Κορ. Κωνσταντικάκη, 55132, Αγ. Ιωάννης, Καλαμαριά-Θεσσαλονίκη
Τηλ: 2310-949909, 9469672, fax 2310-949909, e-mail: info@gmss.gr

Θεσσαλονίκη, 15 Δεκεμβρίου 2014

Αριθμ. Πρωτ. 811/14

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ

Μετά από απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου της Εταιρίας και σύμφωνα με το καταστατικό της, καλούνται τα μέλη της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας σε τακτική Γενική Συνέλευση, το Σάββατο 14 Φεβρουαρίου 2015, στην έδρα της Εταιρίας, Π. Χαραλαμπίδη 3, Θεσσαλονίκη, στις 11:00 π.μ. με θέμα:

1. Οικονομικός Απολογισμός 2014

2. Έκθεση Εξελεγκτικής Επιτροπής 2014

3. Έγκριση Δράσεων του Δ.Σ.

4. Απολογισμός 2014

5. Ετήσιος Προϋπολογισμός 2015

6. Προκήρυξη Εκλογών για μέλη του Δ.Σ., Εξελεγκτικής Επιτροπής και Τριμελών Τοπικών Επιτροπών

7. Εκλογή Εφορευτικής Επιτροπής

Δικαίωμα συμμετοχής στην Γενική Συνέλευση
έχουν τα οικονομικώς τακτοποιημένα μέλη της Εταιρίας.

Σε περίπτωση μη επίτευξης απαρτίας την η Γενική Συνέλευση, σύμφωνα με το καταστατικό, θα επαναληφθεί την **Κυριακή 15 Φεβρουαρίου 2015**, την στην έδρα της Εταιρίας,

Π. Χαραλαμπίδη 3, Θεσσαλονίκη, στις 11:00 π.μ..

Οι υποψηφιότητες πρέπει να υποβληθούν μέχρι **28/02/2015** με συστημένη επιστολή στην έδρα της Ε.Ε.Σ.Κ.Π. (Π. Χαραλαμπίδη 3 - Αγ. Ιωάννης, Καλαμαριά, τκ. 55132, Θεσσαλονίκη).

για το Δ.Σ.

ο Πρόεδρος

Αναστάσιος Ωρολογάς
Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ

η Γεν. Γραμματέας

Καλογιάννη Δήμητρα

Πετυχημένη ημερίδα για τη ΣΚΠ στην κλινική ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ στο Λαζοχώρι

«Νευροψυχιατρικές εκδηλώσεις στη ΣΚΠ»

ήταν το θέμα για το οποίο υπήρξε ενημερωτική ειδήση από την ελληνική Εταιρία για τη Σκλήρυνση κατά πλάκας, σε εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε το Σάββατο στις 11 το πρωί στην Κλινική «ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ» στο Λαζοχώρι Βέροιας.

Ο κ. **Σίμος Δερές**, Νευρολόγος - Ψυχίατρος και Διευθυντής της Κλινικής «ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ», ευχαρίστησε τους συμμετέχοντες στην εκδήλωση, επισημαίνοντας προς αυτούς πως «θα περιορισθούμε στο επίπεδο της ενημέρωσης για τη Σκλήρυνση κατά πλάκας και θα προσπαθήσουμε να δώσουμε όσες περισσότερες πληροφορίες μπορούμε». Κατόπιν παρουσίασε τους ομιλητές, οι οποίοι - κατά σειρά ήταν: Ο κ. **Ωρολογάς Αναστάσιος**, καθηγητής Νευρολογίας Πρόεδρος της ΕΕΣΚΠ, Διευθυντής Α' Νευρολογικής Κλινικής ΑΠΘ, η κ. **Χριστοδουλάρα Ρωξάνη**, Ψυχίατρος, και ο κ. **Ευαγγελάτος Νίκος**, Ψυχίατρος.

Π. Ισαακίδης: «Η Σκλήρυνση κατά πλάκας μας αγγίζει όλους»

Χαιρετίζοντας την εκδήλωση, ο παρευρεθείς πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Ημαθίας, κ. **Πρόδρομος Ισαακίδης**, σημείωσε ότι «η σκλήρυνση κατά πλάκας είναι ένα πρόβλημα κοντά στη γειτονιά μας. Το έχουμε δίπλα μας και μη λέμε.. εμάς δεν μας αγγίζει. Ο κ. **Ωρολογάς Αναστάσιος**, που υπήρξε πρώτος ομιλητής στην εκδήλωση, αφού επεσήμανε ότι «η ΣΚΠ είναι

μία ασθένεια, που αυξάνει χρόνο με το χρόνο, χωρίς να ξέρουμε τους λόγους», αναφέρθηκε στο ρόλο της Ελληνικής Εταιρείας Σκλήρυνσης κατά πλάκας. Η κ. **Χριστοδουλάρα Ρωξάνη**, αμέσως μετά μίλησε για τις ψυχικές διαταραχές σε άτομα που πάσχουν από σκλήρυνση κατά πλάκας και εν συνεχεία ο κ. **Νίκος Ευαγγελάτος** αναφέρθηκε στις Νευροψυχολογικές διαταραχές στην πολλαπλή Σκλήρυνση κατά πλάκας.

Σ. Δερές: «Τα τελευταία 20 χρόνια υπάρχει μια πιο αισιόδοξη πορεία στη ΣΚΠ»

Εν κατακλείδι, ο κ. **Σίμος Δερές** ενημέρωσε πως ο ίδιος μόνο με την ιδιότητα του Νευρολόγου - Ψυχίατρου σ' ένα νομό με 130.000 κατοίκους και σε σχέση με πριν από 40 χρόνια, που η ΣΚΠ είχε μια γρήγορη εξέλιξη επιφέροντας και μια γρήγορη εξέλιξη προς το θάνατο, τα τελευταία 20 χρόνια υπάρχει μια πιο αισιόδοξη πορεία στην ΣΚΠ. Και αυτό, όπως εξήγησε, οφείλεται στη γρήγορη διάγνωση και τα καινούργια φάρμακα που υπάρχουν τώρα και που κατάφεραν να καθυστερήσουν την αρνητική εξέλιξη. Οπότε και οι Νευρολόγοι - Ψυχίατροι, μπορούν να βοηθήσουν σ' έναν πολύ καλύτερο βαθμό στην περίπτωση αυτή.

Αν Ωρολογάς: «Μεγάλο λάθος να μην παίρνει κάποιος τα καινούργια φάρμακα»

Από την πλευρά του, ο κ. **Ωρολογάς** τόνισε το πόσο σημαντικό ρόλο παίζει τώρα το να υπάρχουν καινούργια φάρμακα για την αντιμετώπιση της ΣΚΠ, χαρακτηρίζοντας μάλιστα



«μεγάλο λάθος» να μην τα παίρνει (τα καινούργια φάρμακα) κάποιος. Ενημέρωσε ακόμα ότι υπάρχουν 12.000 άτομα με την ασθένεια αυτή σε όλη την Ελλάδα, τα οποία είναι κατανεμημένα και ότι η ΕΕΣΚΠ, που εδρεύει στη Θεσσαλονίκη, έκανε καλή δουλειά και παραμένει εκεί. Επιπλέον εξέφρασε την πεποίθησή του ότι με την ύπαρξη ενός κέντρου σαν και αυτό του Θεραπευτηρίου «ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ» του κ. Δερέ, πρόκειται να γίνουν αξιόλογες διαγνώσεις με το προσωπικό που έχει.

Ακολουθώντας ο κ. Ωρολογάς με μεγάλη χαρά απάντησε σε ερωτήματα που τέθηκαν από το ακροατήριο, το οποίο απαρτιζόταν από γιατρούς και νοσηλευτικό προσωπικό της Κλινικής «ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ», άλλους γιατρούς διαφόρων ειδικοτήτων και πολίτες, ενώ με τη λήξη της εκδήλωσης προσφέρθηκε ελαφρύ γεύμα στο χώρο. Τέλος να αναφερθεί ότι έργα ζωγραφικής της Δημιουργικής ομάδας ασθενών της Κλινικής «ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ» κοσμούν τους τοίχους της αίθουσας εκδηλώσεων του θεραπευτηρίου, τα οποία και απέσπασαν τα ευμενή σχόλια όλων των παρευρισκομένων κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης.

Παύλος Τουτουντζίδης
ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΒΕΡΟΙΑΣ

Η Εταιρία μας γίνεται πηγή πληροφοριών σε Γερμανούς ασθενείς.

Πέρυσι τον Οκτώβριο, κλιμάκιο της Εταιρίας μας είχε μεταβεί στο συνέδριο της Διεθνούς Ομοσπονδίας για την ΣΚΠ στο Βερολίνο. Εκεί, πέρα από την παρακολούθηση των εργασιών του συνεδρίου, υπήρξαν και πολλές γνωριμίες με εκπροσώπους άλλων χωρών, όπως και αλληλοπληροφόρηση για διάφορα θέματα. Λίγους μήνες μετά, λάβαμε στο mail της Εταιρίας μας μία παράκληση από την κυρία Rausch, η οποία μας παρακαλούσε να την πληροφορήσουμε για τις δυνατότητες που υπάρχουν, προκειμένου Γερμανοί ασθενείς με ΣΚΠ να επισκεφτούν την χώρα μας και να απολαύσουν τις ομορφιές της. Επίσης, ζητήθηκαν πληροφορίες για το Εθνικό Σύστημα Υγείας της χώρας μας και τις δυνατότητες περίθαλψης σε επισκέπτες-τουρίστες στην χώρα μας.

Όλες αυτές οι πληροφορίες θα δημοσιεύονταν στο περιοδικό Lidwina, το οποίο απευθύνεται σε ασθενείς με ΣΚΠ και ο σκοπός ήταν να γίνουν το εφελτήριο για την διοργάνωση μιας εκδρομής στην χώρα μας.

Η Ελληνική Εταιρία για την ΣΚΠ ανταποκρίθηκε άμεσα και ανέθεσε στους Κώστα Μιχαλάκη, Ερικαίτη Φίντζου και Ευτυχία Μπαλογιάννη να συγκεντρώσουν πληροφορίες που αφορούσαν προσπελασιμότητα, μεταφορές, προορισμούς, δυνατότητες περίθαλψης σε πόλεις αλλά και τουριστικούς προορισμούς της χώρας μας.

Αποτέλεσμα όλης αυτής της προσπάθειας ήταν ένα μικρό αλλά κατατοπιστικό αρθράκι, το οποίο στάλθηκε στην αγγλική γλώσσα, θα μεταφραστεί στην γερμανική και θα δημοσιευτεί στο περιοδικό σύντομα.

Περιμένουμε με αγωνία όχι μόνο να δούμε δημοσιευμένο το άρθρο μας, αλλά και να υποδεχτούμε τους Γερμανούς φίλους μας σύντομα στην Ελλάδα και να τους ξεναγήσουμε στην πανέμορφη χώρα μας.

Ευτυχία Μπαλογιάννη



Ενημερωτική εσπερίδα



Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε η ενημερωτική εσπερίδα της Ε.Ε.Σ.Κ.Π στο Λαογραφικό - Εθνολογικό Μουσείο με θέμα :

«Σύγχρονες θεραπευτικές εξελίξεις στην ΣΚΠ» την Κυριακή 19 Οκτωβρίου. Μετά το καλωσόρισμα του κ. **Σκαμπάλη**, Προισταμένου Διεύθυνσης ΛΕΜΜ-Θ, ο κ. **Ωρολογάς** και ο κ. **Γρηγοριάδης** μας ενημέρωσαν για τα νέα θεραπευτικά δεδομένα στη θεραπεία της Πολυλαπλής Σκλήρυνσης, ακολουθήσαν ερωτήσεις του κοινού και ξενάγηση στους χώρους του Μουσείου. Στη συνέχεια ακολούθησε μπουφές στον όμορφο κήπο του Μουσείου. Η εκδήλωση ήταν μια ευγενική χορηγία της εταιρίας Γένεσις Φάρμα.



«Ζωγραφίζω – νοιάζομαι»:

Χριστουγεννιάτικο Μπαζάρ Κοινωνικής Αλληλεγγύης!

Για μια ακόμη χρονιά το Εργαστήρι Καλών Τεχνών Τζεζνανίδου (tzenanidou.gr) διοργάνωσε με μεγάλη επιτυχία το Σάββατο 6 Δεκεμβρίου το Χριστουγεννιάτικο Μπαζάρ Κοινωνικής Αλληλεγγύης, όπως γίνεται τα τελευταία 15 χρόνια. Τα έργα τέχνης που έχουν δημιουργήσει οι μικροί και μεγάλοι μαθητές του εργαστηρίου, πωλήθηκαν στο Μπαζάρ με τίτλο «Ζωγραφίζω-Νοιάζομαι» ώστε τα έσοδα να διατεθούν για τους σκοπούς της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας.



Ένας δύσκολος αποχαιρετισμός

Η είδηση για τον χαμό της Αλεξίας Αλεξιάδου ήταν μια απροσδόκητη, όσο και δυσάρεστη είδηση. Πολλά έχουν γραφεί και ακουστεί στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης για την ίδια, τον τρόπο θανάτου της και πολλές άλλες λεπτομέρειες, αρκετές από τις οποίες αγγίζουν τα όρια του αναξιοπρεπούς κουτσομπολιού. Σίγουρα δεν έχει νόημα να επαναλάβω το βιογραφικό της Αλεξίας, ή να χύσω τα κροκοδείλια δάκρυα που έχυναν οι κυρίες των μεσημεριανών εκπομπών, με το βαμμένο νύχι και το φτιαγμένο μαλλί.

Θέλω να αποχαιρέτισω μια κοπέλα που έχω δει μόνο μια φορά στην ζωή μου, αλλά την συμπάθησα σχεδόν αμέσως. Ήταν την ημέρα που γιορτάζαμε την παγκόσμια ημέρα για την σκλήρυνση κατά πλάκας στην Αμερικάνικη Γεωργική Σχολή Θεσσαλονίκης, την 1η Ιουνίου 2014, αν θυμάμαι καλά. Μου είχαν πει ότι θα έρθει η Αλεξία Αλεξιάδου με την Βέφα, για να μας παρουσιάσουν εύκολες και νόστιμες συνταγές μαγειρικής που βοηθούν.

Πραγματικά ήρθε η Αλεξία με την Βέφα, μόνο που δεν ήταν η γνωστή Βέφα, αλλά...η εγγονή της, ένα δεκάχρονο πιτσιρίκι που σχεδόν αμέσως έτρεξε στα παζλ που έφτιαχναν και άλλα παιδιά, για να σχηματίσουν το σύνθημα της ημέρας. Η ίδια η Αλεξία, μια χαμογελαστή κοπέλα με σγουρά μαλλιά, πιο πολύ έφερνε στην αθωότητα της κόρης της, παρά στην σοβαροφάνεια μιας τηλεοπτικής περσόνας.

Θυμάμαι πώς χαιρέτησε όλους τους διοργανωτές της εκδήλωσης, χωρίς



κανένα τουπέ, από αυτά που χαρίζουν η τηλεόραση και η δημοσιότητα, ενώ πολύ σύντομα, βρέθηκε στον φυσικό της χώρο, δηλαδή στην κουζίνα! Δεν ήμουν παρών, είχα βλέπετε καθήκοντα στο προαύλιο, για να σας πω αν εξήγησε καλά τους τρόπους χειρισμού των κουζινικών και των συσκευών, μπορώ όμως να σας πω ότι κάποια στιγμή μπήκα κλεφτά μέσα στην αίθουσα με τα παρασκευασμένα φαγητά και τσίμπησα και κάτι. Σας βεβαιώνω λοιπόν ότι ήταν υπέροχο!

Η συνεργασία μας συνεχίστηκε στο προηγούμενο τεύχος του περιοδι-

κού μας, όπου υπήρχε μια ακόμη συνταγή-πρόταση της προς τα μέλη της Εταιρίας μας, ενώ σχεδιάζαμε να συνεχίσουμε την πολύ εύγευστη αυτή συνεργασία για πολύ καιρό ακόμη. Δυστυχώς, η ζωή τα έφερε έτσι ώστε να αποχαιρετούμε την Αλεξία εδώ, αντί να παρουσιάζουμε μια ακόμη δημιουργία της.

Αλεξία, καλό σου ταξίδι. Πολλά συλλυπητήρια στην οικογένεια σου και να ξέρεις ότι από το τόσο λίγο που σε γνώρισα, έχω κρατήσει τις καλύτερες εντυπώσεις.

Κώστας Μιχαλάκης

Ενημερωτική Ημερίδα με θέμα: «Σύγχρονη θεραπευτική αντιμετώπιση της ΣΚΠ»



Το Σάββατο 29 Νοεμβρίου 2014, πραγματοποιήθηκε στη Φλώ-

ρινα στην κατάμεστη αίθουσα του Φ.Σ.Φ. Αριστοτέλης, ενημερωτική ημερίδα με θέμα τη Σύγχρονη Θεραπευτική αντιμετώπιση της Σκλήρυνσης κατά Πλάκας.

Η ημερίδα ήταν μια συνδιοργάνωση της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας και της Α' Πανεπιστημιακής Νευρολογικής Κλινικής ΑΧΕΠΑ και πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα του Δήμου και του Ιατρικού Συλλόγου Φλώρινας. Με την παρουσία τους στην ημερίδα τίμησαν ο Αντιδήμαρχος κ. **Αριστείδου Άρης** και ο Πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Φλώρινας κ. **Κωνσταντίνιδης Σταύρος** που απήλυναν χαιρετισμό.

Το καλωσόρισμα των παρευρισκόμενων και την ενημέρωση για τις δράσεις της ΕΕΣΚΠ έκανε ο Αντιπρόεδρος της ΕΕΣΚΠ κ. **Κώστας Μιχαλάκης**.

Σκλήρυνση Κατά Πλάκας

Ο ιατρός-Νευρολόγος κ. **Ευάγγελος Τσούκας**, απευθύνθηκε στο κοινό που αποτελούνταν από ασθενείς-μέλη της ΕΕΚΣΠ, επαγγελματίες υγείας και Ειδικευμένους Ιατρούς-Νευρολόγους, κάνον-

τας μια εισαγωγή στην Σκλήρυνση κατά Πλάκας εξηγώντας τις βασικές παραμέτρους της νόσου, όπως τη συμπτωματολογία με την οποία αυτή εκφράζεται και την επίδραση που μπορεί να έχει στην καθημερινή ζωή του ασθενούς.

Η θεραπευτική αντιμετώπιση της ΣΚΠ- Παλαιές αγωγές που εφαρμόζονται και σήμερα

Ο Επίκουρος Καθηγητής Νευρολογίας κ. **Θωμάς Τέγος**, στην εισήγησή του αναφέρθηκε και παρουσίασε εκτενώς, όλες τις Φαρμακευτικές Αγωγές που έχουν κατά καιρούς χρησιμοποιηθεί για την αντιμετώπιση της ΣΚΠ και όπως χαρακτηριστικά επεσήμανε, παρόλη την εξέλιξη της έρευνας για νέες φαρμακευτικές αγωγές, δεν πρέπει να λησμονούμε και τις παλαιές και επί σειρά ετών δοκιμασμένες θεραπείες που υπάρχουν στο οπλοστάσιό μας στον αγώνα κατά της ΣΚΠ.

Τα νεότερα δεδομένα στη θεραπευτική αντιμετώπιση της ΣΚΠ

Ο Καθηγητής Νευρολογίας ΑΠΘ, Πρόεδρος ΕΕΣΚΠ και Διευθυντής Α' Πανεπιστημιακής Νευρολογικής Κλινικής ΑΧΕΠΑ κ. **Αναστάσι-**

ος Ωρολογάς, στην εισήγησή του έκανε λόγο για τις νέες θεραπευτικές εξελίξεις στη ΣΚΠ, παρουσιάζοντας τις φαρμακευτικές αγωγές που είναι πια διαθέσιμες στην Ελλάδα, αλλά και εκείνες που αναμένεται να λάβουν άδεια κυκλοφορίας στο κοιντό μέλλον.

Η ημερίδα έκλεισε με ανοιχτή συζήτηση των ομιλητών με το κοινό, όπου αναδείχθηκαν σημαντικοί προβληματισμοί των παρευρισκόμενων ασθενών και πολιτών επάνω σε θέματα υγείας, ασφαλιστικών και φαρμακευτικών καλύψεων, ενώ απαντήθηκαν και εξειδικευμένες ερωτήσεις που τέθηκαν στους ομιλητές.



Χρήσιμα Τηλέφωνα

Γραμμή υποστήριξης Copaxone:
2168001460

Σύμβουλοι υπηρεσίας «EXTAVIA» :
210 - 6300593, ώρα: 8.00 - 20.00

Γενικές Πληροφορίες «BETAFERON»:
210 5225867 (ώρες γραφείου)

Συμβουλευτική Υπηρεσία «AVONEX»
Βορείου Ελλάδος:
2310 334415 (ώρες γραφείου)

Συμβουλευτική Υπηρεσία «AVONEX»
Νοτίου Ελλάδος:
210 6891693 (ώρες γραφείου)

Γενικές Πληροφορίες «REBIF»:
800-11 44 44 22

Ιατρείο Σκλήρυνσης Κατά Πλάκας,
στο ΕΙΑΑ: 2102385849
(Δευτέρα 10:00 - 12:00, Dr. Πετροπούλου)

Ιατρείο Διαταραχών Μυϊκού Τόνου -
Σπαστικότητας, στο ΕΙΑΑ: 2102385849
(Τετάρτη 11:30 - 13:00, Dr. Πετροπούλου)

Ιατρείο Διαταραχών Μυϊκού Τόνου -
Σπαστικότητας, στο ΕΙΑΑ: 210 2385849
(Παρασκευή 12:00 - 13:00, κ. Α. Ραλίδη)

Ιατρείο Οστεοπόρωσης & Μεταβολικών
Νοσημάτων των Οστών, στο ΕΙΑΑ:
210 2385849 & 2314115 (Πέμπτη 9:30-
12:30, κ. Κ. Αθανασόπουλος)

Μονάδα Σεξουαλικής Αποκατάστασης
και Γονιμότητας Παραπληγικών,
στο ΕΙΑΑ:
210 2385849 (Πέμπτη 9:30 - 13:00, κ. Ν.
Τασιόπουλος)

Ιατρείο Σεξουαλικής Δυσλειτουργί-
ας, στην «ΠΟΛΥΚΛΙΝΙΚΗ ΑΘΗΝΩΝ»,
2105244694-8

Κινητή Οδοντιατρική Μονάδα (Για τις
περιοχές Πειραιώς και Νίκαιας),
210 4910817 & 4955559

Ιατρείο Πόνου Νοσοκομείο Πατησίων,
2102513345
Ιατρείο Πόνου Νοσοκομείο ΑΧΕΠΑ,
2310 993346 & 993111

Κέντρο Αναφοράς Σεξουαλικών Δυ-
σλειτουργιών, 2310 999099 & 993111

ΜΑΡΙΑ ΜΠΑΞΗ

ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

Είμαι παν έχως 2 κ. η έχω ανάρχη στο διεγερ-
τη για την καθαριότητα (αίμα) πένν
αλλά ανάρχη τετασία + έτοιο που παρουν
να καταλάβουν το γυαλί της

Στην αρχή ήταν, οηδή, κάποια γραφία όπου
παρουν να αυτ'ήεις κάποιες πληροφορίες
εχέτικα (ε) το δικαίωτά σου έχοντας αυτή την
ιδιότητα ποδου, καθώς + κάποιες πληροφορίες για
τη "Σκλήρυνση" της.

Όμως αυτό το πορτί από την εξέταση σε κάτι
πορτί (από το γι) και + δι'ημικό
το (ιδιότητα) γραφία και έχουν πορτί (από το γι) και
συνέπεια + για ολόκληρη αυτή για την παρτα της
όπου παρουν να αυτ'ήεις από το γι + να νιώδεις
την διαφορά που παρουν αυτό το γι και παρουν
πίνουμε του καφέ (ε) καινέρι ποδου (ε) και
εχέικα γυαλί (ε) καινέρι ποδου (ε) και
+ την κα (ε) καινέρι ποδου (ε) καινέρι ποδου (ε)
για οποιαδήποτε έρωτα ή παρουν (ε)
+ έρωτα (ε) καινέρι ποδου (ε) καινέρι ποδου (ε)
οδου (ε) + η υποστήριξη (ε) καινέρι ποδου (ε)

Για την Αθανασία

Στις 9 Οκτώβριου έφυγε από τη ζωή η αγαπημένη σε όλους μας,
Αθανασία Μπελλα.

Η Αθανασία μας ήταν ένας αξιαγάπητος, σεμνός άνθρωπος
όπου κοιτούσε κατάματα τη ζωή και την αντιμετώπιζε
με δύναμη και αξιοπρέπεια.

Δοσμένο ενεργό μέλος στην Εταιρία θα μείνει πάντα στην καρδιά μας.

Η τριμελής επιτροπή του γραφείου Αττικής
εκφράζει τα θερμά συλλυπητήρια
στην οικογένεια της για τον άδικο και πρόωρο χαμό της.

Ευχαριστήρια



Ευχαριστούμε την Οικογένεια
Ευαγγελίας Κρητικού για την
Δωρεά στο Σύλλογο μας εις
μνήμην του Συζύγου της ΓΕΩΡΓΙ-
ΟΥ ΔΑΦΕΡΕΡΑ



www.tapitokatharistiria.gr
Τηλ: 210 - 6021011

Ευχαριστούμε
τα ταπητοκαθα-
ριστήρια ΕΥΓΕ-
ΝΙΚΟΥ, για την
Δωρεά τους προς
τον σύλλογο μας και αμέριστη συ-
μπαράσταση τους.



www.stsdigitalcopy.gr
Τηλ: 210 96 81 116

Ευχαριστούμε
την STS Digital
Copy και τον κο
Ανδρέα Σπηλι-
οπουλο, για τη
δωρεά του και την ευαισθησία του
προς το σύλλογο μας .



Grant Thornton
An instinct for growth™

Ευχαριστού-
με την Εται-
ρεία Grant
Thornton

Ανώνυμη Εταιρεία Ορκωτών Ελε-
γκτών και Σύμβουλων Επιχειρήσε-
ων για τη δωρεά προς το σύλλογο
μας.

Πρόγραμμα υποστήριξης
και εκπαίδευσης ασθενών

AnoPlus

Τηλεφωνική γραμμή
επικοινωνίας **210 6793911**

Ωράριο λειτουργίας:
Δευτέρα με Παρασκευή
08:00-22:00

ΤΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ Σ.Κ.Π.

Θεσσαλονίκη

Παν. Χαραλαμπίκη 3 - Κορ. Κωνσταντι-
κάκη, Άγιος Ιωάννης
Τ.Κ.: 55132 Καλαμαριά - Θεσσαλονίκη
Τηλ: 2310 949909, 2310 949672,
Fax: 2310 949909,
e-mail: info@gmss.gr
(καθημερινά Δευτέρα-Παρασκευή
10:00-14:00)

Αθήνα

Λεωφ. Βουλιαγμένης 507 και
Λεωνιδίου, Ηλιούπολη 16341,
Γ' ΕΙΣΟΔΟΣ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ
τηλ.: 210 9946733 & fax: 210 9946169
(καθημερινά 10:00-15:00)
e mail: athens@gmss.gr

Αλεξανδρούπολη

Τηλ. & fax 25510 29264 (κυρία
Αγγελούδη Λαμπρινή)

Λάρισα

Τηλ: 6947 649001

Κρήτη

Σκεπετζή και Οικονομάκη, Μπεντεβή
Ηράκλειο
τηλ: 2810 327063

Κέρκυρα

Κουλίνες, Εργατικές Κατοικίες,
Τηλ. 2661040735

Πάτρα

Τηλ - Fax: 2610 - 997171

Το site στο internet είναι:
www.gmss.gr

Μπορείτε να μπείτε στην ανανεωμένη
ιστοσελίδα μας στο www.gmss.gr
και μιλήστε ζωντανά με άλλα μέλη,
γνωρίσετε νέους φίλους και συζητήστε
και ενημερωθείτε για θέματα που σας
απασχολούν!

FACEBOOK

αν κάποιος έχει profile στο facebook
μπορεί να αναζητήσει το group με
όνομα: gmss.gr να γίνει μέλος και να
προσκαλέσει και άλλα άτομα να γίνουν
μέλη!

**ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ ΤΗΝ ΕΤΗΣΙΑ
ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΣΑΣ (20€)**

Συμπληρώστε και κόψτε

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ

ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

Στείλτε την συνδρομή σας στην παρακάτω
διεύθυνση:

Παν. Χαραλαμπίκη 3 - Κορ. Κωνσταντικάκη,
Άγιος Ιωάννης Τ.Κ.: 55132 Καλαμαριά -
Θεσσαλονίκη

Τηλέφωνα επικοινωνίας :

2310 949909, 2310 949672

E-mail : info@gmss.gr

ΝΑΙ, θέλω να εγγραφώ μέλος στην

Ελληνική Εταιρία για τη Σ. Κ. Π.

ΝΑΙ, θέλω να ανανεώσω την εγγραφή μου
στην Ελληνική Εταιρία για τη Σ. Κ. Π.

☐

Αποστέλλω το ποσό των 35€
για εγγραφή και πρώτη ετήσια συνδρομή

☐

Αποστέλλω το ποσό των
ως οφειλόμενη συνδρομή
για τα έτη.....
(ετήσια συνδρομή 20 €)

☐

Αποστέλλω ως δωρεά
το ποσό των
* Μπορείτε να στείλετε τη δωρεά σας
με ταχυδρομική επιταγή από οποιοδήποτε
ταχυδρομείο

ΟΝΟΜΑ :

ΕΠΙΘΕΤΟ :

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ :

ΠΟΛΗ :

Τ.Κ. :

ΤΗΛΕΦΩΝΟ :

EMAIL :

Είμαι α) ασθενής

☐

β) συγγενής

☐

γ) φίλος

☐

δ) θεραπευτής

☐

ε) χορηγός-δωρητής

☐



Η αποκωδικοποίηση του DNA ανοίγει κάθε μέρα νέους δρόμους θεραπείας. Όσο η επιστήμη θα παράγει διαρκώς νέα γνώση, τα όρια της υγείας θα διευρύνονται. Το αδύνατο θα γίνεται κάθε μέρα πιο δυνατό.

Για εμάς στην GENESIS Pharma, η βιοτεχνολογία είναι ταυτόσημη με το μέλλον στο χώρο του φαρμάκου και με την ελπίδα για την ανθρώπινη ζωή. Γι' αυτό εστιάζουμε εκεί όλες μας τις δυνάμεις.

Ως η μόνη ελληνική φαρμακευτική εταιρεία με εξειδίκευση στη βιοτεχνολογία, επενδύουμε σε πρωτότυπες θεραπείες αιχμής της παγκόσμιας αγοράς φαρμάκου. Εργαζόμαστε καθημερινά για να διασφαλίσουμε στους Έλληνες ασθενείς άμεση πρόσβαση σε υψηλής τεχνολογίας φάρμακα για σπάνιες και σοβαρές παθήσεις.