ΤΕΥΧΟΣ 70 / ΜΑΡΤΙΟΣ 2013

ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο Φοίνικα
Αριθμός Άδειας 020005

PRESS POST X+7 PRESS POST

ΕΛΤΑ Hellenic Post

Ενημέρωση ΕΕΣΚΠ

Τριμηνιαία έκδοση της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας

Υποφέρετε από πόνους...

- στα πέλματα...;
- στα γόνατα...;
- στη μέση...;

τα ορθωτικά πέλματα της

ICB MEDICAL

θεραπεύουν & ανακουφίζουν!

OrthoTek
REVOLUTIONARY ORTHOPEDICS

ΣΥΛΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ Ρ.Ν.F.

ΘΕΣ/ΝΙΚΗ 6945950946
ΑΘΗΝΑ 6947443626
e-mail: sasterios@hol.gr

EDITORIAL

Αγαπητοί φίλοι,

Ήρθε η ώρα να γιορτάσουμε και πάλι την Παγκόσμια ημέρα για τη ΣΚΠ, η οποία θεσπίστηκε να γιορτάζεται την τελευταία Πέμπτη κάθε Μαΐου.

Η Ελληνική Εταιρία για τη ΣΚΠ, πιστή στο ραντεβού της με την Παγκόσμια Ομοσπονδία, θα διοργανώσει ms festival στις 2 Ιουνίου, στην Αμερικάνικη Γεωργική Σχολή Θεσσαλονίκης με πολλές και ποικίλες εκδηλώσεις. Στις Σελίδες του περιοδικού μας, αλλά και στην ιστοσελίδα μας, θα βρείτε το πλήρες πρόγραμμα των εκδηλώσεων. Σας περιμένουμε και θα χαρούμε να τα πούμε κι από κοντά, σε μια ευκαιρία όχι μόνο ενημέρωσης, αλλά και ψυχαγωγίας.

Κατά τα άλλα, στις σελίδες του περιοδικού μας θα βρείτε, όπως πάντα, ενδιαφέροντα θέματα που αφορούν όλους τους τομείς που αγγίζουν τη ΣΚΠ, άρθρα τα οποία μπορούν να φανούν χρήσιμα, όχι μόνο την περίοδο που γράφονται, αλλά και σε άλλες στιγμές, ακόμη και μετά από χρόνια. Το έχω ξαναγράψει, αλλά επειδή θεωρώ τη συμβουλή σωστή το επαναλαμβάνω: Δημιουργήστε κάπου στη βιβλιοθήκη σας έναν χώρο, όπου θα έχετε τα περιοδικά της Εταιρίας μας. Θα μπορείτε, όποια στιγμή χρειαστεί, να ανατρέχετε σε περιοδικά παλαιοτέρων ετών. Θα σας αναφέρω μια προσωπική εμπειρία: Ένας νεοδιαγνωσθείς φίλος, μου ζήτησε βοήθεια για ένα ειδικό θέμα. Μετά λοιπόν από μια μικρή…ανασκαφή, του έδωσα να διαβάσει ένα άρθρο του 2006, το οποίο τον βοήθησε πραγματικά πολύ.

Θα ήθελα, πριν σας ευχηθώ καλή αντάμωση στο ms festival, να σας ζητήσω να έχετε λίγη υπομονή, όσον αφορά τις κινήσεις της Εταιρίας προς το Κράτος. Είμαστε εδώ για να λαμβάνουμε παράπονα, διαμαρτυρίες, προβληματισμούς, και τα περιμένουμε όλα αυτά! Όμως, όπως καταλαβαίνετε, είναι δύσκολο να αντικαταστήσουμε τις δημόσιες υπηρεσίες, κι ακόμη πιο δύσκολο σε αυτή την εποχή της κρίσης. Αυτό που κάνουμε λοιπόν, είναι να συγκεντρώνουμε τα προβλήματα, να τα κωδικοποιούμε και να πράττουμε αναλόγως. Όλη αυτή η δύσκολη και εν πολλοίς αθόρυβη προσπάθεια θέλει τον χρόνο της. Περιμένουμε τη συμβολή σας, αλλά η ανυπομονησία κάνει κακό σε μεγάλο βαθμό, μερικές φορές μάλιστα καταστρέφει και ενέργειες που έχουν προηγηθεί.

Καλή αντάμωση!

Κώστας Μιχαλάκης, Φιλόλογος-Ιστορικός
Αντιπρόεδρος της ΕΕΣΚΠ

MS ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ MS

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

ΕΚΔΟΤΗΣ:
Α. Ωρολογάς, Κ. Μιχαλάκης,

ΠΡΟΕΔΡΟΣ:
Αναστάσιος Ωρολογάς

ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ:
Κωνσταντίνος Μιχαλάκης

Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ:
Δήμητρα Καλογιάννη

ΤΑΜΙΑΣ:
Ευστρατία Τσιρανίδου

ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΣΤΗΝ EMSP:
Δήμητρα Καλογιάννη

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
e-mail:info@locomosquito.gr

ΕΚΤΥΠΩΣΗ:
ΑΡΙΩΝ
τηλ: 2310 462.192-3

EDITORIAL	3
ΜΑ ΕΜΕΙΣ ΤΗΡΟΥΜΕ ΤΟΝ ΝΟΜΟ...	5 - 6
ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΗΜΕΡΙΔΑ (ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ)	7
ΑΓΓΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ	8 - 11
ΕΝΑΣ ΜΟΛΥΒΕΝΙΟΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΗΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΑΣ	14 - 15
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ	16 - 17
ΥΓΕΙΑ	18
ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΗΜΕΡΙΔΑ (ΚΑΒΑΛΑ)	19
MS FESTIVAL	20 - 21
AGENDA	22 - 23

ΤΟ ΠΑΡΟΝ ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΩΝΕΤΑΙ ΜΕ ΤΗΝ ΕΥΓΕΝΙΚΗ ΧΟΡΗΓΙΑ ΤΗΣ
MERCK SERONO

Μα εμείς τηρούμε τον νόμο…

Πόσες φορές δεν έχουμε ακούσει αυτά τα λόγια από μέλη επιτροπών, οι οποίοι λένε ότι δεν αμφισβητούν την πάθηση σου, αλλά αμφισβητούν ότι δικαιούσαι επιδόματος γιατί πάσχεις από μια ανίατη πάθηση αμφίβολης και απρόβλεπτης εξέτασης, αλλά…τι ατυχία, τη συγκεκριμένη μέρα και ώρα φαίνεσαι καλά και μάλιστα περπατάς. Ο νόμος σου λένε μιλάει για τετραπληγία/παραπληγία/παραπάρεση κι εσύ δεν έχεις. Οπότε, στο καλό παιδί μου και η Παναγιά μαζί σου… Είναι κι αυτή μια στάση. Νιώθεται, όπως θα έλεγε κι ο Ποιητής.

Όμως…για να δούμε λίγο καλύτερα ποιος ενδιαφέρεται για την εφαρμογή των νόμων, τι είναι δίκαιο, αλλά και ηθικό.

Άραγε πόσοι από όσους «τηρούν τον νόμο» γνωρίζουν ότι το σωτήριον έτος 2005 ψηφίστηκε το άρθρο 24 του ν. 3402/05:

1. Η Νόσος του νευρικού συστήματος με την αναφορά Σκλήρυνση κατά Πλάκας ή Απομυελυνωτική Νόσος του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος ή Νευρολοίμωξη ή Πολλαπλή Σκλήρωση, 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 καθορί-

ζεται 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.

Όπως πολύ καλά θα γνωρίζετε, το κράτος και οι εκπρόσωποι του δεν έχουν κάνει τίποτα για να υπογραφούν τα αναγκαία διατάγματα και αποφάσεις, οι οποίες θα βοηθήσουν τους ανθρώπους με ΣΚΠ. Πώς θα το ονόμαζε άραγε κάποιος νομικός τη μη τήρηση/εφαρμογή ψηφισμένου νόμου;

Ας πάμε επίσης παρακάτω. Όντως, ο ν.3232/04 προβλέπει ότι το επίδομα παραπληγίας το δικαιούνται οι ασθενείς με ΣΚΠ, στους οποίους υπάρχει παραπληγία ή τετραπληγία. Αφήνω το γεγονός ότι ο νόμος προβλέπει να δικαιούνται οι ασθενείς κάτι που έτσι κι αλλιώς δικαιούνταν, αλλά θα ήθελα να επισημάνω ότι ακριβώς επειδή ο νόμος μπέρδευε τις επιτροπές, έπρεπε να υπάρξει κάποια διευκρίνιση. Έτσι, 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 αμφοτετράπλευρης πυραμιδικής συνδρομής».

Άραγε, όσοι συμμετέχουν στις επιτροπές γνωρίζουν και την παραπάνω γνωμοδότηση; Έλα όμως που υπάρχει και συνέχεια…

Αν λοιπόν διαβάσει κανείς τις οδηγίες του κανονισμού αναπηρίας που ισχύει θα δει ότι τα κύρια και συνήθη κλινικά ευρήματα είναι: «Πυραμιδικές εκδηλώσεις-ορθοκυστικές διαταραχές-διαταραχές της οράσεως-διαταραχές της αισθητικότητας-παρεγκεφαλιδικές διαταραχές και διαταραχές από την ψυχική σφαίρα.»

Γιατρός δεν είμαι φυσικά, ούτε θέλω να υποκαταστήσω την ιατρική επιστήμη, όμως τόσα χρόνια που παρακολουθώ ομιλίες, σεμινάρια και συνέδρια για τη ΣΚΠ, έχω ακούσει ότι η κόπωση είναι ένας πολύ συχνός παράγοντας στη ΣΚΠ, ενώ το άγχος και η αβεβαιότητα για το μέλλον είναι επίσης παράγοντες που πυροδοτούν είτε την εμφάνιση της πάθησης, είτε την επιδεινώνουν. Άραγε, αυτά και άλλα «κρυφά» συμπτώματα της πάθησης λαμβάνονται υπόψη στη συνολική συνεκτίμηση της νόσου; Ελπίζω να κάνω λάθος, αλλά φοβάμαι ότι λαμβάνονται υπόψη μόνο κινητικές-σωματικές διαταραχές.

Ένα λογικό αίτημα

Οι τελευταίοι που θα ήθελαν να έχουν παραπληγία και να λαμβάνουν το αντίστοιχο επίδομα είναι οι ασθενείς με ΣΚΠ και μπορώ να βεβαιώσω τον αγώνα χιλιάδων ανθρώπων και των οικογενειών τους να παραμένουν σε καλή κατάσταση, παραγωγικοί και χαρούμενοι. Για να συμβεί όμως κάτι τέτοιο, θα πρέπει να βοηθήσει λίγο και το κράτος, αν θέλει να έχει ΚΑΙ οικονομικό κέρδος.
Φυσικά, λένε μερικοί, δεν είναι δίκαιο να παίρνουν το επίδομα παραπληγίας όσοι δεν έχουν παραπληγία. Ναι, αλλά πόσο δίκαιο είναι να μην έχουν καμία προστασία από το κράτος ασθενείς που πάσχουν από μια ανίατη, απρόβλεπτη πάθηση υψηλού κόστους; Προτείνω λοιπόν 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. Το επίδομα αυτό θα μπορούσε να είναι κλιμακούμενο, ανάλογα με την βαρύτητα της κατάστασης του ασθενούς. Ως τότε, θα πρέπει να δίνεται το επίδομα τετραπληγίας-παραπληγίας-ελλείψει άλλου-με τη συνεκτίμηση όλων των παραμέτρων της πάθησης, όσο και της απρόβλεπτης πορείας της νόσου.

Πιστεύω ότι το αίτημα αυτό είναι και δίκαιο και ηθικό και νόμιμο. Άραγε, θα βρούμε ευήκοα ώτα;

Κώστας Μιχαλάκης

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

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Ο Πρόεδρος και τα μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας έχουν τη χαρά να σας προσκαλέσουν στην ενημερωτική ημερίδα με θέμα

«Σύγχρονες θεραπευτικές εξελίξεις στην Πολλαπλή Σκλήρυνση»

που πραγματοποιείται την

Κυριακή 19 Μαΐου 2013 (ώρα 11:30 π.μ.)

Ξενοδοχείο ΑΣΤΗΡ ΕΓΝΑΤΙΑ (Αλεξανδρούπολη)

Πρόγραμμα εκδήλωσης:

11:30–12:00	Προσέλευση
12:00–12:30	**Αναστάσιος Ωρολογάς**, Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ., Πρόεδρος Δ.Σ. της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας – Διευθυντής Α΄Πανεπιστημιακής Νευρολογικής Κλινικής ΑΧΕΠΑ Εισαγωγή: «**Ο ρόλος της Ελληνικής Εταιρίας για την Σκλήρυνση Κατά Πλάκας**»
12:30–13:00	**Αθανασία Πατούση**, Επιστημονική Συνεργάτιδα Νευρολογικής Κλινικής Δ.Π.Θ. Θέμα: «**Νεώτερα δεδομένα στη θεραπευτική προσέγγιση της ΣΚΠ**»
13:00- 14:00	**Ερωτήσεις-Απαντήσεις / Συζήτηση με το κοινό**

Στη συζήτηση θα συμμετέχουν:

	Πιπερίδου Χαριτωμένη, Καθηγήτρια Νευρολογίας, Διευθύντρια Νευρολογικής Κλινικής Δ.Π.Θ.
	Ιωάννης Ηλιόπουλος, Αναπληρωτής Καθηγητής Νευρολογίας Δ.Π.Θ.

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης θα σερβιριστεί ελαφρύ γεύμα.

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

Με εκτίμηση,
Ο Πρόεδρος του Δ.Σ.

Αναστάσιος Ωρολογάς, Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ.

Δηλώσεις συμμετοχής

Τηλ. Επικοινωνίας: 2310949909, 2310949672, 6940540615, 6977567969, 6944776155

ΤΟΠΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΙΑΣ ΜΑΣ:
Ανατ. Μακεδονίας, Αττικής, Δυτικής Ελλάδας, Δωδεκανήσου, Θεσσαλίας,Θράκης, Ιονίων Νήσων, Κ.Δ. Μακεδονίας & Ηπείρου, Κρήτης, Κυκλάδων

Αγγίζοντας τη μεταμόρφωση

Θα ήθελα πάρα πολύ μέσα από αυτό το άρθρο να μοιραστώ με όλους σας όσα έχετε ανάγκη να ακούσετε, να μπορούσα να βάλω ένα πετραδάκι και εγώ για την δική σας προσωπική αυτοκρατορία αλλά είναι αδύνατον να χωρέσει τέτοιος θησαυρός σε ένα κομμάτι χαρτί.

Στην πραγματικότητα είναι λίγος ο καιρός που ήρθα σε επαφή με την ΕΕΣΚΠ! Είμαι κλινική ψυχολόγος και είχα την τύχη να έρθω σε επικοινωνία με τα μέλη της εταιρείας μέσω ενός σπουδαίου ανθρώπου που θα ευγνωμονώ σε όλη μου τη ζωή. Τα χαμόγελα που με υποδέχθηκαν την πρώτη μου φορά στα γραφεία με έκαναν να νιώσω πως επιτέλους βρίσκομαι στο κατάλληλο μέρος την κατάλληλη χρονική στιγμή. Η ζεστασιά των ανθρώπων, η υπόσχεση πως έχουμε τόσα να προσφέρουμε ως ομάδα και μια ενημέρωση για το τι έχει ήδη καταφέρει η εταιρία μέχρι σήμερα με έκαναν να ριχτώ στο πεδίο μάχης από την επόμενη κιόλας ημέρα. Αν με ρωτήσει κάποιος τώρα τι θα απαντούσα ως «Χάρις» στην συγκεκριμένη ασθένεια με τις ιδιαιτερότητες που έχει θα έλεγα χωρίς δεύτερη σκέψη **«ΣΚΠ επέλεξες εμένα? Τώρα θα δεις!”.**

Γνώρισα τόσους ανθρώπους, ήρθαν άνθρωποι που έχουν την ασθένεια εδώ και χρόνια, άλλοι που μόλις διαγνώστηκαν με αυτήν, κάποιοι που η ασθένεια τους είναι το «μικρότερο» τους πρόβλημα σε σχέση με άλλα που αντιμετωπίζουν καθημερινά και άλλοι που έχουν αφεθεί στα χέρια της προς το παρόν αλλά θέλουν τόσο να την αφήσουν πίσω και να προχωρήσουν απλά δε ξέρουν τον τρόπο. Ξέρετε... είμαι περήφανη γι αυτούς. Είναι αγωνιστές, έρχονται απλώνουν στα πόδια μου τα όπλα τους ,τα προβλήματα τους και μου λένε « πες μου πως θα παλέψω». Μπροστά σε αυτή τη δύναμη ψυχής, σε αυτή την τόσο επιτακτική ανάγκη για λύτρωση παραλύω προς στιγμήν, τι έχω να πω εγώ που προς το παρόν δεν έχω τέτοιο πρόβλημα υγείας σε κάποιον που κοιμάται και ξυπνάει μαζί του. Τους θαμάζω για την ειλικρίνεια τους και θα ήθελα τόσο να δείξω τι σημαίνει δύναμη και αγώνας σε όλους όσους είναι εκεί έξω και δεν έχουν ιδέα. Προς στιγμήν περνάει από το μυαλό μου μια σκέψη, πόσο τυχερή είμαι που με αξίωσε ο θεός να βρεθώ δίπλα τους έστω και με αυτό τον τρόπο! σκέψη που με κάνει να χαμογελάσω, σκέψη που με κάνει να επιστρέψω στην πραγματικότητα να τους κοιτάξω στα μάτια να τους απλώσω το χέρι και να τους πω είτε με λόγια είτε με ένα βλέμμα «μαζί, μαζί θα παλέψουμε σε αυτό»! «Άφησε την ήσυχη για να σε αφήσει» θυμάμαι να λέω παθιασμένα προσπαθώντας να βάλω και εγώ ένα λιθαράκι στον προσωπικό τους αγώνα. Έμαθα να σέβομαι αυτούς τους ανθρώπους που η συμμετοχή τους και μόνο στην ατομική ψυχοθεραπεία είναι μια πράξη θάρρους. Το να έρθουν και να ζητήσουν χέρι βοηθείας είναι ένδειξη πως είναι έτοιμοι πλέον για την «μεταμόρφωση», ήρθε η στιγμή να παλέψουν συνειδητά στο «μετά διάγνωσης στάδιο». Έμαθα να σέβομαι τη δουλειά μου γιατί κατάλαβα πόσα έχω να δώσω και πως ακριβώς να τα δώσω σε κάποιον που έχει αγγίξει ήδη τα δικά του όρια.

Θα αναρωτηθήκατε ασφαλώς τι εννοώ με τον όρο «μεταμόρφωση»... Όσοι έχουν διαγνωστεί με αυτή την ασθένεια και οι γύρω τους βιώνουν μια κατάσταση πένθους. Πενθούν για τον «παλιό» εαυτό τους, τον εαυτό πριν την διάγνωση! Πηγαίνουν στον γιατρό παίρνουν την διάγνωση, την κουβαλάνε σαν ταμπέλα στο σπίτι τους και ξαφνικά έρχονται σε επαφή με το κενό που άφησε η

απώλεια εκείνου που δεν υπάρχει πια. Και τι δεν υπάρχει? ο εαυτός χωρίς την «επιχρυσωμένη» ταμπέλα που γράφει ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ.

Δυσπιστία, Παλινδρόμηση, οργή, ενοχή, συντριβή, ταύτιση και δημιουργικότητα, αποδοχή.

τα στάδια που περνάνε όλοι με διαφορετικό τρόπο ο καθένας, τα στάδια του πένθους. Αρχικά νομίζουμε ότι έχει γίνει κάποιο λάθος, δε μπορεί να είναι αλήθεια αυτό που ακούσαμε, έρχεται μια στιγμή παράλυσης του συναισθήματος, παράλυσης του ανθρώπου στο βίωμα του, στην αντίληψη του. Έπειτα ακολουθεί ένα διάστημα αδράνειας, υπάρχει η φαντασίωση ότι θα ξυπνήσουμε από ένα κακό όνειρο και δε θα είμαστε πια ασθενείς. Η φάση αυτή μπορεί να διαρκέσει ώρες, μέρες, μήνες ή και ακόμα περισσότερο ανάλογα με το πόσο θα επιτρέψουμε αυτό το «μούδιασμα» στον εαυτό μας. Όταν καταφέρουμε να ξεπεράσουμε αυτή τη φάση της αμφισβήτησης, της δυσπιστίας, δεν υπάρχει άλλη λύση παρά να έρθουμε σε άμεση επαφή με τον οξύ πόνο της επίγνωσης, τότε η κατάσταση μας καταπίνει, ξεκινάει πλέον η βαθιά συνειδητοποίηση πως από δω και πέρα θα ζω με αυτή την ασθένεια. Ο παλιός υγιής εαυτός μας «πέθανε». Αυτή η επώδυνη έκρηξη μέσα μας ονομάζεται παλινδρόμηση διότι σε αυτή τη φάση φερόμαστε όπως ένα μικρό παιδάκι που κλαίει χτυπιέται και φωνάζει σπαραχτικά, εκδηλώσεις τελείως ασύμμετρες με την ηλικία μας και όμως τόσο αντιπροσωπευτικές για τον εσωτερικό μας πληγωμένο κόσμο. Οργή, το επόμενο βήμα. Θυμωμένοι με τον εαυτό μας, τη ζωή ,το θεό, την τύχη, την μοίρα ή με

οποιονδήποτε μας πλησιάσει. Λόγω της ελλιπής γνώσης για τα αίτια της συγκεκριμένης ασθένειας, καθίσταται ακόμα πο δύσκολο το να κατανοήσει ο ασθενής τι του έχει συμβεί, γιατί του έχει συμβεί! Σε αυτή τη φάση η οργή κρύβει τη θλίψη η οποία δεν εμφανίζεται ακόμα γιατί το σώμα ετοιμάζεται να την αντέξει. Μόλις περάσει το στάδιο της συντριβής είτε βιώνοντας κομμάτι αυτής της φάσης όπου ο ασθενής κατανοεί πλέον ότι πρέπει να πάρει θέση, τότε ξεκινάει και η δική μου δουλειά. Συνήθως αυτή είναι η χρονική στιγμή που με επισκέπτονται, απλώνουν στο τραπέζι το «βουνό» τους και μαζί σαν ομάδα μαθαίνουμε πως να το διαχειριστούμε μέχρι να φτάσουμε στην αποδοχή.

Όλα τα στάδια που σας ανέφερα εγώ τα ονομάζω **«προσωπική μεταμόρφωση»** και πιστεύω σε αυτήν. Κάθε στάδιο, κάθε βήμα σε φέρνει πιο κοντά στον νέο σου, γεμάτο εφόδια και εμπειρίες εαυτό. Είναι βέβαιο ότι δε θα ξαναγίνει ποτέ όπως ήσουν πριν από μια τέτοιου είδους «απώλεια» γιατί σε αλλάζει αναπόδραστα. Μπορείς όμως να επιλέξεις αν αυτή η αλλαγή θα είναι προς το καλύτερο. Είναι φοβερό να παραδεχτείς ότι σε κάθε απώλεια υπάρχει ένα όφελος, ότι ο πόνος θα τελειώσει αναγκαστικά με κάποιο «κέρδος» αλλά αυτό είναι και το μυστικό για να μάθεις να χρησιμοποιείς την ασθένεια και να μη την αφήσεις να σε χρησιμοποιήσει. Αυτό είναι το όπλο που μοιράζομαι με τους ασθενείς. Η γνώση της μεταμόρφωσης. Όλοι έχουμε βιώσει στο παρελθόν όλα στάδια με τον δικό μας ξεχωριστό τρόπο, πονέσαμε, πέσαμε κάτω, νιώσαμε αδύναμοι και μόνοι αλλά ταυτόχρονα σηκωνόμασταν ξανά και ξανά τελείως διαφορετικοί, άγνωστοι κάθε φορά στο ίδιο σώμα. Θα ήθελα πάρα πολύ μέσα από αυτό το άρθρο να μοιραστώ με όλους σας όσα έχετε ανάγκη να ακούσετε, να μπορούσα να βάλω ένα πετραδάκι και εγώ για την δική σας προσωπική αυτοκρατορία αλλά είναι αδύνατον να χωρέσει τέτοιος θησαυρός σε ένα κομμάτι χαρτί. Έτσι σύντομα και περιεκτικά θα παρουσιάσω κάποια βήματα με σκοπό να διαβείτε όσο πιο ανώδυνα γίνεται το δικό σας βουνό.

- Δώστε άδεια στον εαυτό σας να νιώσετε άσχημα, να έχετε ανάγκη από κάποιον, να είστε ευάλωτοι για λίγο.

- Μην κλείνετε την καρδιά σας στον πόνο, επιτρέψτε στον εαυτό σας να εκφράσει όλα τα άσχημα συναισθήματα.

- Ακούστε το σώμα σας! συνήθως είμαστε στραμμένοι στο οδυνηρό συναίσθημα και ξεχνάμε να δώσουμε σημασία σε όσα προσπαθεί να πει το σώμα μας.

- Χρειάζεστε χρόνο για να διαβείτε αυτό το δύσκολο μονοπάτι, αλλά δε φτάνει μόνο ο χρόνος. Αυτό που θα βοηθήσει πραγματικά είναι τι θα κάνει ο καθένα σας με τον χρόνο που του δίνεται.

- Ορισμένα πράγματα απλά νιώθουμε πολύ αδύναμοι για να τα διεκπεραιώσουμε. Φροντίστε να

μην αφήσετε στην άκρη την πίστη σας. Όπου και αν πιστεύετε, ήρθε η στιγμή να μάθετε να μη ζητάτε να έχουν τα πράγματα την κατάληξη που θέλατε αλλά να μπορέσετε να αποδεχτείτε τις αλλαγές και να δείτε ποιες επιλογές έχετε.

- Μην φέρεστε άσχημα στον εαυτό σας. Ακόμα και αν όλα όσα νιώθετε είναι τόσο έντονα που σας κουράζουν να θυμάστε πως όλα είναι περαστικά. Αγαπάτε τον εαυτό σας και χαρίστε του το χρόνο και το χώρο που χρειάζεται.

- Κάτι τελευταίο και σημαντικό. Μην έχετε απαιτήσεις από τους γύρω σας, δε μπορούν να καταλάβουν πως ακριβώς αισθάνεται κάποιος με το συγκεκριμένο πρόβλημα. Με γλυκό τρόπο θα δοκιμάσουν να σας κάνουν να ξεχάσετε τον πόνο σας ή να σας βοηθήσουν στην καθημερινότητα σας, το κάνουν με τις καλύτερες προθέσεις! Για λίγο διάστημα επικεντρωθείτε σε εσάς και στις προθέσεις των άλλων και όχι στα λόγια τους.

Όλα αυτά ίσως ακούγονται πολύ ιδανικά και ναι σίγουρα είναι πολύ πιο δύσκολα στην πράξη, δε μπορώ να υποσχεθώ πως ακολουθώντας αυτά, όλα θα αλλάξουν, θα ήταν ψέμα από μέρους μου. Αλλά μπορώ να εγγυηθώ πως είναι ένας δρόμος δύσκολος ο οποίος όμως πάει μόνο μπροστά. Είχα μάθει να παρατηρώ εξ'αποστάσεως, να ανιχνεύω όλα όσα θα με βοηθούσαν στη δουλειά μου και να τα χρησιμοποιώ χωρίς περαιτέρω διαδικασίες, είχε πολύ καλό αποτέλεσμα. Όμως οι άνθρωποι που έρχομαι σε επαφή τελευταία με έμαθαν όχι μόνο να δίνω σε αυτούς όλα όσα έχω μάθει αλλά και να «παίρνω» ταυτόχρονα! Γυρίζω σπίτι κα νιώθω κάθε φορά όλο και πιο γεμάτη, πιο πλούσια σε συναίσθημα και εμπειρία. Ίσως η μεταμόρφωση να ξεκινάει από τους γύρω μου αλλά πλέον είμαι σίγουρη πως καταλήγει και εκεί αμφίδρομα, στην ίδια μου την ψυχή. Σας ευχαριστώ για όλα όσα μου δίνεται καθημερινά, το ταξίδι που ξεκινήσαμε συνεχίζεται και να είστε σίγουροι

πως **μπορεί να είμαστε στην αρχή αλλά δεν είμαστε μόνοι.**

Σας ευχαριστώ,

Χάρις Βλαχοδήμου

Κλινική Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Msc of Clinical Psychology

Μπείτε στο www.orthostatical.gr για να δείτε τις προσφορές

ΑΘ. ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.

ORTHOSTATICAL®

ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΑ ΕΙΔΗ ΕΙΔΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Είμαστε πιστοποιημένοι προμηθευτές ιατροτεχνολογικού εξοπλισμού
Βάσει Υπουργικής Απόφασης ΔΥ8δ/Γ.Π.οικ/1348/2004

ΔΩΡΕΑΝ ΕΠΙΔΕΙΞΗ
ΑΜΕΣΗ ΠΑΡΑΔΟΣΗ

ΔΩΡΕΑΝ SERVICE

ΠΛΗΡΗ ΠΑΡΑΚΑΤΑΘΗΚΗ
ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΠΥΥ

BEFree® 9060

ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟ ΕΛΑΦΡΟΥ
ΤΥΠΟΥ ΑΠΟ ΑΛΟΥΜΙΝΙΟ

BEFree® 9312

ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟ ΜΕ ΑΝΑΚΛΙΝΟΜΕΝΑ
ΥΠΟΠΟΔΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΚΛΙΝΟΜΕΝΗ ΠΛΑΤΗ

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΠΥΥ

HS-7200

ΗΛΕΚΤΡ. ΑΝΑΚΛΙΣΗ ΠΛΑΤΗΣ ΥΠΟΠΟΔΙΩΝ ΣΕ ΘΕΣΗ Bed
MAX SPEED 8km/h ,2 ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ 75 AH
MAX LOAD 136 kg

HS-1500

ΚΛΕΙΝΕΙ ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΕΡΕΤΑΙ ΕΥΚΟΛΑ
MAX SPEED 6km/h
MAX LOAD 127 kg

DWHITE

Θεσ/νίκη 2310 214 127
Ανθέων 27, Συκιές, 566 26

Αθήνα 210 82 56 748
Φανερωμένης 50, Χολαργός, 155 62

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΠΥΥ

HS-928
SCOOTER

MAX SPEED 15km/h, 2 ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ 100AH
MAX LOAD 226kg , ΟΘΟΝΗ LCD
ΑΜΟΡΤΙΣΕΡ ΕΝΙΣΧΥΜΕΝΑ

HS-6200

ΠΤΥΣΣΟΜΕΝΟ ΑΜΑΞΙΔΙΟ
MAX SPEED 8km/h
2 ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ 50 AH
MAX LOAD 127 kg

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΠΥΥ

HS-559
SCOOTER

MAX SPEED 12km/h, 2 ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ 50AH
MAX LOAD 135kg

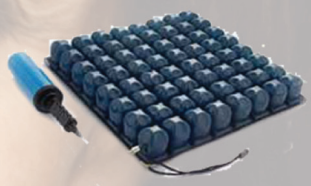
HS-360
SCOOTER

MAX SPEED 8km/h
MAX LOAD 135kg

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΠΥΥ

BEFree® BED

ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΚΡΕΒΑΤΙ ΜΕ ΞΥΛΙΝΗ
ΕΠΕΝΔΥΣΗ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΑΝΑΚΛΙΣΗ
ΠΛΑΤΗΣ ΠΟΔΙΩΝ, ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ
TRENDELEMBURG ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ
ΑΥΞΟΜΕΙΩΣΗ ΥΨΟΥΣ MOTEP LINAK



ΜΑΞΙΛΑΡΙ ΜΕ ΑΕΡΟΚΥΨΕΛΕΣ
ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΚΛΙΣΕΩΝ

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΟΠΥΥ

THERA live

ΕΙΔΙΚΟ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ
ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ

ΑΕΡΟΣΤΡΩΜΑ ΜΕ
ΜΗΧΑΝΙΣΜΟ

18.64M

ΟΡΘΟΣΤΑΤΗΣ
ΑΝΑΚΛΙΝ. 0-90°
ΜΕ ΗΛΕΚ. ΜΗΧΑΝ.
ΑΝΑΚΛΙΣΗΣ

Ένας μολυβένιος στρατιώτης ανάμεσά σας

Αυτό δεν είμαστε;

Μια διμοιρία από μικρά αλλιώτικα στρατιωτάκια ανάμεσα σε μια στρατιά ετοιμοπόλεμων ανθρώπων. Και λέω αλλιώτικα κι όχι ανήμπορα, όχι γιατί θέλω να μας παρηγορήσω, αλλά γιατί έτσι είμαστε... ή τουλάχιστον δεν το κάνω πια, για να είμαι πιο ειλικρινής.

Κάποτε αυτή η διαφορετικότητα με πλήγωνε και κατά κάποιο τρόπο συντηρούσε και ένα ενδόμυχο συναίσθημα αυτολύπησης. Δεν με έβγαζε όμως πουθενά. Ήταν μια παγίδα που έστηνα εγώ η ίδια στον εαυτό μου. Σαφώς φίλε μου δεν είμαστε στην πρώτη γραμμή κρούσης, ούτε περιμένουν από 'μας να κερδίσουν τον πόλεμο. Αλίμονο! Είμαστε όμως μάχιμοι. Αυτό πρέπει να καταλάβεις. Η ζωή δε σταματά ποτέ και πουθενά. Με τον ένα ή τον άλλο τρόπο συνεχίζεται, κι εμείς έχουμε καθήκον να παλεύουμε.

Άλλοι λίγο κι άλλοι πολύ. Άλλοι πολεμούν να καταλάβουν ένα λοφάκι κι άλλοι να κατακτήσουν ένα κάστρο. Όλοι καταταγμένοι είμαστε με διαφορετικοί αποστολή δηλαδή. Κι εδώ θα ακούσεις να σου λένε, εκείνο το εκνευριστικό γνωμικό πως «Πας να πεις τον πόνο σου και βρίσκεις μεγαλύτερο»; Σωστό είναι, αλλά εσύ έχεις βαρυστομαχιάσει από παρηγοριά, από κατανόηση πεινάς. Έτσι αναρωτιέσαι εύλογα… «Γιατί ρε παιδιά, η δυστυχία των άλλων να είναι βαρομετρικό της δικής μου ευτυχίας; Γιατί θα πρέπει να κοιτάζω μόνο τα πιο άσχημα από τα δικά μου για να αισθάνομαι τυχερός; Δεν υπάρχουν καλύτερα να ζηλέψω;»

Είναι σα να περνάς ένα δρόμο και αντί να κοιτάζεις αριστερά και δεξιά να σου επιβάλλουν να κοιτάς μόνο δεξιά. «Γιατί λοιπόν εγώ να παλεύω τόσο πολύ; Γιατί για μένα τα απλά καθημερινά πράγματα θα πρέπει να έχουν τόσο μεγάλο βαθμό δυσκολίας; Γιατί θα πρέπει να σκιάζει το σήμερα η αμφιβολία του αύριο;

Μια απάντηση βολική σε όλα αυτά, θα ήταν ότι είσαι απλά άτυχος. Μια άλλη είναι ότι πληρώνεις αμαρτίες, ότι θα δικαιωθείς στο τέλος ή ότι θα στεφθείς νικητής της ζωής…

Επειδή όμως τα παραμύθια είναι για να τα διαβάζεις κι όχι για να τα τρως, εγώ λέω πως ίσως και να είσαι επίλεκτος του Θεού για να δίνεις το παράδειγμα στους άλλους ανθρώπους γύρω σου. Αναμφισβήτητα κι αυτό μπορείς να το πεις παραμύθι. Όμως είναι το δικό μου παραμύθι. Αυτό που εξυπηρετεί τη δική μου πεποίθηση πως όλα έχουν κάποιο λόγο που γίνονται και πως δεν είμαι το μαύρο πρόβατο της ιστορίας. Και να σου πω και κάτι; Μου φαίνεται και το πιο λογικό.

Ίσως λέω, ίσως, με τον δικό μας αγώνα να καταφέρνουν περισσότεροι άνθρωποι πράγματα. Δεν ξέρω σε σένα, εμένα πάντως μου 'χει συμβεί να μου πουν πως ντράπηκαν μπροστά σε μία δυσκολία όταν σκέφτηκαν εμένα και το πρόβλημά που αντιμετωπίζω καθημερινά. Χωρίς να το θέλω, ο αγώνας μου, έδωσε θάρρος, δύναμη και θέληση. Η δική μου πίστη, το δικό μου πείσμα, έγιναν εφαλτήριο στη δυσκολία κάποιου άλλου. Ε, δεν το λες λίγο αυτό.

Διαλέγεις λοιπόν και παίρνεις αυτό που εκφράζει και εξυπηρετεί τη λογική που θέλεις να δώσεις σ' αυτή την

παράλογη «διαλογή» ανθρώπων.
Οι καλοί και οι σκάρτοι. Αυτό δεν σκέφτεσαι στις μαύρες σου στιγμές; Ε λοιπόν δεν είσαι στους σκάρτους, αυτό σου λέω τόση ώρα.

Στους αλλιώτικους είσαι, στους διαφορετικούς,… στους επίλεκτους. Το θέμα είναι να το δεις έτσι και να πάψεις να μοιρολατρείς. Να κατατάξεις τον εαυτό σου εκεί που του πρέπει.
Είσαι ο μολυβένιος στρατιώτης με το ανύπαρκτο πόδι αλλά ανήκεις στο στράτευμα. Σου έχουν εμπιστευτεί όπλο και σε έχουν ντύσει με τη στολή του στρατού. Φέρεις τα χρώματα του λόχου σου και της σημαίας που πρέπει να προασπίσεις. Δειλίες και λιποταξίες δεν χωράνε.
Θέλει δουλειά, το ξέρω, δεν είναι εύκολο. Και για να είμαι πιο ειλικρινής, θέλει περισσότερη δουλειά από όλους τους άλλους. Μπορείς αν θες να πας σπίτι σου, να τα παρατήσεις όλα, να μουντζώσεις τα όπλα, τις αξίες και τα παράσημά τους και να τρέξεις να κρυφτείς κάτω απ' την κουβέρτα σου. Εύκολο είναι.
Το δύσκολο είναι να συνεχίσεις να ζεις στα «χαρακώματα». Γιατί είναι ωραίο να βαυκαλίζεσαι με την ιδέα πως δεν παλεύεται η ΣΚΠ, είναι βολικότατο να αφήνεσαι να σε υπηρετούν οι άλλοι και σίγουρα σε κρατά μακριά από απογοητεύσεις.

Δεν παλεύεις οπότε δεν υπάρχει περίπτωση να χάσεις. Είσαι όμως ήδη χαμένος. Κι αυτό γιατί η ζωή δεν περνά κάτω από μια… «κουβέρτα».
Θα μου πεις: «Ωραία τα λες, αλλά τι γίνεται στο δια ταύτα;».
Σωστά. Τι γίνεται όταν σχεδόν τα πάντα γύρω σου αλλάζουν. Όταν το νευρολόγος σου τον έχεις στην ταχεία κλήση, όταν πηγαίνεις περισσότερες φορές το χρόνο στο νοσοκομείο απ' ότι για καφέ με το φίλο σου, ή όταν εξαρτάσαι από την ευχέρεια και τη διάθεση των άλλων να κάνεις αυτό που γουστάρεις.
Θυμώνεις και δε σε αδικώ. Πώς θα μπορούσα άλλωστε; Ούτε να μη στεναχωριέσαι θα σου πω. Ανόητο θα 'ταν. Δεν είμαστε ίδιοι και είναι ανώφελο να προσπαθήσω να σε πείσω για το αντίθετο.

Πώς να εξαφανίσεις το αναπηρικό αμαξίδιο αφού υπάρχει και «οργώνει» καθημερινά τη ζωή σου; Τα δικά τους ίχνη στην άμμο είναι πατημασιές, ενώ τα δικά σου δυο παράλληλες γραμμές,….. εκείνους τους ενδιαφέρει το ύψος μιας πόρτας,

ενώ εσένα το φάρδος της. Αυτό όμως είναι που θέλω να καταλάβεις φίλε μου. Ότι αυτή η πόρτα είναι ανοιχτή και για μας. Είναι η πόρτα της ζωής που δεν την κλείνει καμιά ΣΚΠ παρά μόνο εμείς άμα θέλουμε. Μόνο εμείς άμα παραιτηθούμε.

Ένας μολυβένιος στρατιώτης είσαι το ίδιο λαμπερός μες τη στολή σου με τα άλλα στρατιωτάκια. Έχεις το όπλο σου καλογυαλισμένο και στα μάτια σου φαίνεται η γενναιότητα και το πάθος σου για νίκες. Τι κι αν τέλειωσε το μολύβι και έμεινες κουτσός; Οι άνθρωποι έγραψαν για σένα, όχι για τους άλλους και ξέρεις γιατί; Γιατί είσαι διαφορετικός και χρειάζεται περισσότερη δύναμη να στηριχτείς στο ένα πόδι.
Ας αποδεχθούμε λοιπόν τη διαφορετικότητά μας κι ας αγαπήσουμε αυτό που είμαστε.
Η ΣΚΠ είναι ασθένεια του σώματος δεν είναι της ψυχής, κι εμείς είμαστε ψυχή. Αυτό αγαπούν αυτοί που αγαπάμε.

Κωνσταντίνα Μούτσιου
Ένας ακόμα μολυβένιος στρατιώτης

Η CHMP ΕΚΔΙΔΕΙ ΘΕΤΙΚΗ ΓΝΩΜΟΔΟΤΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ TECFIDERA™ (ΦΟΥΜΑΡΙΚΟ ΔΙΜΕΘΥΛΙΟ)

ΩΣ ΠΡΩΤΗΣ ΓΡΑΜΜΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ

Αναμενόμενη Απόφαση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής το δεύτερο τρίμηνο του 2013

Weston, Μασαχουσέτη – 22 Μαρτίου 2013 - Σήμερα η εταιρεία Biogen Idec (NASDAQ: BIIB) ανακοίνωσε ότι έχει λάβει θετική γνωμοδότηση από την Επιτροπή Φαρμακευτικών Προϊόντων για Ανθρώπινη Χρήση-

Committee for Medicinal Products for Human Use (CHMP) στην Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΕ) προτείνοντας άδεια κυκλοφορίας για το TECFIDERA ™ (φουμαρικό διμεθύλιο) ως πρώτης γραμμής από του στόματος θεραπεία για ενήλικες με υποτροπιάζουσα-διαλείπουσα σκλήρυνση κατά πλάκας (RRMS). Η CHMP βάσει δεδομένων ποιότητας, ασφάλειας και αποτελεσματικότητας που υποβάλλονται από την Biogen Idec, θεωρεί ότι υπάρχει θετική σχέση οφέλους-κινδύνου για το TECFIDERA.

Η πρόταση της CHMP έγινε στην Ευρωπαϊκή Επιτροπή (EC), η οποία χορηγεί άδειες κυκλοφορίας για φάρμακα στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Ο Οργανισμός Τροφίμων και Φαρμάκων των ΗΠΑ αναμένεται να λάβει μια απόφαση σχετικά με την αίτηση για την κυκλοφορία του TECFIDERA στις Ηνωμένες Πολιτείες κατά τις προσεχείς ημέρες. Η απόφαση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής σχετικά με το TECFIDERA αναμένεται σε περίπου δύο μήνες. Το TECFIDERA θα αποτελέσει την τέταρτη θεραπεία για την Σκλήρυνση Κατά Πλάκας από την εταιρεία Biogen Idec.

Ο George A. Scangos , Ph.D., διευθύνων σύμβουλος της Biogen Idec δήλωσε «Με τη θετική γνωμοδότηση της CHMP για το TECFIDERA, είμαστε ένα βήμα πιο κοντά στο να προσφέρουμε στην Ευρωπαϊκή κοινότητα των ασθενών με Σ.Κ.Π. μια θεραπεία με σημαντική αποτελεσματικότητα και ευνοϊκό προφίλ ασφάλειας μαζί με την ευκολία που προσφέρει το χάπι - ένας συνδυασμός που πιστεύουμε ότι θα έχει σημαντικό θετικό αντίκτυπο στον τρόπο ζωής των ασθενών που πάσχουν από αυτή τη χρόνια νόσο. Η εταιρεία Biogen Idec έχει δεσμευτεί να παρέχει καινοτόμες θεραπείες και θέτει νέα πρότυπα για την επόμενη γενιά των φαρμάκων. Πιστεύουμε ότι το TECFIDERA θα αυξήσει τις προσδοκίες των ασθενών που ζουν με Π.Σ.»

«Κλινικές μελέτες έδειξαν ότι το TECFIDERA είναι μια αποτελεσματική θεραπεία με ευνοϊκό προφίλ ασφάλειας για τους ασθενείς με υποτροπιάζουσα-διαλείπουσα Σ.Κ.Π.», δήλωσε ο Καθηγητής Gavin Giovannoni, πρόεδρος της Νευρολογίας, του Blizard Ινστιτούτου, του Barts και του London School of Medicine and Dentistry. «Αυτό, σε συνδυασμό με τον ενδιαφέρον μηχανισμό δράσης του, τοποθετεί το TECFIDERA ως μία κατάλληλη επιλογή για πρώτης γραμμής θεραπεία.»

Ομαδική Λειτουργική Άσκηση για πάσχοντες με ΣΚΠ

Με ευκαιρία τη συμπλήρωση ενός εξαμήνου από την πρώτη συνάντηση του τμήματος ομαδικής άσκησης στην Αττική, είναι ευκαιρία να πραγματοποιηθεί μία συνοπτική παρουσίαση για το σκοπό και τα οφέλη αυτής της προσπάθειας.

Τα ομαδικά προγράμματα άσκησης, υπό την επίβλεψη εξειδικευμένων φυσικοθεραπευτών, άρχισαν να εφαρμόζονται στην Ευρώπη, την Αυστραλία και την Αμερική τα τελευταία 20 με 25 χρόνια. Έκτοτε η χρήση αυτών των προγραμμάτων εξαπλώθηκε σημαντικά, έτσι ώστε σήμερα να αποτελούν μέρος της διαδικασίας αποκατάστασης σε πολλά κέντρα παγκοσμίως . Η συνήθης πρακτική αφορά ασθενείς οι οποίοι ακολουθούν ένα θεραπευτικό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας και εργοθεραπείας και ταυτόχρονα συμμετέχουν σε μία ομάδα θεραπευτικής άσκησης. Οπότε σε αυτή την περίπτωση η ομαδική άσκηση δεν υποκαθιστά την ατομική θεραπεία, αλλά αντιθέτως την ενισχύει και συνεπικουρεί στην επίτευξη των καλύτερων δυνατών αποτελεσμάτων. Έχουν αναφερθεί μία σειρά από πλεονεκτήματα ως προς την εφαρμογή αυτών των τμημάτων άσκησης σε ασθενείς με νευρολογικές διαταραχές, όπως η ΣΚΠ. Ίσως το πιο σημαντικό πλεονέκτημα είναι η αλληλεπίδραση μεταξύ των συμμετεχόντων. Με απλά λόγια, από τους ανθρώπους γύρω μας, μπορούμε να πάρουμε κουράγιο για να προσπαθήσουμε περισσότερο και να έχουμε μια πιο ευχάριστη διάθεση κατά τη διάρκεια της άσκησης. Παράλληλα, μπορούμε να λάβουμε βοήθεια από τους υπόλοιπους συμμετέχοντες. Για παράδειγμα, ένα μέλος της ομάδας μπορεί να ελέγχει αν ένα άλλο μέλος εκτελεί μία άσκηση σωστά ή ακόμα να υπάρχει και μία ανταλλαγή απόψεων ως προς το πώς μπορεί η άσκηση να εκτελεστεί ακόμα καλύτερα.

Κάθε ομαδικό πρόγραμμα άσκησης έχει συγκεκριμένους στόχους και παραμέτρους. Στο πρόγραμμα που έχει σχεδιαστεί για το τμήμα Αττικής η επικέντρωση δόθηκε σε 3 τομείς.

Πρώτον, οι ασκήσεις να είναι λειτουργικές. Αυτό σημαίνει ότι οι ασκήσεις προσομοιάζουν δραστηριότητες της καθημερινής ζωής, όπως η έγερση από μία καρέκλα, η βάδιση, η μεταφορά αντικειμένων, η μεταφορά από καρέκλα σε καρέκλα, η χρήση σκάλας κ.ο.κ. Η επιλογή αυτού του τύπου ασκήσεων έχει φανεί να έχει πολύ υψηλό θεραπευτικό αποτέλεσμα, καθώς ο ασθενής βελτιώνει άμεσα τομείς της καθημερινότητας του.

Δεύτερον, κάθε συμμετέχοντας πραγματοποιεί διαφορετικό πρόγραμμα με βάση τις δυνατότητες και τα ενδιαφέροντα του. Με αυτό τον τρόπο επιτυγχάνεται η βελτίωση των δυσλειτουργιών κάθε ατόμου ξεχωριστά, ενώ η διαδικασία είναι ευχάριστη, καθώς ο ασθενής εκτελεί δραστηριότητες που είναι κοντά στις προσωπικές λειτουργικές του ανάγκες.

Τρίτον, οι ασκήσεις που επιλέγονται θα πρέπει να μπορούν να εκτελεστούν με ασφάλεια και στο σπίτι. Όπως αναφέρθηκε και νωρίτερα ο στόχος της ομάδας δεν είναι να υποκαταστήσει το ατομικό θεραπευτικό πρόγραμμα που τυχόν παρακολουθεί ο ασθενής. Η ατομική θεραπεία εμπεριέχει συνεχή επίβλεψη και σωματική βοήθεια από τον φυσικοθεραπευτή. Ενώ ένα ομαδικό πρόγραμμα, όπως αυτό που περιγράφεται, περιλαμβάνει μόνο απλές, ασφαλείς ασκήσεις που μπορεί να εκτελούνται ανεξάρτητα ή με μια μικρή επίβλεψη από το θεραπευτή αρχικά και από τους οικείους στη συνέχεια.

Σχετικά με το ποιους πάσχοντες αφορά το πρόγραμμα του τμήματος Αττικής, σαφέστατα κάθε ασθενής με κινητικά προβλήματα μπορεί να συμμετέχει, αφού το πρόγραμμα προσαρμόζεται στις ανάγκες του συμμετέχοντα.

Κώστας Κυπριώτης
Φυσικοθεραπευτής
PT, MSc, IMTT IC, IBITA IC
Υποψήφιος εκπαιδευτής Bobath

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

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Ο Πρόεδρος και τα μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας έχουν τη χαρά να σας προσκαλέσουν στην ενημερωτική ημερίδα με θέμα

«Σύγχρονες θεραπευτικές εξελίξεις στην Πολλαπλή Σκλήρυνση»

που πραγματοποιείται την
Κυριακή 26 Μαΐου 2013 (ώρα 11:30 π.μ.)
στο ξενοδοχείο Lucy (Καβάλα)

Πρόγραμμα εκδήλωσης:

11:00–11:30	Προσέλευση
11:30–12:00	**Αναστάσιος Ωρολογάς**, Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ., Πρόεδρος Δ.Σ. της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας – Διευθυντής Α΄Νευρολογικής Κλινικής ΑΧΕΠΑ Εισαγωγή: **«Ο ρόλος της Ελληνικής Εταιρίας για την Σκλήρυνση Κατά Πλάκας»**
12:00–12:30	**Ευάγγελος Κούτλας**, Διευθυντής Νευρολογίας Ε.Σ.Υ., Νοσοκομείο Παπαγεωργίου, Θεσσαλονίκη Θέμα: **«Πρόσφατες εξελίξεις στη θεραπεία της Πολλαπλής Σκλήρυνσης»**
12:30–13:00	**Δημήτρης Νικηφορίδης**, Συντονιστής Διευθυντής Νευρολογικού Τμήματος, Γ. Ν. Ξάνθης Θέμα: **«Διαταραχές βάδισης στην Πολλαπλή Σκλήρυνση»**
13:00–14:00	**Ερωτήσεις-Απαντήσεις / Συζήτηση με το κοινό**

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης θα σερβιριστεί ελαφρύ γεύμα.

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

Με εκτίμηση,
Ο Πρόεδρος του Δ.Σ.

Αναστάσιος Ωρολογάς, Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ.

Δηλώσεις συμμετοχής
Τηλ. Επικοινωνίας: 2310949909, 2310949672, 6940540615, 6977567969, 6944776155

ΤΟΠΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΙΑΣ ΜΑΣ:
Ανατ. Μακεδονίας, Αττικής, Δυτικής Ελλάδας, Δωδεκανήσου, Θεσσαλίας,Θράκης, Ιονίων Νήσων, Κ.Δ. Μακεδονίας & Ηπείρου, Κρήτης, Κυκλάδων

MS festival™ 2013

BBQ [ΜΠΑΡΜΠΕΚΙΟΥ]

ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΟ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ✷

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΙΠΠΑΣΙΑ

ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΟ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ✷

ΕΝΟΤΗΤΑ ΒΙΟΜΑΤΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ "Σήμερα 10' ΑμΣΚΠ"

ΥΠΑΙΘΡΙΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΚΗΠΟΥΡΙΚΗΣ ✷

ΠΡΟΒΟΛΗ ΤΗΛΕΟΠΤΙΚΟΥ ΣΠΟΤ ΤΗΣ ΕΕΣΚΠ ΜΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΜΗΝΥΜΑ

ΠΡΟΒΟΛΗ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΥ VIDEO ΜΕ ΤΙΤΛΟ "Γιατί πρέπει να ασκούμαι;"

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΓΛΥΠΤΙΚΗΣ

ΕΚΘΕΣΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

ΕΚΘΕΣΗ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ

ΠΡΟΒΟΛΗ VIDEO "It's not a sprint, it's a marathon"

Α' ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ [ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΣΧΕΤΙΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ & ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΑΣΘΕΝΩΝ]

Δ' ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ [ΔΙΑΘΕΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΚΠ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΨΥΧΟΛΟΓΩΝ, ΕΙΔΙΚΩΝ ΥΓΕΙΑΣ, ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ]

Αντικείμενο Διοργάνωσης

Η Ελληνική Εταιρία για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας διοργανώνει μια σειρά από ενέργειες στα πλαίσια του εορτασμού της Παγκόσμιας Ημέρας για τη ΣΚΠ 2013.

Κορυφαία εκδήλωση του φετινού προγράμματος αποτελεί η διοργάνωση του MS Festival 2013. Στόχος της διοργάνωσης είναι η ενημέρωση του κοινωνικού συνόλου για τις νεότερες θεραπευτικές εξελίξεις κατά την αντιμετώπιση της ΣΚΠ και η ευαισθητοποίηση των μελών και φίλων της ΕΕΣΚΠ για τις κοινωνικές και θεραπευτικές επιπτώσεις της μάχης κατά της Πολλαπλής Σκλήρυνσης.

Η εκδήλωση θα φιλοξενηθεί στις καταπράσινες εγκαταστάσεις της Αμερικανικής Γεωργικής Σχολής της Θεσσαλονίκης και θα πλαισιώσει τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας για την ΣΚΠ 2013, προβάλλοντας τα μηνύματα της Παγκόσμιας & Ευρωπαϊκής Πλατφόρμας για την Πολλαπλή Σκλήρυνση, των MSIF και EMSP, αντίστοιχα.

Το πρόγραμμα θα εξελιχθεί σε πολλές κατευθύνσεις.

Event Staging: ecopromotion.gr

Το ενημερωτικό σκέλος της διοργάνωσης θα συμπεριλάβει ομιλίες και workshops έτσι ώστε να ακουστούν οι νεότερες εξελίξεις γύρω από τις διαγνωστικές και θεραπευτικές μεθόδους αντιμετώπισης της Πολλαπλής Σκλήρυνσης. Ένας επιπρόσθετος στόχος είναι η ενημέρωση για θέματα που αφορούν τα δικαιώματα των ατόμων που αντιμετωπίζουν την ΣΚΠ, την ψυχολογική υποστήριξη συνοδών και ατόμων με ΣΚΠ και τους εναλλακτικούς τρόπους θεραπείας -όπως η γυμναστική άσκηση, η yoga, η κολύμβηση και η ενασχόληση με την τέχνη.

Στην ενημερωτική ενότητα θα φιλοξενηθούν οι:

- **Δρ. Θάνος Ασκητής,** Ινστιτούτο Ψυχικής & Σεξουαλικής Υγείας
- **Δρ. Βασιλική Γαροπούλου**, Καθηγ. Ειδικής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού M.Sc, PhD
- **Δημοσθένης Ταμπάκος**, Χρυσός Ολυμπιονίκης
- **Christoph Thalheim**: Deputy Director, EMSP [Ευρωπαϊκή Πλατφόρμα για τη ΣΚΠ]

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η ενότητα "Κινούμαι και Ζω", όπου οι επισκέπτες θα ενημερωθούν για ποικίλα θέματα υποστήριξης της κίνησης και εξάσκησης των ατόμων που βρίσκονται αντιμέτωποι με την ΣΚΠ.

Θα οργανωθούν επίσης παράλληλες

ΚΥΡΙΑΚΗ 2 Ιουνίου 2013, Αμερικανική Γεωργική Σχολής Θεσσαλονίκης

Οι ενέργειες έχουν στόχο την επαφή των επισκεπτών με τη φύση και τη συμμετοχή τους σε μια διαδραστική εμπειρία στις καταπράσινες εγκαταστάσεις της Αμερικανικής Γεωργικής Σχολής, έναν εκπαιδευτικό και ψυχαγωγικό προορισμό με εκατονταετή ιστορία και ιδιαίτερη συμβολή στον αγροδιατροφικό τομέα.

ενέργειες ψυχαγωγικού, εκπαιδευτικού και κοινωνικού χαρακτήρα, με απώτερο στόχο την καλλιέργεια του ενδιαφέροντος γύρω από έναν υγιεινό και ισορροπημένο τρόπο διατροφής. Ανάμεσα στις πολλές ενέργειες που θα φέρουν τις επισκέπτες κοντά στη φύση, ξεχωρίζει η οργάνωση του υπαίθριου εργαστηρίου κηπουρικής.

Θα ακουστούν επίσης όλες οι απαραίτητες διατροφικές συμβουλές και θα οργανωθεί ένα εργαστήριο μαγειρικής με αγνά και φυσικά υλικά. Εκεί, οι επισκέπτες, ενήλικες ή παιδιά, αφού περιηγηθούν στους κήπους της Σχολής, θα ετοιμάσουν και θα απολαύσουν ένα λιτό γεύμα στην αίθουσα μαγειρικής.

Εκτός από το πλούσιο ψυχαγωγικό πρόγραμμα, ιδιαίτερη έμφαση θα δοθεί στην καλλιτεχνική διάσταση της ΣΚΠ καθώς θα οργανωθούν εργαστήρια ζωγραφικής και γλυπτικής, έκθεση φωτογραφίας και προβολή μιας σειράς έργων τέχνης. Θα προβληθεί επίσης ένα video που θα παρουσιάσει το ιστορικό δυο μοναδικών ενεργειών art therapy - με τον τίτλο "...The Making of the MSgoesArtistic.gr & BmyEyes Projects...".

Θα προβληθεί επίσης το τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό σποτ με το κοινωνικό μήνυμα της ΕΕΣΚΠ, που επιμελήθηκαν οι συνεργάτες της ΕΕΣΚΠ του τμήματος δημοσίων σχέσεων και επικοινωνίας, με τη φιλική συμμετοχή του γνωστού καλλιτέχνη **Γιάννη Ζουγανέλη** και ακόμα 5 μελών της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας.

Οι επισκέπτες θα έχουν την ευκαιρία να περιηγηθούν στους χώρους της Αμερικανικής Γεωργικής Σχολής, να μάθουν για τα εκπαιδευτικά προγράμματα της Σχολής και να βιώσουν μια μοναδική εμπειρία επαφής με τη φύση.

Αργά το μεσημέρι της Κυριακής 2/6, οι επισκέπτες θα απολαύσουν τις νοστιμιές ενός μπάρμπεκιου που θα οργανωθεί στους μαγευτικούς κήπους της Σχολής.

-Για οδηγίες πρόσβασης στην Αμερικανική Γεωργική Σχολή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα:
www.ecopromotion.gr

ΕΙΣΟΔΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

ΠΡΟΒΟΛΗ VIDEO
"The making of the MSgoesArtistic & BmyEyes projects..."

Β' ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ
[ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ Α.Π.Θ. - ΕΡΓΑΣΙΑ & ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ ΘΕΜΑΤΑ]

Γ' ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ
[ΟΜΙΛΙΕΣ ΚΑΙ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΝΟΔΟΥΣ]

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ *

ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΕΚΤΡΟΦΗΣ ΣΑΛΙΓΚΑΡΙΩΝ *

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ

ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΣΤΟΥΣ ΚΗΠΟΥΣ ΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ *

GYROKINESIS SESSION

ΑΤΟΜΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

* **Απαιτείται δήλωση συμμετοχής στα τηλ: 2310 949909 - 949672, 6944776155, μέχρι την Πέμπτη 30/5/2013**

Εκδήλωση της ΕΕΣΚΠ στο Ηράκλειο της Κρήτης [7/4/2013]

Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκε η ενημερωτική εκδήλωση της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας στο Ηράκλειο της Κρήτης. Η ημερίδα φιλοξενήθηκε στο ξενοδοχείο Galaxy την Κυριακή 7 Απριλίου 2013 με θέμα **«Σύγχρονες θεραπευτικές εξελίξεις στην Πολλαπλή Σκλήρυνση».**

Το πάνελ των ομιλητών αποτελούνταν από τους:

Γεωργακάκη Γεώργιο, Διευθυντή Νευρολογικής Κλινικής Γ. Ν. Χανίων

Μαστοροδήμο Βασίλειο, Επιμελητή Α' Νευρολογικής Κλινικής Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Ηρακλείου.

Αναστάσιο Ωρολογά, Καθηγητή Νευρολογίας Α.Π.Θ., Πρόεδρο του Δ.Σ. της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας και Διευθυντή της Α΄Νευρολογικής Κλινικής του ΑΠΘ.

Τα 150 μέλη και οι φίλοι της ΕΕΣΚΠ παρακολούθησαν με μεγάλο ενδιαφέρον τις ομιλίες των διακεκριμένων επιστημόνων γύρω από τις νεότερες εξελίξεις στο χώρο της Πολλαπλής Σκλήρυνσης. Ακολούθησε ζωηρός διάλογος του σώματος των ομιλητών με το ακροατήριο καθώς οι απορίες και οι ερωτήσεις ήταν πολλές για τα θέματα που παρουσιάστηκαν στα πλαίσια της ημερίδας.

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης σερβιρίστηκε ελαφρύ γεύμα.

Η επιτυχία της διοργάνωσης κατέστη δυνατή με τη συνεργασία της ΕΕΣΚΠ με το τοπικό γραφείο του Ηρακλείου, αλλά και την έντονη δημοσιότητα που δόθηκε μέσω των τηλεοπτικών και ραδιοφωνικών καναλιών της Κρήτης, που κάλυψαν εκτενώς την εκδήλωση.

Ευχαριστήρια

Ευχαριστούμε πολύ το φωτογράφο κ. **Νιργιανάκη Γιώργο**, για την φωτογραφική κάλυψη της ημερίδας του Ηρακλείου. Ελπίζουμε ότι θα τον έχουμε αρωγό μας και στο μέλλον.

Ευχαριστούμε πολύ την κ. **Κική Δέρβου** και την κ. **Σοφία Ανδρεοπούλου** και την κ. **Σούλα Παπανώτα** για την εθελοντική τους συνεισφορά στις δραστηριότητες του γραφείου της Ε.Ε.Σ.Κ.Π.

Ευχαριστούμε πολύ τον κ. **Αστέριο Συλλόπουλο** για την εθελοντική του συνεισφορά στους ασθενείς με ΣΚΠ.

Ευχαριστούμε την κ. **Καλλίνου** για τη δωρεά αναπηρικού αμαξιδίου εις μνήμην του κ. **Ευστράτιου Καλλίνου**.

Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι στα γραφεία της Ε.Ε.Σ.Κ.Π. στη Θεσσαλονίκη πραγματοποιείται **ομαδική και ψυχολογική υποστήριξη** από την κ. **Χάρις Βλαχοδήμου** ψυχολόγο – ψυχοθεραπεύτρια. Μπορείτε να επικοινωνείτε με το Σύλλογο για περισσότερες πληροφορίες στα τηλ.**2310/949909**.

Η κ. **Κατερίνα Σιαμπάνη**, ψυχολόγος - ψυχοθεραπεύτρια της προσέγγισης Gestalt και μέσω του συλλόγου της Ελληνικής Εταιρείας για την Σκλήρυνση Κατα Πλάκας προσφέρω ψυχολογική στήριξη σε άτομα που είναι μέλη του Συλλόγου. Μπορείτε να επικοινωνείτε με τον Σύλλογο για περισσότερες πληροφορίες στα τηλ.**2310/949909**

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

Θεσσαλονίκη
Παν. Χαραλαμπάκη 3 - Κορ. Κωνσταντικάκη, Αγιος 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, Ηλιούπολη16341,
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

To site στο internet είναι:
www.gmss.gr

Μπορείτε μα 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 (25€)

Συμπληρώστε και κόψτε

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ
Στείλτε την συνδρομή σας στην παρακάτω διεύθυνση:
Παν. Χαραλαμπάκη 3 - Κορ. Κωνσταντικάκη, Αγιος 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 25 €)

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

ΟΝΟΜΑ :…….....…

ΕΠΙΘΕΤΟ :……

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ : ……
…….....

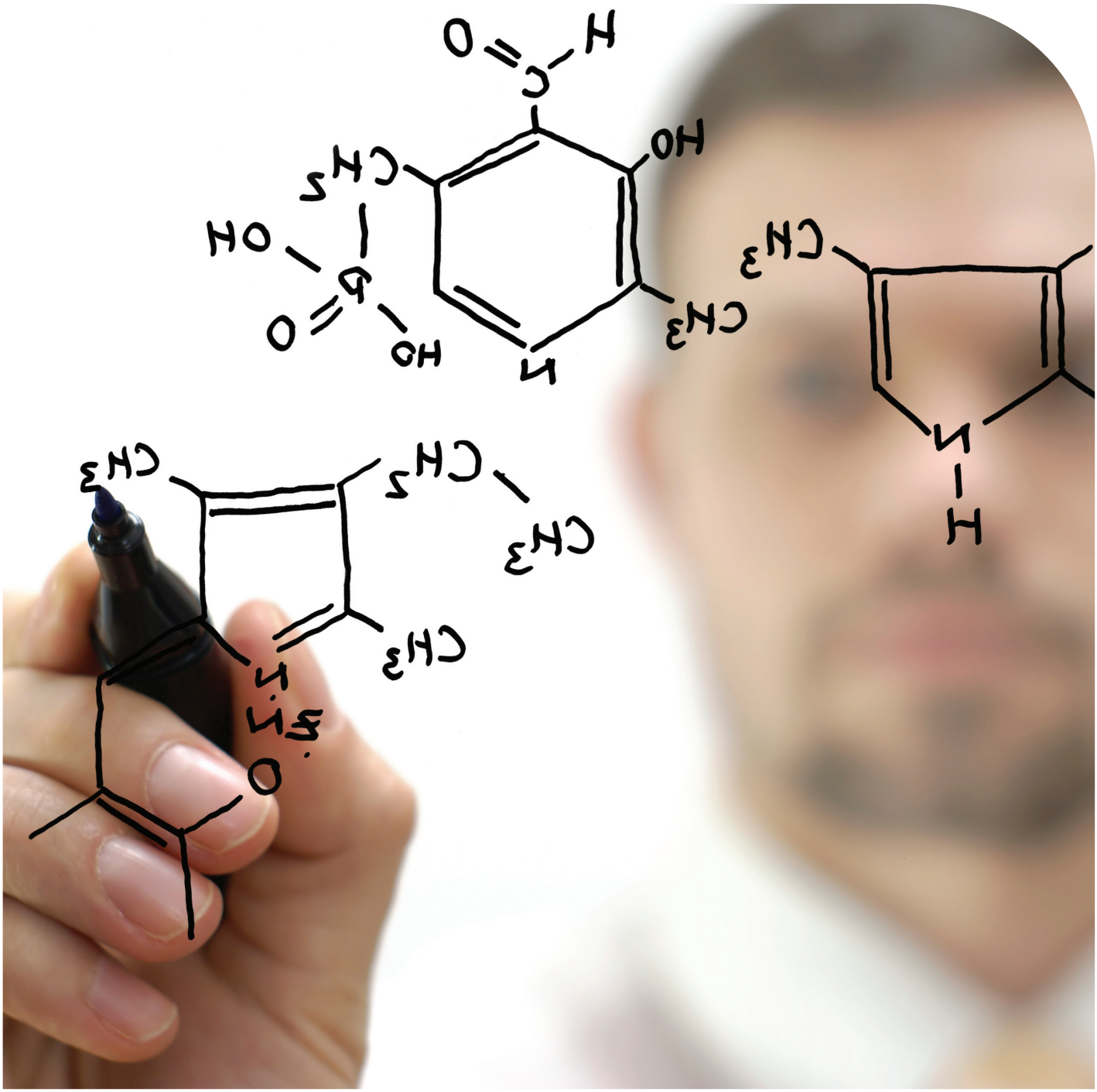
ΠΟΛΗ : …….....

Τ.Κ. :…….

ΤΗΛΕΦΩΝΟ : …….....

EMAIL : …….....

Είμαι α) ασθενής ◯
β) συγγενής ◯
γ) φίλος ◯
δ) θεραπευτής ◯
ε) χορηγός-δωρητής ◯



GEN/04/03.13

Εργαζόμαστε καθημερινά πάνω σε φόρμουλες με στόχο τη βελτίωση της ζωής.

Στη Merck Serono συνδυάζουμε την εξειδίκευσή μας στους τομείς των χημικών και βιολογικών παραγόντων για να προσφέρουμε καινοτόμα συνταγογραφούμενα φάρμακα. Διαθέτουμε κορυφαία προϊόντα που συμβάλλουν στη βελτίωση της ζωής των ασθενών.

Προσφέρουμε θεραπείες στους τομείς που γνωρίζουμε καλύτερα: την ογκολογία, τις νευροεκφυλιστικές παθήσεις, τη γονιμότητα, την ενδοκρινολογία, τις καρδιομεταβολικές παθήσεις. Διαθέτουμε υψηλής ποιότητας προϊόντα σε περισσότερες από 150 χώρες σε ολόκληρο τον κόσμο.

Λεωφόρος Κηφισίας 41-45 (Κτίριο Β), 151 23 Μαρούσι, Αθήνα
www.merck.gr • www.merckserono.gr

Merck Serono

Η Merck Serono είναι ένας κλάδος της Merck.

MERCK