

ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ
ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο
Φοίνικα
Αριθμός Άδειας
020005



Ενημέρωση

Τριμηνιαία έκδοση της Ελληνικής Εταιρίας για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας

Ε.Ε.Σ.Κ.Π.



Υποφέρετε από πόνους...

• στα πέλματα...;

• στα γόνατα...;

• στη μέση...;

τα ορθωτικά πέλματα της
ICB MEDICAL
θεραπεύουν & ανακουφίζουν!



ΣΥΛΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ P.N.F.

ΘΕΣ/ΝΙΚΗ 6945950946

ΑΘΗΝΑ 6947443626

e-mail: sasterios@hol.gr



Αγαπητοί φίλοι,

Σίγουρα η οικονομική κρίση που μαστίζει τη χώρα μας, κάνει όλους τους ανθρώπους πιο σκεπτικούς και προβληματισμένους για το μέλλον τους. Πόσο μάλλον αν στην οικογένεια ή στους ίδιους υπάρχει και μια πάθηση, όπως η ΣΚΠ. Κατανοητοί οι φόβοι και υπαρκτοί σε όλα τα επίπεδα.

Όμως, η κρίση αυτή δεν πρέπει, ούτε είναι δυνατόν να σταματήσει τη ζωή και την αλληλεγγύη μεταξύ των ανθρώπων, ούτε να διακόψει τη δραστηριότητα της Εταιρίας μας. Πέρα από τις άλλες δραστηριότητες και τα ενδιαφέροντα άρθρα λοιπόν, τα οποία θα διαβάσετε στις σελίδες του περιοδικού, αποφασίστηκε πριν από λίγες μέρες η διοργάνωση ενός MS festival την περίοδο που θα γιορτάζεται η παγκόσμια ημέρα για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας, στα τέλη του Μαΐου.

Σκοπός μας είναι τετραπλός: Πρώτον, να γίνει γνωστή στο ευρύ κοινό η πάθηση και να κατεδαφιστούν οι όποιες προλήψεις υπάρχουν ακόμα γύρω από αυτή. Δεύτερον, να ενημερωθούν οι ασθενείς, οι δικοί τους, οι επιστήμονες υγείας, αλλά και όσοι ενδιαφέρονται για τις τελευταίες επιστημονικές εξελίξεις γύρω από τη νόσο. Τρίτον, να παρουσιαστεί το έργο της Εταιρίας, τόσο όσον αφορά την προστασία και την υποστήριξη των μελών σε νομοθετικούς και άλλους τομείς, αλλά και όσον αφορά τις ομάδες βοήθειας και αυτοβοήθειας των μελών μας σε όλη την Ελλάδα. Τέταρτον, να ψυχαγωγηθεί ο κόσμος, με την αρχαία ελληνική έννοια, της αγωγής της ψυχής, μέσα από πολύμορφες εκδηλώσεις-έκπληξη.

Για όλα αυτά όμως, κάντε υπομονή ως το επόμενο περιοδικό, στο οποίο θα ενημερωθείτε αναλυτικότερα! Α! κι αν έχετε κάποια πρόταση ή ιδέα για να τη συμπεριλάβουμε στο MS festival, μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας!

Κλείνοντας, θα ήθελα να σας υπενθυμίσω να μην ξεχνάτε τη συνδρομή σας. Καθώς οι καιροί είναι οικονομικά χαλεποί, κάθε ευρώ είναι πια πολύτιμο και πρέπει να επενδύεται με φειδώ και σύνεση. Προσπαθώντας να επιτύχουμε το καλύτερο δυνατό, χρειαζόμαστε τη συνδρομή σας. Βοηθήστε μας για να σας βοηθήσουμε!

Καλό χειμώνα να έχουμε!

Κώστας Μιχαλάκης, Φιλολόγος-Ιστορικός
Αντιπρόεδρος της ΕΕΣΚΠ



ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ MS

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ:
Ελληνική Εταιρία για τη
Σκλήρυνση κατά Πλάκας
Παν. Χαραλαμπίκη 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:
ΛΙΘΟΓΡΑΦΙΑ
τηλ: 2310 466.776



EDITORIAL	3
ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠροΣΚΠ	5 - 7
ΑΠΟ ΤΗΝ ΟΠΤΙΚΗ ΜΙΑΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΥ	8 - 10
Η Σ.Κ.Π. ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΚΡΙΣΗΣ	14 - 15
ΔΙΑΤΡΟΦΗ	18 - 19
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	20 - 21
AGENDA	22 - 23



**ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΔΙΑΣΥΝΟΡΙΑΚΗΣ ΟΜΠΡΕΛΑΣ
ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΠΑΣΧΟΝΤΟΣ
ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ**



Εξεταζόμαστε, Μαθαίνουμε, Προλαμβάνουμε



**Το έργο «Δημιουργία
Διασυνοριακής Ομπρέλας
Προστασίας του Γενικού
και Πάσχοντος Πληθυσμού
για τη Σκλήρυνση
Κατά Πλάκας»**



Το έργο με τίτλο «**Δημιουργία Διασυνοριακής Ομπρέλας Προστασίας του γενικού και πάσχοντος πληθυσμού για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας**» εντάσσεται και υλοποιείται στο πλαίσιο του Άξονα Προτεραιότητας 3 και τον Ειδικό Στόχο 3.3 του Προγράμματος Ευρωπαϊκής Εδαφικής Συνεργασίας ΕΛΛΑΔΑ - ΚΥΠΡΟΣ 2007-2013.

Το κοινοπρακτικό σχήμα του έργου αποτελείται από την **Ελληνική Εταιρία για τη Σκλήρυνση Κατά Πλάκας** και το **Ανοιχτό Πανεπιστήμιο Κύπρου**.

Το έργο στοχεύει να βοηθήσει τους πάσχοντες από ΣΚΠ και τους συγγενείς αυτών, να επωφεληθούν από τη δημιουργία ενός διασυνοριακού δικτύου, το οποίο θα προωθήσει στρατηγικές και θα υλοποιήσει δράσεις για την έγκυρη ενημέρωση του πληθυσμού σχετικά με τα θέματα της ΣΚΠ, τόσο σε επίπεδο διαγνωστικό, όσο και σε επίπεδο συμβουλευτικό και ψυχολογικής υποστήριξης στους ήδη πάσχοντες από ΣΚΠ και στα πρόσωπα που εμπλέκονται στην φροντίδα τους.

Οι δράσεις του έργου που θα καλύψουν γεωγραφικά ολόκληρη την Κύπρο και την Κρήτη, περιλαμβάνουν:

- Έκθεση Αναφοράς για την παρούσα κατάσταση των ατόμων που πάσχουν από ΣΚΠ στις συμμετέχουσες χώρες, εστιάζοντας στα στοιχεία από την επιλέξιμη διασυνοριακή περιοχή και σύγκριση με τα αντίστοιχα στατιστικά στοιχεία των υπόλοιπων χωρών - μελών της Ε.Ε.,
- Χαρτογράφηση υπηρεσιών και επαγγελματιών υγείας, κοινωνικής μέριμνας και ψυχολογικής υποστήριξης για τους πάσχοντες από ΣΚΠ.
- Λειτουργία δύο κινητών μονάδων (μία σε κάθε διασυνοριακή περιοχή) δωρεάν εξέτασης πληθυσμού και συμβουλευτικής πασχόντων από ΣΚΠ (ενημέρωση, ψυχολογική και κοινωνική υποστήριξη).

Στόχοι του έργου

Πιο συγκεκριμένα, το έργο στοχεύει στα ακόλουθα:

1. Αύξηση της ευαισθητοποίησης σε θέματα πρόληψης Σκλήρυνσης Κατά Πλάκας μέσα από ενημερωτικές καμπάνιες.
2. Πρόσβαση σε πληροφορίες για θέματα Σκλήρυνσης Κατά Πλάκας ειδικά στις απομακρυσμένες – απομονωμένες περιοχές της επιλέξιμης διασυνοριακής περιοχής.
3. Παροχή προληπτικής και διαγνωστικής ιατρικής φροντίδας αναφορικά με τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας σε γενικό πληθυσμό απομακρυσμένων – απομονωμένων περιοχών μέσω κινητών μονάδων δωρεάν εξέτασης (προληπτικά και διαγνωστικά τεστ) και συμβουλευτική, ψυχολογική και κοινωνική υποστήριξη για πάσχοντες από Σκλήρυνση Κατά Πλάκας.
4. Προώθηση και υιοθέτηση του Κώδικα Ορθών Πρακτικών, που πρότείνει το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και τον προσδιορισμό ενιαίων μεθόδων περίθαλψης και δραστηριοτήτων αποκατάστασης.
5. Ενδυνάμωση της κοινωνικής συνοχής
6. Υποστήριξη των ατόμων που πάσχουν από Σκλήρυνση Κατά Πλάκας για την ανάπτυξη αυτοπεποίθησης και προσωπικών δεξιοτήτων, ώστε να νοιάζονται για την προσωπική τους υγεία, να αναλάβουν ενεργό ρόλο στην κατανόηση, την επικοινωνία και τη λήψη αποφάσεων για τα ζητήματα υγείας που τους αφορούν.



Αναμενόμενα Αποτελέσματα

Τα αναμενόμενα αποτελέσματα συνοψίζονται στα ακόλουθα:

1. συντονισμός πρωτοβουλιών για την παρακολούθηση της υγείας του πληθυσμού και την προώθηση της πρόληψης της υγείας αναφορικά με την Σκλήρυνση κατά Πλάκας,
2. αξιολόγηση των παρεμβάσεων υγείας,
3. παραγωγή συγκριτικών δεδομένων πληροφόρησης αναφορικά με την υγεία των πασχόντων από Σκλήρυνση κατά Πλάκας,
4. ο γενικός πληθυσμός της διασυνοριακής περιοχής να κινητοποιηθεί για να εξετασθεί προληπτικά για Σκλήρυνση κατά Πλάκας,
5. να γνωστοποιηθούν οι φορείς υγείας, δημόσιες αρχές υγείας, νοσοκομειακά ιδρύματα, σύνδεσμοι πασχόντων από Σκλήρυνση κατά Πλάκας που εδρεύουν στη διασυνοριακή περιοχή,
6. να βοηθηθούν οι οικονομικά ασθενέστεροι να υποβληθούν σε ένα δωρεάν διαγνωστικό έλεγχο για τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας,
7. να προσδιοριστούν τα οφέλη και τα προβλήματα που θα ανακύψουν από μια τέτοιου τύπου διασυνοριακή συνεργασία,
8. ανάπτυξη συνεργασίας των μελών του εταιρικού σχήματος με Νοσηλευτικά Ιδρύματα της διασυνοριακής περιοχής, στο πλαίσιο των Πολιτικών που προτείνει η ΕΕ.



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΔΙΑΣΥΝΟΡΙΑΚΗΣ ΟΜΠΡΕΛΑΣ
ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΠΑΣΧΟΝΤΟΣ
ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

Εξεταζόμαστε, Μαθαίνουμε, Προλαμβάνουμε

Η Σκλήρυνση Κατά Πλάκας

Η σκλήρυνση κατά πλάκας είναι μια χρόνια ασθένεια του κεντρικού νευρικού συστήματος και έχει χαρακτηριστεί ως αυτοάνοση πάθηση άγνωστης αιτιολογίας. Η ΣΚΠ είναι μια πάθηση με πολλές μεταβολές. Η απομυελίνωση μπορεί να προσβάλλει τόσο τους κινητικούς όσο και τους αισθητικούς νευρώνες και έτσι μπορεί να επιδράσει στην κίνηση, στην αφή ή στις άλλες αισθήσεις. Είναι μια νόσος «προσωπική» σαν το δακτυλικό αποτύπωμα όπου ο καθένας ακολουθεί τη δική του πορεία και δεν υπάρχουν δύο ίδιες περιπτώσεις πασχόντων. Αυτή τη στιγμή πάνω από 2 εκατομμύρια άνθρωποι στον κόσμο πάσχουν από τη νόσο, στην Ευρωπαϊκή Ένωση 400.000 άτομα και περίπου 10.000 είναι οι ασθενείς στη χώρα μας, ενώ το μεγαλύτερο ποσοστό αφορά νέες γυναίκες, καθώς προσβάλλει περισσότερο τις γυναίκες απ' ότι τους άνδρες σε αναλογία 2 προς 3. Η αντιμετώπισή της αποτελεί ακόμη μεγαλύτερη πρόκληση, αφενός, λόγω της προοδευτικής της φύσης και, αφετέρου, επειδή τα άτομα προσβάλλονται συνήθως κατά τα πιο παραγωγικά στάδια της ζωής τους. Αξίζει να σημειωθεί πως δεν υπάρχει κάποιο μέρος του κόσμου, όπου οι σύνθετες ανάγκες των Ατόμων με ΣΚΠ αντιμετωπίζονται επαρκώς. Οι ασθενείς σε όλο τον κόσμο έρχονται, μεταξύ άλλων, αντιμέτωποι με:

- α) την έλλειψη κοινωνικής στήριξης
- β) την έλλειψη πληροφόρησης και σωστής ενημέρωσης για τη ΣΚΠ
- γ) την ανισότητα στην πρόσβαση σε ανοσοτροποποιητικές θεραπείες.
- δ) δυσκολίες στα θέματα της απασχόλησης, της ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης και της κοινωνικής ασφάλισης.

Η ασθένεια αξίζει και πρέπει να αναγνωριστεί μέσω της καλύτερης υποστήριξης των ασθενών καθώς και της αναζήτησης χρησιμων λύσεων στα διάφορα προβλήματα που αντιμετωπίζουν. Για να γίνει κάτι τέτοιο εφικτό, μια από τις προϋποθέσεις είναι η ισότιμη πρόσβαση των πολιτών στις υπηρεσίες υγείας και η ισότιμη παροχή όλων των αποτελεσματικών μέσων.

Παρά την όποια πρόοδο σε ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο, στρατηγικές για την προώθηση της ενημέρωσης σχετικά με τη Σκλήρυνση κατά Πλάκας τόσο σε εθνικό, όσο και σε περιφερειακό επίπεδο, δεν έχουν εισαχθεί ακόμη με συστηματικό τρόπο.

Για περισσότερες πληροφορίες καλέστε στο **2810 322811** ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **www.proskp.eu**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ
ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

είμαστε κοντά σας, μπορούμε να βοηθήσουμε



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Το έργο συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΤΠΑ)
και από Εθνικούς Πόρους της Ελλάδας και της Κύπρου



Πρόγραμμα Διασυνοριακής Συνεργασίας
Ελλάδα - Κύπρος 2007-2013
ΕΠΕΝΔΥΟΥΜΕ ΣΤΟ ΚΟΙΝΟ ΜΑΣ ΜΕΛΛΟΝ

Η Ατομική Ψυχολογική Υποστήριξη σε Ασθενείς με ΣΚΠ... από την οπτική μιας Ψυχολόγου

Μινώα Πανίδου

Ψυχολόγος, MA Psychoanalysis
BSc Psychology & Sociology

Σκεφτόμουν ότι στις ψυχο-λογικές στήλες συνήθως δεν αναλύονται θέματα από την οπτική του ψυχολόγου. Σήμερα λοιπόν, θα σας γράψω γιατί με ενδιαφέρει να συνεργάζομαι με ανθρώπους που έχουν Σκλήρυνση κατά Πλάκας.

Η Σκλήρυνση κατά Πλάκας έχει ερευνηθεί και μελετηθεί ενδελεχώς ιδιαίτερα την τελευταία δεκαετία. Δεν υπάρχει ίσως τίποτα ιδιαίτερα σημαντικό σε επίπεδο επιστημονικής ανακάλυψης που να μπορούσα να προσθέσω στις γνώσεις σας σήμερα, εκτός από την προσωπική μου εμπειρία, στην πράξη μαζί της, σαν ψυχολόγος. Και την γοητεία που μου ασκεί σαν άνθρωπος. Δουλεύοντας καθημερινά για 8 χρόνια με ασθενείς με τη συγκεκριμένη νόσο, με συνεπήρε η 'αναρχικότητά' της. Και αυτή της την **γοητεία** που κρύβεται στο **άγνωστο της αιτίας, της έκβασης και των ψυχολογικών αντιδράσεων** που προκαλεί, θα ήθελα να δείξω, καθώς και τα κύρια σημεία του τρόπου δουλειάς σαν ψυχολόγος στην Ελληνική Εταιρία Σκλήρυνσης κατά Πλάκας. Στο 1ο μέρος θα



αναφερθούν οι ιδιαιτερότητες της Σκλήρυνσης και τα σημεία που μου φάνηκαν χρήσιμα στον τρόπο δουλειάς και στο 2ο τα βασικά σημεία του τρόπου δουλειάς στην πράξη.

Στην Ελληνική Εταιρία Σκλήρυνσης κατά Πλάκας λοιπόν, δουλεύουμε με άτομα που τους 'έτυχε' αυτή η νόσος. Και αναφέρομαι σ' αυτή τη λέξη 'έτυχε' γιατί δεν είναι ακόμη σαφή τα **αίτια** της. Από όσο γνωρίζω δεν υπάρχει ακόμα, μετά από 180 χρόνια, η ακριβής αιτία, άρα και η οριστική λύση της. Το **1ο στοιχείο** που της προσδίδει μυστήριο, για 'μένα. Στην πραγματικότητα δεν είναι και τόσο γοητευτικό, γιατί στο μυαλό των ανθρώπων που δεν εμπλέκονται θεραπευτικά με το αντικείμενο, μεταφράζεται σε taboo. Taboo, κατάρα, στίγμα. Κάτι, για το οποίο **δεν** μιλάμε. Και ότι δεν εκφράζεται, δεν γίνεται λόγος μπορεί να αρνηθούμε

την ύπαρξή του, να θαφτεί, να απωθηθεί. Ο ασθενής, και θα αναφέρομαι στη λέξη ασθενής για τη σωματική του νόσο, για να φτάσει στο σημείο να θέλει να μιλήσει γι' αυτό, θα πρέπει ήδη να έχει αρνηθεί να το... αρνηθεί. Δεν είναι το ίδιο με το να έχει σπάσει πχ. Το πόδι του.

Χωρίς να θέλω να υποτιμήσω την συμβολική σημασία ενός σπασμένου μέλους, η θεραπεία του, ακολουθεί μια σταθερή πορεία, η έκβαση της οποίας είναι σαφής. Ανάλογα με τη σοβαρότητα του, συνήθως είναι θετική, με σχετικά σύντομο χρόνο ανάρρωσης. Και αν δεν είναι σύντομος, κάποια στιγμή θα γίνει καλά. Δεν συμβαίνει όμως το ίδιο με την Σκλήρυνση, που, αν αφεθεί χωρίς τη σωστή θεραπεία, επιδεινώνεται συνεχώς.

Ευτυχώς, μέσω της συνεχούς έρευ-

νας υπάρχουν σοβαρές θεραπείες σταθεροποίησής της. Είναι όμως χρόνια και τα συμπτώματά της ποτέ δεν είναι ακριβώς τα ίδια. Αυτό είναι το **2ο στοιχείο**, που για εμένα της προσδίδει γοητεία. Το ότι δεν ακριβή πρόβλεψη του τι ακριβώς θα πολεμήσεις, που και τότε και αν θα χτυπήσει μετά. Μπορεί να φέρει πάρεση, σπαστικότητα, διπλωπία, δυσαρθρία, δυσφαγία, αντιληπτικά και συναισθηματικά ελλείμματα, ακράτεια ούρων, πόνο, κόπωση... ο κατάλογος είναι μεγάλος. Και ανάλογα με τη συμβολική σημασία του σωματικού μέλους ή λειτουργίας που θα πλήξει, θα πρέπει να είναι ο ψυχολόγος προετοιμασμένος και για την αντίστοιχη ψυχολογική αντίδραση. Π.χ. πώς θα μπορούσε να αντιδράσει ένας νεαρός άντρας, όταν στο απόγειο της αναπαραγωγικής του ζωής έχει να αντιμετωπίσει ανάμεσα σε άλλα και τη στυτική δυσλειτουργία...?

Για έναν άνθρωπο, συνήθως νέο 25-35 ετών, η διάγνωσή της ισοδυναμεί με ένα ισχυρό σοκ, διότι σύμφωνα τουλάχιστον με τα υπάρχοντα δεδομένα θα τον συντροφεύει μια ζωή. Εκτός από την πιθανή διαταραχή μετατραυματικού στρες από το ισχυρό σοκ της αναγγελίας της άφιξής της, σαν ψυχολόγο με εξέπληξε η ποικιλία των ψυχολογικών εκφράσεων του ψυχικού πόνου, ανάλογα με το άτομο και τις ψυχολογικές άμυνες του.

Αυτό είναι το **3ο στοιχείο**, που για εμένα της προσδίδει μυστήριο. Το ότι σαν ψυχολόγος ποτέ δεν ξέρω τι ψυχολογική αντίδραση να περιμένω. Οι αντιδράσεις είναι μοναδικές, γιατί τα συμπτώματά της είναι μοναδικά. Αν το δούμε λιγότερο ρομαντικά, το πρώτο που συνήθως πλήττεται είναι η **εικόνα του σώ-**

ματος. Ξαφνικά μπορεί να αλλάξει η αντίληψη για το προηγούμενως ακέραιο και υγιές σωματικό Εγώ. Το **πένθος για την απώλεια της υγείας** επηρεάζει όλους τους ασθενείς, αν και ο καθένας έχει τους δικούς του ρυθμούς, τρόπο έκφρασης και ικανότητα προσαρμογής. Ο άνθρωπος ξαφνικά μπορεί να μην είναι πια τόσο εύρωστος, αρρενωπός ή θηλυκός, επαγγελματικά επιτυχής, ατομικά και κοινωνικά λειτουργικός... Ως συνέπεια, συνήθως αυξάνεται το άγχος και μειώνεται η αυτοπεποίθηση. Μπορεί να εμφανιστούν καταθλιπτικά συμπτώματα, ή αν είναι απότομη η αλλαγή της συνειδητοποίησης του σωματικού Εγώ, ακόμη και ψυχωτικού τύπου άμυνες. Μπορούμε να περιμένουμε ακόμη ίσως και την εμφάνιση ευφορικού συναισθήματος, συνήθως λόγο άρνησης.

Επίσης, επειδή αλλάζουν οι **ισορροπίες** στο **ατομικό σωματικό, αντιληπτικό και συναισθηματικό** επίπεδο, αλλάζουν και οι ισορροπίες ανάμεσα στο άτομο και το περιβάλλον του. Ρόλος του ψυχολόγου είναι να συντονίσει τα θέλω και τις απαιτήσεις **και** των δύο πλευρών, καθώς **αλλάζουν** στην εξέλιξη της αποκατάστασης. Οι άμεσοι συνοδοί περνούν και αυτοί τα στάδια προσαρμογής από το σοκ στην αναπηρία στην αποδοχή, βγάζοντας στην επιφάνεια τους δικούς τους **ασυνειδητούς φόβους**, καθώς επίσης και **ενοχές** και πιθανώς **υπέρμετρες προσδοκίες, θυμό ή υπερπροστατευτικότητα**. Ψυχραιμος χειρισμός θα ήταν καλό να γίνει ως προς τον **ρόλο** του ανθρώπου με σκλήρυνση στο οικογενεια-

κό σύνολο, ιδιαίτερα στην περίπτωση που έχει τεκνοποιήσει.

Καλό επίσης θα ήταν ο ψυχολόγος να ξέρει τα όριά του. Π.χ. στα πλαίσια της διεπιστημονικής ομάδας να αφήνει την προσαρμογή στο κοινωνικό και εργασιακό περιβάλλον στα χέρια του αρμόδιου κοινωνικού λειτουργού. Ο σωστός χειρισμός των ισορροπιών ανάμεσα στους **θεραπευτές, τον ασθενή και τους συνοδούς** του, ώστε να λειτουργούν σαν ένα **αρμονικό σύνολο**, είναι κατά τη γνώμη μου, ένα από τα **σημαντικότερα και δυσκολότερα** κομμάτια της **θεραπευτικής διαδικασίας**.

Ένα σημείο που προσωπικά δε με γοητεύει και τόσο... μέχρι τη στιγμή που ανατρέπεται βέβαια... είναι το ότι μπορούμε να έχουμε ένα βαθμό **πρόβλεψης των συναισθηματικών αντιδράσεων του ασθενή με σκλήρυνση στο στρες, ανάλογα με την προσωπικότητά του**. Οι συναισθηματικές αντιδράσεις επιδεινώνονται κάτω από το φάσμα της πάθησης. Σαν ψυχολόγοι, επιδιώκουμε την λειτουργικότητα του ανθρώπου με Σκλήρυνση. Το να **βγει** από το ρόλο του αρρώστου. Όμως, υπάρχουν κάποια στοιχεία του χαρακτήρα που μπορούν να μας βοηθήσουν να μην περιμένουμε ότι αυτό **δεν θα είναι εύκολο**.

Κατά τη γνώμη μου, η χρόνια αυτή πάθηση λειτουργεί σαν **μεγεθυντικός φακός**, τονίζοντας τα προϋπάρχοντα στοιχεία του χαρακτήρα. Θετικά ή αρνητικά. Αν ο ασθενής ήταν **φοβικός**, θα εκφράζει πιο έντονα τους φόβους, και τις ανησυχίες του, πιθανώς αγωνιώντας υπερβολικά ή μέσα από ευερεθιστότητα, εχθρικότητα και έλλειψη συνεργασίας με τους θεραπευτές





του. Αν ήταν **αγχώδης** και σχολαστικός πιθανώς να θέλει να ελέγχει τη διαδικασία, επιμένοντας στην επικράτηση δικών του κανόνων θεραπείας.

Περιμένουμε ότι άνθρωποι με **στοιχεία εξάρτησης** θα γίνουν ακόμα πιο εξαρτώμενοι από την αναμενόμενη **μείωση της λειτουργικότητάς τους**, η οποία ικανοποιεί την ανάγκη τους για εξάρτηση. Κατά την άποψή μου, στην Ελλάδα συνήθως οι οικογενειακοί δεσμοί έχουν έντονο το στοιχείο της εξάρτησης, **παλινδρομώντας** τον ασθενή σε προηγούμενα στάδια συμπεριφοράς, μετατρέποντας τον συμβολικά σε 'παιδί'. Επίσης, θετικά στο ρόλο του 'ασθενή' μπορεί να αντιδράσουν άτομα που ήταν από πριν μοναχικά ή κοινωνικά αποσυρμένα, διότι μέσα από την πάθηση, τους δίνεται η ευκαιρία να **εκφραστούν** και να δημιουργήσουν κοινωνικές σχέσεις. Τέλος, παγιδεύονται στο ρόλο του 'αρρώστου' άνθρωποι με προϋπάρχουσες **ενοχές**, καθώς έτσι ικανοποιείται η ανάγκη για τιμωρία και εξιλέωση.

Επίσης, έντονο άγχος, καταθλιπτικά ή ψυχαναγκαστικά στοιχεία μπορεί να εκφράσουν άνθρωποι **δραστήριοι** και **κοινωνικοί**, διότι η προοπτική της μείωσης της κινητικότητάς τους, τους στερεί τη δράση και τις κοινωνικές δραστηριότητές τους.

Το **4ο και τελευταίο στοιχείο** που με γοητεύει είναι το πώς, **στην πράξη**, οι λέξεις από τα βιβλία γίνονται άνθρωποι, με παρελθόν, παρόν και μέλλον. Και ιδιαίτερα στη σκλήρυνση, **πώς λειτουργούν** αυτοί οι άνθρωποι, έχοντας μαζί τους, από ένα **τυχαίο χρονικό σημείο** και μετά, έναν εγκάθετο συνταξιδιώτη, ο οποίος τους δυσκολεύει, αλλά σε βάθος χρόνου μπορεί να τους κάνει ποιο ικανούς και ίσως... πιο σοφούς. Άλλωστε, όποιος καταφέρει να βρει τις ισορροπίες του ζώντας με την σκλήρυνση, δεν νομίζω να μπορεί να αποσταθεροποιηθεί εύκολα από άλλα γεγονότα της ζωής.

Προσωπικά, έχω την τύχη να συνεργάζομαι με την Ελληνική Εταιρία για την Σκλήρυνση κατά Πλάκας, τα τελευταία 2 περίπου χρόνια.

Σε πρακτικό επίπεδο δουλειάς, σε συνεργασία με τη διεπιστημονική ομάδα, το πλάνο των συνεδριών ψυχολογικής υποστήριξης καθορίζεται από τις **ατομικές** ανάγκες του ασθενούς και την ύπαρξη ή μη ενός **υποστηρικτικού** περιβάλλοντος. **Σκοπός** της ατομικής ψυχολογικής υποστήριξης είναι η όσο το δυνατόν μεγαλύτερη **συναισθηματική σταθερότητα** και η **λειτουργικότητα** σε **ατομικό** και **κοινωνικό** επίπεδο. Αντικειμενικός στόχος δεν είναι ο μετασχηματισμός της προσωπικότητάς, αλλά η **μείωση των ψυχολογικών συμπτωμάτων** και η επίτευξη της **ψυχικής ισορροπίας**, μέσα από ενίσχυση των εν ενεργεία **ψυχολογικών αμυνών** και την αύξηση της **προσαρμοστικής ικανότητας**. Δηλαδή, να περάσει ο άνθρωπος με σκλήρυνση, όσο γίνεται πιο ομαλά τα στάδια από το αρχικό σοκ στην αποδοχή της πάθησης. Η τεχνική που χρησιμοποιείται προσαρμόζεται στον κάθε άνθρωπο και ποικίλλει

ανάλογα με την προσωπικότητα και τις συνθήκες της πάθησης.

Παρότι, οι συνεδρίες μου επηρεάζονται θεωρητικά από το Ψυχοδυναμικό μοντέλο, λόγω της ψυχαναλυτικής μου κατάρτισης, προσανατολίζονται όχι τόσο στο παρελθόν το **παρόν** και το **μέλλον**, όσο στο παρόν και το μέλλον, μέσα από κλίμα καλλιέργειας **επικοινωνίας, καλής συνεργασίας** και **εμπιστοσύνης**. Παράλληλα γίνεται εκτίμηση των υπαρχουσών και των αναγκαίων **δεξιοτήτων** και υποστηρικτικού **συστήματος**. Λαμβάνεται υπόψη η πιθανή **ψυχοφαρμακευτική** αγωγή και οι στόχοι θέτονται σε συνεργασία με τον αρμόδιο νευρολόγο-ψυχίατρο και τη διεπιστημονική ομάδα.

Τέλος, κατά την άποψή μου, κάθε ιατρική νόσος χρωματίζει με τις δικές της **λεπτές αποχρώσεις** τον ανθρώπινο **ψυχικό πόνο**. Από πλευράς ψυχολόγου, χρειάζεται γνώσεις, συνεχής κατάρτιση, πάθος, σιγουριά για την αβεβαιότητα της έκβασης της πάθησης και αντοχή στη ματαίωση. Από όλες τις παθήσεις που προσωπικά έχω δουλέψει, η Σκλήρυνση κατά πλάκας, είναι ακόμα πιο γοητευτική και ιδιαίτερη, για εμένα, λόγω του **αγνώστου της ακριβούς αιτίας, της έκβασής και συνεπώς των ψυχολογικών αντιδράσεων** που προκαλεί. Όπως και η ίδια εξελίσσεται, έτσι και η ψυχολογική της αποκατάστασή είναι μια εξελικτική διαδικασία, η οποία, η οποία είναι μέρος της **συνολικής** αποκατάστασης, που όταν γίνεται μέσα από μια σωστή συνεργασία της διεπιστημονικής ομάδας, έχει τα **θετικότερα αποτελέσματα**.

Σας ευχαριστώ.

Μινώα Πανίδου



ΑΘ. ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.
ORTHOSTATICAL
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΑ ΕΙΔΗ ΕΙΔΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ



Δωρεάν επίδειξη
Άμεση παράδοση
Δωρεάν service

Minivator



Η πρόσβαση δεν έχει όρια ανεβείτε παντού με ασφάλεια & άνεση

Καλέστε μας για μια δωρεάν μελέτη του χώρου σας

Χειροκίνητο 4Life



Μεγάλη ποικιλία
σε ετοιμοπαράδοτα

- Χειροκίνητα ελαφρού τύπου
- Ηλεκτρικά αμαξίδια
- Ορθοστάτες
- Γερανάκια
- Παιδικά βοηθήματα
- Μαξιλάρια κατά των κατακλίσεων
- Κρεβάτια
- Είδη μπάνιου

Scooter



HS-928
ταχύτητα 15km/h
αυτονομία 65km



HS-898
ταχύτητα 15km/h
αυτονομία 48km



HS-589
ταχύτητα 12km/h
αυτονομία 40km



HS-559
ταχύτητα 12km/h
αυτονομία 40km



HS-360
ταχύτητα 8km/h
αυτονομία 15km

Θεσσαλονίκη

Μιχαηλίδου ΑΘ. & Σια Ο.Ε | Ανθέων 27, Συκιές | TK 566 26 | T 2310 214127 | F 2310 214590 | www.orthostatical.gr



NEA OTHON touch screen

Ποδήλατα THERA άνω κάτω άκρων

- για να διατηρήσετε τη μυϊκή μάζα
- για να ρυθμίσετε το μυϊκό τόνο
- για να περιορίσετε τη σπαστικότητα
- για μειώσετε πιθανά οιδήματα
- για να αυξήσετε τη κυκλοφορία του αίματος
- για να τονώσετε το κυστικό & εντερικό σύστημα



Γερανάκι VIKING XS

- από αλουμίνιο
- Σουηδικής κατασκευής
- σηκώνει 160kg
- το πιο στενό γερανάκι μόνο 54cm πλάτος



Ηλεκτρικά



HS-6200

- εύκολη μεταφορά & αυτονομία
- πτυσσόμενο όπως ένα χειροκίνητο
- αυτονομία για 40km
- ταχύτητα 8 km/h

Ορθοστάτης ΗΙ-LO M 18.64



- προλαμβάνει αγκυλώσεις & κατακλίσεις
- λειτουργεί ευεργετικά για τη δομή των οστών
- σταθεροποιεί το κυκλοφορικό
- ανακουφίζει από τη λάθος στάση σώματος
- ρυθμίζει το ουροποιητικό & πεπτικό σύστημα

Κρεβάτια

Κρεβάτι ηλεκτρικό με ηλεκτρικές ανακλίσεις, trendelemburg, ηλεκτρική ρύθμιση καθύψους.





Η Σκλήρυνση Κατά Πλάκας στην εποχή της κρίσης

Εδώ και τρία χρόνια η χώρα μας βρίσκεται στη δίνη της οικονομικής κρίσης και τις συνέπειες της. Από την κρίση αυτή δεν είναι δυνατό να μείνει αλώβητη καμιά κοινωνική ομάδα της χώρας. Δυστυχώς, και τα άτομα με ΣΚΠ βιώνουν διαρκή υποβάθμιση του βιολογικού τους επιπέδου, είτε άμεσα, είτε έμμεσα. Ας δούμε ποια είναι αυτά, σε γενικές γραμμές:

Α) Κοινωνικά προβλήματα

Σε μια χώρα στην οποία υπάρχουν σχεδόν δύο εκατομμύρια άνεργοι, είναι κατανοητό ότι και οι οικογένειες των ατόμων με ΣΚΠ, όσο και οι ίδιοι αντιμετωπίζουν πρόβλημα στην εύρεση εργασίας.

Αν η ανεργία είναι πρόβλημα για κάθε άνθρωπο, είναι πολύ πιο έντονο, όπως έχει αποδειχτεί στο συνέδριο της Μάλτας του 2003 για τον ασθενή με ΣΚΠ, καθώς οι ασθενείς που εργάζονται έχουν κατά τεκμήριο καλύτερη εξέλιξη στην πάθηση τους από τους άνεργους.

Αλλά και η γενικότερη πτώση του βιολογικού επιπέδου (ακρίβεια, αυξήσεις σε τιμές, αβεβαιότητα κτλ) είναι λογικό να αντανακλούν και σε αυτόν.

Β) Υποβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών

Από τις αρχές του 2012 όλοι ανεξαιρέτως οι ασθενείς πληρώνουν το 15% για το κόστος διάφορων εξετάσεων, όπως αιματολογικές, μαγνητική τομογραφία κτλ. Αν όμως μια μαγνητική τομογραφία είναι σπάνια εξέταση σε γενικές γραμμές, για τη ΣΚΠ είναι απαραίτητη τόσο για τη διάγνωση, όσο και για τον έλεγχο της πορείας της. Το ίδιο ισχύει και για μια σειρά άλλες εξετάσεις. Είναι λοιπόν μεγάλη η οικονομική αιμορραγία των ασθενών με αυτές τις εξελίξεις. Ευτυχώς, ακόμη υπάρχουν φάρμακα και διατίθενται δωρεάν. Θα είναι όμως casus belli (αιτία πολέμου) είτε ο εξαναγκασμός να πληρώνουν μέρος των φαρμάκων, είτε η μείωση των αναπηρικών επιδομάτων, τα οποία προς το παρόν έχουν γλιτώσει από το σφαγείο των περικοπών.

Γ) Αποδιοργάνωση των υπηρεσιών

Είναι γνωστό ότι από την ίδρυση του ΕΟΠΥΥ και μετά, έχει δημιουργηθεί ένα τεράστιο αλαλούμ στην προσπάθεια για εύρεση γιατρών, ενώ υπάρχει και πρόβλημα στην παροχή φαρμάκων που έχουν έμμεση σχέση με τη ΣΚΠ, καθώς είτε υπάρχει έλλειψη, είτε πολλά φαρμακεία είναι κλειστά. Το μεγαλύτερο όμως πρόβλημα βρίσκεται στα περίφημα ΚΕΠΑ, όπου, πέρα από την απί-

στευτη αργοπορία, η οποία κοστίζει στους ασθενείς σε επιδόματα και άλλες παροχές, οι γνωματεύσεις στις περισσότερες περιπτώσεις δε συνάδουν με τα κριτήρια που θέτει η σύγχρονη επιστήμη για τη ΣΚΠ. Δεν είναι μόνο κριτήριο το αν βαδίζει ή όχι ο ασθενής...

Θα μπορούσαν να προστεθούν και πολλές άλλες περιπτώσεις στις τρεις, οι οποίες προαναφέρθηκαν. Οι παραπάνω όμως είναι οι πιο συχνές και πιο χαρακτηριστικές.

Κι όμως, η οικονομική πολιτική όλων των κυβερνήσεων ως τώρα είναι εν μέρει υπεύθυνη για την αύξηση των κρουσμάτων της ΣΚΠ στην Ελλάδα. Στο παγκόσμιο συνέδριο ECTRIMS/ACTRIMS 2011 για τη νόσο, συμφώνησαν ότι το στρες που έχει προκαλέσει η οικονομική και κοινωνική κρίση πυροδοτεί τη νόσο σε άτομα που ίσως δεν θα την εκδήλωναν ποτέ. «Δεν είναι δηλαδή το στρες που προκαλεί τη νόσο, αλλά αποτελεί μια σημαντική παράμετρο που μπορεί να πυροδοτήσει μια αυτοάνοση αντίδραση όπως είναι η ΣΚΠ», όπως ανέφερε ο αναπληρωτής καθηγητής Νευρολογίας στο ΑΠΘ, Νίκος Γρηγοριάδης.

Επιπλέον, το στρες δρα αρνητικά και επιδεινώνεται συμπτώματα όσων πάσχουν από σκλήρυνση, με αποτέλεσμα ενώ βρίσκονται σε ένα ικανοποιητικό στάδιο, να κάνουν υποτροπές. «Το άγχος λόγω οικονομικής κατά-

στασης επιδεινώνει τη νοσηρότητα, όπως επίσης και τις υποτροπές στη σκλήρυνση κατά πλάκας. Άρα είναι πάρα πολύ πιθανό να διαδραματίζει ρόλο κυρίως στην έξαρση της νόσου, δεδομένου ότι η πτώση της άμυνας του οργανισμού γίνεται από διάφορα στρεσογόνα αίτια», επισημαίνει ο καθηγητής Νευρολογίας στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας Αλέξανδρος Παπαδημητρίου.

Επίσης, η Εταιρία μας έχει αποδείξει επιστημονικά ότι το κόστος ασθενών με ΣΚΠ με επιδεινωμένη πάθηση είναι γεωμετρικά υψηλότερο, και άρα κοστίζει πιο πολύ στο κράτος. Δηλαδή, ασθενείς με ΣΚΠ σε καλή κατάσταση σημαίνει οικονομία στο κράτος.

Με βάση την κατάσταση αυτή, είναι απαραίτητο να ληφθούν μέτρα για τα άτομα με ΣΚΠ, προκειμένου να διατηρήσουν ένα στοιχειώδες του-

λάχιστον επίπεδο διαβίωσης. Θα πρέπει, μεταξύ άλλων να διασφαλιστεί ότι:

■ Τα φάρμακα και οι εξετάσεις για τους ασθενείς με ΣΚΠ θα είναι με μηδενική συμμετοχή γι' αυτούς.

■ Δε θα υπάρχει καμία μείωση στα αναπηρικά επιδόματα των ασθενών με ΣΚΠ, όπως και όλων των αναπήρων βέβαια.

■ Να επιταχυνθούν οι υπηρεσίες του ΕΟΠΠΥ και των ΚΕΠΑ, οι οποίες να τηρούν τα επιστημονικά πρωτόκολλα, για την προστασία και των ασθενών, αλλά και των γιατρών που υπηρετούν εκεί.

■ Να εφαρμοστεί επιτέλους ο ν.3402/05, ο οποίος δεν έχει γίνει πράξη με ευθύνη του κράτους. Εύκολα θα μπορούσε κανείς να προσάψει είτε ανικανότητα είτε πιθανό δόλο στην καθυστέρηση αυτή.



Η οικονομική κρίση της χώρας μας κάνει δύσκολη τη ζωή όλων μας.

Ας μη γίνει όμως η αιτία να χάσουμε την ανθρωπιά και την αλληλεγγύη ως κοινωνία.

Κι αν κάποιος μελετήσει τις προτάσεις αυτές, θα δει ότι και το επίπεδο ζωής των ατόμων με ΣΚΠ διατηρούν, και τα ταμεία του ελληνικού κράτους διαφυλάττουν.

Κώστας Μιχαλάκης



Τα νέα του Γραφείο Αττικής της Ελληνικής Εταιρείας για τη Σκλήρυνση κατά πλάκας

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΕΣ



Είμαστε στην ευχάριστη θέση να ξεκινήσουμε τις ομάδες υποστήριξης προς τα μέλη μας από 30 Οκτωβρίου.

Οι συνεδρίες θα πραγματοποιηθούν κατόπιν συνενόησης με το γραφείο Αττικής στο τηλέφωνο 2109946733 τις ώρες 10.00-15.00

1. Ομάδα ψυχολογικής υποστήριξης

ατομική-ομαδική με τον κ. **Εμμ.Τσαλαμανιό** Επιμ. Α' Ασκληπειού Βούλας.



2. Φυσικοθεραπείες ΔΩΡΕΑΝ

κάθε Τετάρτη απόγευμα με τον κ. **Κυπριώτη Κώστα**, Φυσικοθεραπευτή BSc, MSc, NDT. Εξειδικευμένος στη ψυχοθεραπευτική φυσικοθεραπεία MSc Brunel University of London UK.

Γραφείο Αττικής της Ελληνικής Εταιρείας για τη Σκλήρυνση κατά πλάκας

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Ο Πρόεδρος Ε. Τσαλαμανιός και τα μέλη της Διοικούσας Επιτροπής του γραφείου Αττικής της Ελληνικής Εταιρείας για τη Σκλήρυνση κατά πλάκας σας προσκαλούν για γλυκό και αναψυκτικό την Τετάρτη 24 Οκτωβρίου 2012 και ώρα 6:30 μ. μ. στα γραφεία της Λεωφ. Βουλιαγμένης 507 & Λεωνιδίου 1, Ηλιούπολη.

Η παρουσία σας θα μας τιμήσει ιδιαίτερα.

Ο Πρόεδρος,
Εμ. Τσαλαμανιός



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

ΕΙΜΑΣΤΕ ΚΟΝΤΑ ΣΑΣ,
ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ

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 εσπερίδα με θέμα

« **Θεραπευτικές εξελίξεις στη ΣΚΠ –Τι έχει αλλάξει στη ζωή των ασθενών με Πολλαπλή Σκλήρυνση** »
που πραγματοποιείται την

Τετάρτη 21 Νοεμβρίου 2012 και ώρα 18:00

στην Αίθουσα Δεξιώσεων GrandeSala (www.GrandeSala.gr)

5 χλμ. Κατερίνης – Ελασσόνας

Πρόγραμμα εκδήλωσης :

18:00 – 18:30 Προσέλευση

Μπερεδήμας Παναγιώτης, Νευρολόγος, Πρόεδρος Ιατρικού Συλλόγου Πιερίας
με θέμα: «**Γνωστικές Διαταραχές στην Πολλαπλή Σκλήρυνση** »

Ζάρα Φιλονίλλη, Ειδική Νευρολόγος, Επιστημονική Συνεργάτιδα Γ' Νευρολογικής Νοσοκομείου Παπανικολάου
με θέμα «**Τι γνωρίζουμε για την Σκλήρυνση κατά Πλάκας**»

Ωρολογάς Αναστάσιος, Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ., Πρόεδρος Δ.Σ. της Ελληνικής Εταιρίας για την Σκλήρυνση Κατά Πλάκας – Διευθυντής Α' Νευρολογικής Κλινικής ΑΧΕΠΑ
με θέμα: «**Ο ρόλος της Ελληνικής Εταιρίας για την Σκλήρυνση Κατά Πλάκας**»

Συλλόπουλος Αστέριος, Φυσικοθεραπευτής PNF, NDT, SI
με θέμα: «**Διαχείριση συμπτωμάτων στην Σκλήρυνση κατά Πλάκας**»

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης θα σερβιριστεί ελαφρύ γεύμα.

Με εκτίμηση
Ο Πρόεδρος του Δ.Σ..

Αναστάσιος Ωρολογάς
Καθηγητής Νευρολογίας ΑΠΘ

ΟΙ ΒΑΣΙΚΟΤΕΡΟΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΟΙ ΕΠΙΒΑΡΥΝΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΠΟΦΕΥΓΟΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΣΚΠ.

Σύμφωνα με έρευνες, πολλές τροφές, σε μακροχρόνια βάση αλλά και αμέσως μετά τη λήψη τους προκαλούν μια φλεγμονώδη αντίδραση στον οργανισμό, η οποία επηρεάζει σημαντικά τη νόσο.



Οι κύριοι διατροφικοί παράγοντες που εμπλέκονται στις φλεγμονώδεις αντιδράσεις είναι:

Η ΛΑΚΤΟΖΗ : Είναι το βασικό ζάχαρο του γάλακτος. Επιδημιολογικές μελέτες έδειξαν τη συσχέτιση της κατανάλωσης γάλακτος αγέλαδος με την εμφάνιση της ΣΚΠ. Εργαστηριακές μελέτες στη Γερμανία και στον Καναδά απέδειξαν ότι η αιτιολογία για την παραπάνω συσχέτιση είναι το ότι κάποιες από τις πρωτεΐνες του γάλακτος αποτελούν στόχο του ανοσοποιητικού μας συστήματος, πολύ περισσότερο γιατί μια κυρίως πρωτεΐνη του γάλακτος, που ονομάζεται η βουτυροφυλλίνη, μοιάζει με μια γλυκοπρωτεΐνη της μυελίνης των νευρικών κυττάρων, και αποτελεί το αίτιο για την έναρξη της αυτοάνοσης καταστρεπτικής διαδικασίας στους πάσχοντες.

Η ΓΛΟΥΤΕΝΗ/ΓΛΙΑΔΙΝΗ που είναι η κύρια πρωτεΐνη του «ψωμιού» εμπλέκεται στην νοσηρότητα για την ΣΚΠ. Βρίσκεται στα γνωστότερα δημητριακά: σιτάρι, κριθάρι, σίκαλη. Οι πρωτεΐνες αυτές μιμούνται τις πρω-

τεΐνες του οργανισμού με αποτέλεσμα να ενεργοποιείται το αμυντικό σύστημα ενάντια στον εαυτό του. Είναι γνωστό ότι, συχνά πάσχοντες από νευρολογικά νοσήματα αγνώστου αιτιολογίας, εμφανίζουν αντισώματα κατά της γλιαδίνης.

ΤΑ ΚΟΡΕΣΜΕΝΑ ΛΙΠΑΡΑ ΟΞΕΑ: Ο τύπος του λαμβανόμενου ζωικού λίπους μπορεί να επηρεάσει την ενεργοποίηση του ανοσοποιητικού συστήματος και τα κορεσμένα λίπη να δράσουν επιβλαβώς προς αυτήν την κατεύθυνση.

Η αυξανόμενη κατανάλωση των κορεσμένων λιπαρών οξέων. Επιβραδύνει την κυκλοφορία του αίματος με αποτέλεσμα την μειωμένη μεταφορά οξυγόνου στον εγκέφαλο. Οι νευρώνες μπορεί να καταστραφούν αν τα τοξικά συστατικά συγκεντρωθούν στο πλάσμα.

ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ επιδεινώνει τα συμπτώματα της νόσου, δημιουργεί προβλήματα με την ομιλία και τον συντονισμό. Το πιο σημαντικό καταστέλλει την ζωτική διαδικασία μετατροπής των απαραίτητων λιπαρών οξέων, αυξάνει τα επίπεδα κορεσμένου λίπους στο αίμα, απογυμνώνει το σώμα από τα θρεπτικά συστατικά με αποτέλεσμα ρίχνει το ανοσοποιητικό σύστημα του οργανισμού.

ΤΟ ΑΛΑΤΙ προκαλεί αύξηση αρτηριακής πίεσης και δημιουργεί κατα-



κράτηση ύδατος.

Η ΖΑΧΑΡΗ προκαλεί αύξηση βάρους και απογυμνώνει τον οργανισμό από τις βιταμίνες Β. Καταστέλλει το ανοσοποιητικό σύστημα. Με αποτέλεσμα ο οργανισμός να είναι ευάλωτος σε ιώσεις.

ΑΣΠΑΡΤΑΜΗ: Η ασπαρτάμη είναι τεχνικό γλυκαντικό που προέρχεται από δύο αμινοξέα το κυριότερο είναι η φαινυλαλανίνη. Από υπέρμετρη κατανάλωση της έχουν αναφερθεί συμπτώματα παρόμοια με την σκλήρυνση, τα όποια μπορεί να οφείλονται σε τοξική δράση που προκαλείται από τη μεθανόλη της ασπαρτάμης. Τα άτομα που δεν

διαθέτουν το απαραίτητο ένζυμο για τη διάσπαση της φαινυλαλανίνης, πάσχουν από φαινυλκετονουρία. Δεν είναι πιστοποιημένο ότι η ασπαρτάμη ενοχοποιείται άμεσα για την σκλήρυνση. Σίγουρα όμως σχετίζεται με την επιδείνωση των συμπτωμάτων της και για το λόγο αυτόν, θα πρέπει να αποφεύγεται, όπως επίσης και τα παράγωγα της.

ΆΛΛΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΕΙΝΑΙ:

ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ μειώνει επίσης τα επίπεδα βιταμίνης C στον οργανισμό και επιδεινώνει τα συμπτώματα.

Η ΜΟΛΥΝΣΗ του περιβάλλοντος επιβαρύνει εκτός των άλλων και τις διάφορες τροφές. Έτσι οι τροφές

επιβαρύνονται με ελεύθερες ρίζες αλλά και βαρέα μέταλλα. Ακόμα και το νερό, όταν περιέχει περισσότερο αλουμίνιο, από την ανεκτή για τον οργανισμό ποσότητα συγκεντρώνεται στον αιματοεγκεφαλικό φραγμό, προκαλώντας διάφορες βλάβες.

Επιδημιολογικές μελέτες δείχνουν, ότι οι πάσχοντες έχουν ελλείπη δράση και έλλειψη ενζύμων, που σκοπό έχουν την αποτοξίνωση του οργανισμού από τα παραπάνω. Έτσι τα τοξικά στοιχεία συγκεντρώνονται στον εγκέφαλο και περνούν στη μυελίνη.

Μαρία Κύρου

Διατροφολόγος (ND) B.Sc.

Συχνά ερωτήματα για τη φυσικοθεραπεία στην πολλαπλή σκλήρυνση.

Ο ρόλος και η χρησιμότητα της φυσικοθεραπείας σε πάσχοντες από πολλαπλή σκλήρυνση αποτελεί ένα συχνό θέμα συζήτησης. Παρακάτω παρατίθενται μερικά ερωτήματα που συχνά καλείται να απαντήσει ο θεραπευτής.

Τι κινητικά προβλήματα συνοδεύουν τη νόσο και πως προκαλούνται; Η πολλαπλή σκλήρυνση αποτελεί μία προοδευτική πάθηση η οποία προκαλεί, εκτός των άλλων, κινητικά προβλήματα στους πάσχοντες. Ενδεικτικές διαταραχές που παρατηρούνται είναι η μυϊκή αδυναμία, η σπαστικότητα και η δυσκαμψία μαλακών μορίων ή αρθρώσεων. Η ιατρική παρέμβαση που εφαρμόζεται, κυρίως μέσα από την κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή, διαδραματίζει

τον πρωτεύοντα ρόλο στην αντιμετώπιση αρκετών προβλημάτων. Όμως, ένα σημαντικό μέρος των κινητικών συμπτωμάτων δεν προκαλείται απευθείας από την ίδια την πάθηση, αλλά δευτερογενώς με την πάροδο του χρόνου. Για παράδειγμα, είναι γνωστό ότι ελλείπει συστηματικής άσκησης, υγιή άτομα άνω των 30 ετών, παρουσιάζουν κάθε χρόνο μία ελάττωση της μυϊκής τους ισχύος της τάξης του 1 - 3%. Για ένα άτομο που κινείται λιγότερο λόγω κινητικών προβλημάτων, αυτό το ποσοστό συχνά αυξάνεται. Παρόμοια, η σπαστικότητα είναι άμεσο αποτέλεσμα της πάθησης, αλλά πολύ συχνά επιβαρύνεται περαιτέρω από έλλειψη δραστηριοποίησης, από μυϊκή αδυναμία ή ακόμα και από μυϊκές ή αρθρικές δυσκαμψίες.

Με ποιο τρόπο επιδρά η φυσικοθεραπεία;

Η φυσικοθεραπεία σκοπεύει κύρια να βελτιώσει τις δευτερογενείς κινητικές δυσλειτουργίες όπως περιγράφηκαν παραπάνω. Με απλά λόγια δεν μπορεί να αναστρέψει πλήρως όλα τα κινητικά προβλήματα και να προσφέρει ίση στον ασθενή, ούτε να υποκαταστήσει την ιατρική παρέμβαση και τη φαρμακευτική αγωγή. Η φυσικοθεραπεία αποτελεί ένα συμπληρωματικό μέσο στην αντιμετώπιση της πάθησης, που σαν κύριο στό-

χο έχει την βελτίωση της λειτουργικότητας του ατόμου. Για παράδειγμα, μπορεί να βοηθήσει ένα άτομο να ανεβαίνει τις σκάλες πιο εύκολα, να βαδίζει με μεγαλύτερη ασφάλεια και ταχύτητα, ή ακόμα και να αυτοεξυπηρετείται κατά την προσωπική του υγιεινή. Κατά αυτό τον τρόπο ο ασθενής βελτιώνεται κινητικά μέσα από τη θεραπεία, ενώ προσπαθεί να διατηρήσει το υψηλότερο δυνατό κινητικό επίπεδο μέσα στο χρόνο.

Ποιο είδος φυσικοθεραπείας έχει τα καλύτερα αποτελέσματα;

Έχει φανεί πως η αποτελεσματικότητα αυξάνεται πάντα όταν η θεραπεία πραγματοποιείται με βάση τις ανάγκες του συγκεκριμένου ασθενή. Κάποιοι ασθενείς χρειάζονται αύξηση της μυϊκής δύναμης σε συγκεκριμένους μυς, άλλοι ασθενείς ωφελούνται από την ελάττωση της σπαστικότητας, ενώ κάποιοι άλλοι ασθενείς παρουσιάζουν σημαντική βελτίωση όταν το πρόγραμμα που ακολουθούν στοχεύει στην επανεκπαίδευση της ισορροπίας. Σε αυτή την περίπτωση ο φυσικοθεραπευτής θα πρέπει, έπειτα από συνεννόηση με τον θεράποντα ιατρό, να αναζητήσει το καλύτερο δυνατό τρόπο ώστε να βελτιώσει την κινητικότητα του ατόμου.

Ένα απλό πρόγραμμα ασκήσεων αρκεί;

Για ένα πάσχοντα ο οποίος έχει την δυνατότητα να παρακολουθεί ένα





πρόγραμμα άσκησης της αρεσκείας του τα οφέλη είναι πολλά και σημαντικά. Παρόλα αυτά αρκετοί ασθενείς θα χρειαστούν ένα τροποποιημένο πρόγραμμα δραστηριοποίησης το οποίο θα πρέπει να σχεδιάζεται και συχνά να εφαρμόζεται με τη βοήθεια ενός εξειδικευμένου φυσικοθεραπευτή. Πρόκειται για ένα πρόγραμμα «θεραπείας – άσκησης» το οποίο θα στοχεύει στην βελτίωση των κινητικών προβλημάτων, όπως μυϊκή αδυναμία, σπαστικότητα, δυσκαμψία, ενώ θα σέβεται τα όρια αντοχής του ασθενή. Η χρήση ειδικών μεθόδων κινητικής αποκατάστασης, όπως η μέθοδος Bobath ή η μέθοδος PNF, μπορεί να προσφέρει ταχύτερα και καλύτερα αποτελέσματα θεραπείας για τους ασθενείς. Οι συγκεκρι-

μένες μέθοδοι προσφέρουν στον εξειδικευμένο φυσικοθεραπευτή τη δυνατότητα της συστηματικής αξιολόγησης των κινητικών δυσλειτουργιών του ασθενή, καθώς και ειδικές τεχνικές ενδυνάμωσης, ομαλοποίησης του μυϊκού τόνου, ελάττωσης των δυσκαμψιών και βελτίωσης της ισορροπίας. Οι τεχνικές αυτές αφορούν κυρίως την εφαρμογή ασκήσεων με την ταυτόχρονη εφαρμογή θεραπευτικών χειρισμών από τον θεραπευτή. Συμπληρωματικά οι ασθενείς συχνά ωφελούνται από συμμετοχή σε ειδικά σχεδιασμένα προγράμματα άσκησης, υδροθεραπείας και βελτίωσης της φυσικής κατάστασης. Για πόσο χρονικό διάστημα θα δι-
αρκεί η θεραπεία;
Ένα άτομο που πάσχει από πολ-

λαπλή σκλήρυνση θα πρέπει να φροντίζει σε βάθος χρόνου να διατηρεί την καλύτερη δυνατή κινητική κατάσταση. Ο ασφαλέστερος τρόπος για να το πετύχει αυτό είναι η στοχευμένη και συστηματική «δουλειά» πάνω στα κύρια κινητικά προβλήματα που το απασχολούν, χωρίς αυτό να σημαίνει δια βίου παρακολούθηση θεραπευτικών προγραμμάτων. Ο σημαντικότερος παράγοντας είναι η επιμονή και η ενεργητική δραστηριοποίηση από την πλευρά του ασθενή, με το θεραπευτή να παρέχει την απαραίτητη υποστήριξη όποτε και όπου κρίνεται αναγκαίο.

Κώστας Κυπριώτης
PT, MSc, IBITA IC
Φυσικοθεραπευτής



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ
ΓΙΑ ΤΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

Είμαστε κοντά σας,
μπορούμε να βοηθήσουμε

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 εσπερίδα με θέμα
«Σύγχρονες θεραπευτικές εξελίξεις στην Πολλαπλή Σκλήρυνση» που πραγματοποιείται την

Κυριακή 25 Νοεμβρίου 2012 και ώρα 11:30 π.μ.

στο ξενοδοχείο Grand Hotel

αίθουσα Βούλα Πατουλίδου (ισόγειο)

Μοναστηρίου 305 - 307, Θεσσαλονίκη

Πρόγραμμα εκδήλωσης:

11.00 – 11:30 Προσέλευση

Προεδρείο : **Ωρολογάς Αναστάσιος**, Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ., Πρόεδρος Δ.Σ. της Ελληνικής Εταιρίας για την Σκλήρυνση Κατά Πλάκας – Διευθυντής Α΄ Νευρολογικής Κλινικής ΑΧΕΠΑ.

Νικόλαος Γρηγοριάδης, Αναπληρωτής Καθηγητής Νευρολογίας Α.Π.Θ Β΄ Νευρολογική Κλινική ΑΧΕΠΑ
με θέμα: « **Πρόσφατες Εξελίξεις στη Θεραπεία της Πολλαπλής Σκλήρυνσης** »

Γεώργιος Χατζηγεωργίου, Καθηγητής Νευρολογίας Πανεπιστημίου Θεσσαλίας,
με θέμα: « **Κινητικές Διαταραχές Ασθενών με Πολλαπλή Σκλήρυνση** »

Μινώα Πανίδου, Πτυχιούχος Ψυχολογίας και Κοινωνιολογίας, Middleborough University, UK.
με θέμα : « **Ο ιδιαίτερος χαρακτήρας της ΣΚΠ** ».

Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης θα σερβιριστεί ελαφρύ γεύμα.

Με εκτίμηση
Ο Πρόεδρος του Δ.Σ..

Αναστάσιος Ωρολογάς
Καθηγητής Νευρολογίας ΑΠΘ

Η εκδήλωση πραγματοποιείται με την ευγενική υποστήριξη της **Genesis Pharma**

Τηλέφωνα επικοινωνίας 2310949909, 2310949672, 6940540615, 6977567969, 6944776155.

Ευχαριστήρια



Ευχαριστούμε τον **Δήμαρχο Ηλιούπολης κύριο Βασίλη Βαλασόπουλο** που είναι δίπλα μας σε ότι του έχουμε ζητήσει.



Τον **Αντιδήμαρχο Κύριο Γιαννάκη Χρήστο** Κοινωνικής Αλληλεγγύης.



Τον **Αντιδήμαρχο Καθαριότητας Κύριο Σεφτέλη Κώστα**.



Τον **Αντιδήμαρχο Τεχνικών Υπηρεσιών Κύριο Χατζηδάκη Γιώργο**.



Τους **Δημοτικούς Συμβούλους** που είναι πάντα κοντά μας: **Αντζινά Γιάννη, Λούβαρη-Γάσπαρη Πόπη, Μαρκουλάκη Κατερίνα**
Κυρία Πόπη Σαραχού από τους **Lions**.



Ευχαριστούμε το **Κέντρο Ηλικιωμένων «ΤΑΒΙΘΑ»** Ηλιούπολης για τη δωρεά δύο αναπηρικών καροτσιών στην εταιρία μας.



Ευχαριστούμε πολύ την κ. **Ελένη Ρωμούδη** για τη δωρεά ενός κρεβατιού, ενός αναπηρικού αμαξιδίου και μιας περπατούρας.



Επίσης την κ. **Πόπη Σιδηρά** για τη δωρεά ενός ποδηλάτου κινησιοθεραπείας.

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

Θεσσαλονίκη

Παν. Χαραλαμπίκη 3 - Κορ. Κωνσταντίνος, 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!

Συμπληρώστε και κόψτε

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ

ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ

Στείλτε την συνδρομή σας στην παρακάτω διεύθυνση:

Παν. Χαραλαμπίκη 3 - Κορ. Κωνσταντίνος, Άγιος Ιωάννης Τ.Κ.: 55132 Καλαμαριά - Θεσσαλονίκη
Τηλέφωνο 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 ☐

ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ ΤΗΝ ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΣΑΣ (25€)



8167 APR/2010/NOV/AD/12

Εταιρική Ευθύνη και Κοινωνική Αλληλεγγύη

- Ένας στους τέσσερις κατοίκους του πλανήτη μας λιμοκτονεί
- Ένας στους τρεις ανθρώπους δεν έχει πρόσβαση σε περίθαλψη και φαρμακευτική αγωγή
- Κάθε χρόνο, δύο εκατομμύρια άνθρωποι πεθαίνουν από φυματίωση
- Κάθε 30 δευτερόλεπτα ένα παιδί πεθαίνει από ελονοσία

Αυτές οι τραγικές διαπιστώσεις ευαισθητοποίησαν τη Novartis να καθιερώσει προγράμματα κοινωνικής προσφοράς που απευθύνονται σε εκατομμύρια συνανθρώπους μας σε όλο τον κόσμο, δίνοντας ιδιαίτερη βαρύτητα στις αναπτυσσόμενες χώρες.

Η Novartis έχει συνυπογράψει την Οικουμενική Σύμβαση του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών (UN Global Compact) και είναι η πρώτη εταιρεία στην Ευρώπη στην οποία απονεμήθηκε το Αριστείο Εταιρικής Φιλανθρωπίας (Excellence in Corporate Philanthropy Award).

Το 2009, η Novartis διέθεσε το ποσόν των 1,5 δισεκατομμυρίων δολαρίων για φαρμακευτική περίθαλψη 80 εκατομμυρίων ασθενών παγκοσμίως.

Σε συνεργασία με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.), η Novartis προσφέρει δωρεάν φάρμακα σε 4 εκατομμύρια πάσχοντες από τη λέπρα. Επιπλέον, έχει προμηθεύσει σε 40 χώρες που μαστίζονται από την ελονοσία περισσότερες από 300 εκατομμύρια φαρμακευτικές θεραπείες σε τιμή κόστους, βοηθώντας να σωθούν 750.000 πάσχοντες. Για την αντιμετώπιση της φυματίωσης, προσφέρει δωρεάν σταθερό συνδυασμό αντιφυματικών φαρμάκων για τη θεραπεία 500.000 ασθενών.

Το Ίδρυμα Novartis για την Αειφόρο Ανάπτυξη (Novartis Foundation for Sustainable Development) με εντυπωσιακό έργο εδώ και 30 χρόνια, υπογραμμίζει τη δέσμευσή μας να εξασφαλίσουμε φαρμακευτική περίθαλψη, να συμβάλουμε ενεργά στην εξάλειψη της φτώχειας και των κοινωνικών ανισοτήτων, ενισχύοντας προγράμματα εκπαίδευσης του πληθυσμού, οικιστικής ανάπτυξης, ψυχολογικής υποστήριξης ορφανών παιδιών και βελτίωσης των συνθηκών διαβίωσης σε πολλές χώρες του κόσμου.

Το Ινστιτούτο Τροπικών Νόσων της Novartis (Novartis Institute for Tropical Diseases), ένα υπερσύγχρονο βιο-ιατρικό ερευνητικό κέντρο με έδρα τη



Σιγκαπούρη, εστιάζεται στην εξελιγμένη έρευνα και ανακάλυψη φαρμάκων για τον δάγγειο πυρετό, την ελονοσία και τη φυματίωση, και τα οποία θα διατεθούν αφίλοκερδώς σε απόρους ασθενείς που τα έχουν σοβαρή ανάγκη.

Είμαστε αισιόδοξοι ότι θα συνεχίσουμε αυτή την εξαιρετική προσπάθεια συμβάλλοντας με όλες μας τις δυνάμεις σε ένα καλύτερο αύριο των συνανθρώπων μας.