

NEWSLETTER

210 701 3271 | info@alzheimerathens.gr | www.alzheimerathens.gr



Αγαπητές φίλες, αγαπητοί φίλοι,

Στις παρυφές της νέας χρονιάς, σας καλωσορίζουμε σε ένα νέο τρόπο επικοινωνίας με την Εταιρεία Alzheimer Αθηνών. Καθώς το έργο της διευρύνεται, οι δωρεάν παροχές και υπηρεσίες της πολλαπλασιάζονται, οι ενέργειες προσφοράς της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών αφορούν σε ολόένα και περισσότερους ανθρώπους που έχουν διαγνωστεί με Ήπια Νοητική Διαταραχή, με νόσο Alzheimer ή με άλλες μορφές άνοιας.

Μέσα από το κανάλι επικοινωνίας του newsletter, ανοίγουμε έναν ακόμα δρόμο πληροφόρησης για τις δράσεις της Εταιρείας προς όφελος των πασχόντων, των φροντιστών και των οικογενειών τους, ενημερώνουμε για τις σταθερές, αλλά

και τις καινούργιες δράσεις των Κέντρων Ημέρας της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών, για όλες τις επιστημονικές εξελίξεις γύρω από τη νόσο και φυσικά για τα εργαλεία υποστήριξης και φροντίδας προς την κοινότητα της νόσου.

Σας καλούμε να εγγραφείτε στην υπηρεσία του newsletter και να μην διστάσετε να κοινοποιείτε τις ενημερώσεις μας σε ανθρώπους που, πιθανόν, τις έχουν ανάγκη.

Καλή χρονιά με υγεία σε όλες και όλους!

Παρασκευή Σακκά
Νευρολόγος- Ψυχίατρος
Πρόεδρος της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών
Πρόεδρος του Εθνικού Παρατηρητηρίου για την άνοια

Νέες αιτιολογικές θεραπείες για τη νόσο Alzheimer - Μονοκλωνικά αντισώματα κατά του β- αμυλοειδούς

Τα μονοκλωνικά αντισώματα κατά του β-αμυλοειδούς αποτελούν την πρώτη αιτιολογική θεραπεία για τη Νόσο Alzheimer. Μειώνουν τον φορτίο των αμυλοειδικών πλακών στον εγκέφαλο των ασθενών, επιβραδύνοντας σημαντικά την κλινική εξέλιξη της νόσου σε ποσοστό έως 36%. Έχουν εγκριθεί στις ΗΠΑ και την Ευρώπη, ενώ πρόσφατα εγκρίθηκαν και στη χώρα μας.

Τα μονοκλωνικά αντισώματα κατά του β- αμυλοειδούς lecanemab και donanemab ενδείκνυνται για κατάλληλα επιλεγμένους ασθενείς με πρώιμη νόσο Alzheimer (Ήπια Νοητική Διαταραχή ή αρχόμενη άνοια) και η χορήγησή τους απαιτεί τεκμη-

ριωμένη διάγνωση με βιοδείκτες (παθολογικές πρωτεΐνες στο εγκεφαλονωτιαίο υγρό ή PET αμυλοειδούς). Το lecanemab χορηγείται 2 φορές τον μήνα ενώ το donanemab μία φορά το μήνα ενδοφλεβίως, με ημερήσια νοσηλεία στο νοσοκομείο. Η χρήση τους απαιτεί την αυστηρή τήρηση πρωτοκόλλου παρακολούθησης και διαχείρισης σοβαρών ανεπιθύμητων ενεργειών, όπως τα ARIA (amyloid-related imaging abnormalities: απεικονιστικές ανωμαλίες σχετιζόμενες με το αμυλοειδές) και τις αντιδράσεις κατά την διάρκεια της έγχυσης μεταξύ άλλων. Συμπτωματικά ARIA που επιβάλλουν τη διακοπή του φαρμάκου εμφανίζονται σε ποσοστό < 5%. Για τους παραπάνω λόγους η χρήση



τους στην κλινική πράξη πρέπει να γίνεται σε εξειδικευμένες ιατρικές δομές-κέντρα τα οποία διαθέτουν τις απαιτούμενες υποδομές και το κατάλληλο ανθρώπινο δυναμικό για την ασφαλή χορήγηση τους.

ΗΜΕΡΑ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗ ατόμων με άνοια 2026



Στην Ελλάδα σήμερα, η άνοια αποτελεί ένα μείζον κοινωνικό και υγειονομικό ζήτημα, καθώς περίπου 250.000 άνθρωποι ζουν με άνοια και 350.000 με Ήπια Νοητική Διαταραχή, το προστάδιο της νόσου. Για κάθε άτομο με άνοια απαιτούνται 2 έως 3 φροντιστές, γεγονός που σημαίνει ότι συνολικά περίπου

1,5 εκατομμύριο πολίτες επηρεάζονται άμεσα. Παρότι δεν υπάρχει ριζική θεραπεία για τη νόσο Alzheimer και τις άλλες μορφές άνοιας, η σύγχρονη προσέγγιση εστιάζει σε μια ολιστική θεραπευτική φροντίδα που συνδυάζει φαρμακευτικές και μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις, όπως η νοητική ενδυνά-

μωση, η λογοθεραπεία, οι θεραπείες τέχνης και η φυσική άσκηση, με στόχο τη βελτίωση της ποιότητας ζωής.

Η Alzheimer Disease International (ADI), ο μεγαλύτερος παγκόσμιος οργανισμός για την άνοια, δημοσιεύει ετησίως έκθεση με επιστημονικά άρθρα και καλές πρακτικές. Η φετινή έκθεση εστιάζει στην αποκατάσταση στην άνοια, έναν κρίσιμο αλλά συχνά παραμελημένο τομέα φροντίδας. Σε αυτό το πλαίσιο, η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών, με μακρόχρονη δράση στην εκπαίδευση και υποστήριξη φροντιστών, διοργανώνει στις 20 Μαρτίου 2026, στο Μέγαρο Μουσικής, επιμορφωτική ημερίδα με τίτλο «Άνοια και Ποιότητα Ζωής – Η Δύναμη της Αποκατάστασης».

Το πρωινό πρόγραμμα απευθύνεται σε επαγγελματίες υγείας και φοιτητές, με εισηγήσεις ειδικών για τις νεότερες εξελίξεις, ενώ το απογευματινό πρόγραμμα είναι σχεδιασμένο για οικογενειακούς φροντιστές και περιλαμβάνει πρακτικές ασκήσεις και βιωματικές δράσεις. Η ημερίδα, με ελεύθερη είσοδο κατόπιν δήλωσης συμμετοχής, στοχεύει να αποτελέσει σημείο αναφοράς για τη γνώση, την ενδυνάμωση και τη συνεργασία στον τομέα της φροντίδας της άνοιας.

Πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής για επαγγελματίες υγείας και οικογενειακούς φροντιστές στο 2107013271.

Νους Υγιής: Μια Σύγχρονη Απάντηση στις Προκλήσεις της Τρίτης Ηλικίας

Η αύξηση του προσδόκιμου ζωής στις αναπτυγμένες κοινωνίες αποτελεί μία από τις σημαντικότερες κατακτήσεις της σύγχρονης εποχής, συνοδεύεται όμως και από νέες προκλήσεις στον τομέα της υγείας. Η συχνότερη εμφάνιση χρόνιων παθήσεων, όπως η υπέρταση, τα αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια και οι νευροεκφυλιστικές νόσοι, καθιστά επιτακτική την ανάγκη για οργανωμένες δράσεις πρόληψης και έγκαιρης παρέμβασης. Σε αυτό το πλαίσιο, η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών υλοποιεί το καινοτόμο πρόγραμμα «ΝΟΥΣ ΥΓΙΗΣ – Δημιουργία και Πιλοτική Λειτουργία Δικτύου Γυμναστηρίων Μνήμης».

Το έργο εντάσσεται στο πρόγραμμα Θεματικών Δωρεών για την Υγιή Γήρανση του ιδρύματος Μποδοσάκη, που συγχρηματοδοτείται από το Ίδρυμα Μποδοσάκη, το Κοινωφελές Ίδρυμα Ιωάννη Σ. Λάτση και το ΤΙΜΑ Κοινωφελές Ίδρυμα. Στόχος του είναι η δημιουργία πέντε «Γυμναστηρίων Μνήμης» σε επιλεγμένες περιοχές της Ελλάδας (Πειραιάς, Μέγαρο, Θήβα, Λιβαδειά και Πάρος), τα οποία θα εξυπηρετήσουν συνολικά 190 άτομα.

Τα Γυμναστήρια Μνήμης αποτελούν κέντρα νοητικής ενδυνάμωσης, αξιοποιώντας νέες τεχνολογίες και την ψηφιακή πλατφόρμα Eligence. Το πρόγραμμα βασίζεται σε μια καινοτόμο υβριδική προσέγγιση, όπου η καθοδήγηση από επαγγελματίες υγείας μπορεί να παρέχεται είτε δια ζώσης είτε εξ αποστάσεως, ενισχύοντας παράλληλα τις ψηφιακές δεξιότητες των ηλικιωμένων.

Η στρατηγική του προγράμματος αναπτύσσεται σε τέσσερις άξονες: προετοιμασία και σχεδιασμό εξειδικευμένων παρεμβάσεων, ευαισθητοποίηση των τοπικών κοινωνιών, ανάπτυξη υποδομών και εκπαίδευση εθελοντών, καθώς και συνεχή αξιολόγηση των αποτελεσμάτων. Το πρόγραμμα ξεκίνησε τον Ιανουάριο του 2026 και ολοκληρώνεται τον Δεκέμβριο του ίδιου έτους, με 25 εβδομαδιαίες ομαδικές συνεδρίες. Ανώτερος στόχος είναι η βιώσιμη ενσωμάτωση των Γυμναστηρίων Μνήμης στην τοπική κοινότητα, ώστε η φροντίδα της νοητικής υγείας να αποτελέσει έναν σταθερό θεσμό για τα επόμενα χρόνια.



Με την Υποστήριξη


Κοινωφελές Ίδρυμα
Ιωάννη Σ. Λάτση


ΙΔΡΥΜΑ
ΜΠΟΔΟΣΑΚΗ


ΤΙΜΑ
ΚΟΙΝΩΦΕΛΕΣ ΊΔΡΥΜΑ

Πρόγραμμα Συνεχιζόμενης Εκπαίδευσης για επαγγελματίες υγείας της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών

Το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Συνεχιζόμενης Εκπαίδευσης της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών υλοποιείται συστηματικά από το 2021 έως σήμερα, με σκοπό τη συνεχή επιστημονική ενημέρωση και την ουσιαστική κατάρτιση των επαγγελματιών υγείας που δραστηριοποιούνται στον τομέα της άνοιας. Το πρόγραμμα πραγματοποιείται μέσω διαδικτυακών διαλέξεων διάρκειας μίας ώρας, οι οποίες διεξάγονται δύο φορές τον μήνα, διευκολύνοντας τη σταθερή παρακολούθηση και τη συμμετοχή επαγγελματιών από ολόκληρη τη χώρα. Η εξ αποστάσεως μορφή του έχει συμβάλει καθοριστικά στη διεύρυνση της πρόσβασης και στην ενίσχυση της πανελλαδικής του εμβέλειας.

Η θεματολογία του εστιάζει σε βασικές κλινικές, ψυχοκοινωνικές και λει-

τουργικές πτυχές της άνοιας, καθώς και σε σύγχρονες ερευνητικές εξελίξεις. Η προσέγγιση είναι κατεξοχήν διεπιστημονική, με τη συμμετοχή διακεκριμένων νευρολόγων, ψυχιάτρων, γηριάτρων, ψυχολόγων, φυσικοθεραπευτών, εργοθεραπευτών και άλλων επαγγελματιών υγείας, πανεπιστημιακών και κλινικών, γεγονός που έχει διαμορφώσει ένα υψηλού επιπέδου επιστημονικό πλαίσιο.

Κατά την πενταετία 2021–2026, η θεματολογία κάλυψε ευρύ φάσμα γνωστικών αντικειμένων, όπως οι εξελίξεις στη διάγνωση και τη φαρμακευτική αντιμετώπιση της άνοιας, οι νευροψυχιατρικές διαταραχές, η νευροψυχολογική αξιολόγηση, η διατροφή και η σωματική άσκηση, καθώς και ζητήματα φροντίδας, τηλεϊατρι-

κής, ηθικής και νομικής φύσεως. Η συμμετοχή παραμένει σταθερά υψηλή, με 80–100 επαγγελματίες ανά διάλεξη, από διαφορετικά πλαίσια παροχής υπηρεσιών και ειδικότητες. Συνολικά, το πρόγραμμα έχει εδραιωθεί ως μια αξιόπιστη και σταθερή εκπαιδευτική δράση πανελλαδικής εμβέλειας, τελεί υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και συνοδεύεται από βεβαίωση παρακολούθησης, ενισχύοντας τον θεσμικό και εκπαιδευτικό του χαρακτήρα.

Μπορείτε να βρείτε το πρόγραμμα των διαλέξεων στην ιστοσελίδα της εταιρείας μας:

alzheimerathens.gr/sinexizomeni-ekpaideusi

«Στα μονοπάτια της μνήμης και του πολιτισμού»

Ένα καινοτόμο εκπαιδευτικό πρόγραμμα για επαγγελματίες από τον χώρο της τέχνης και του πολιτισμού.

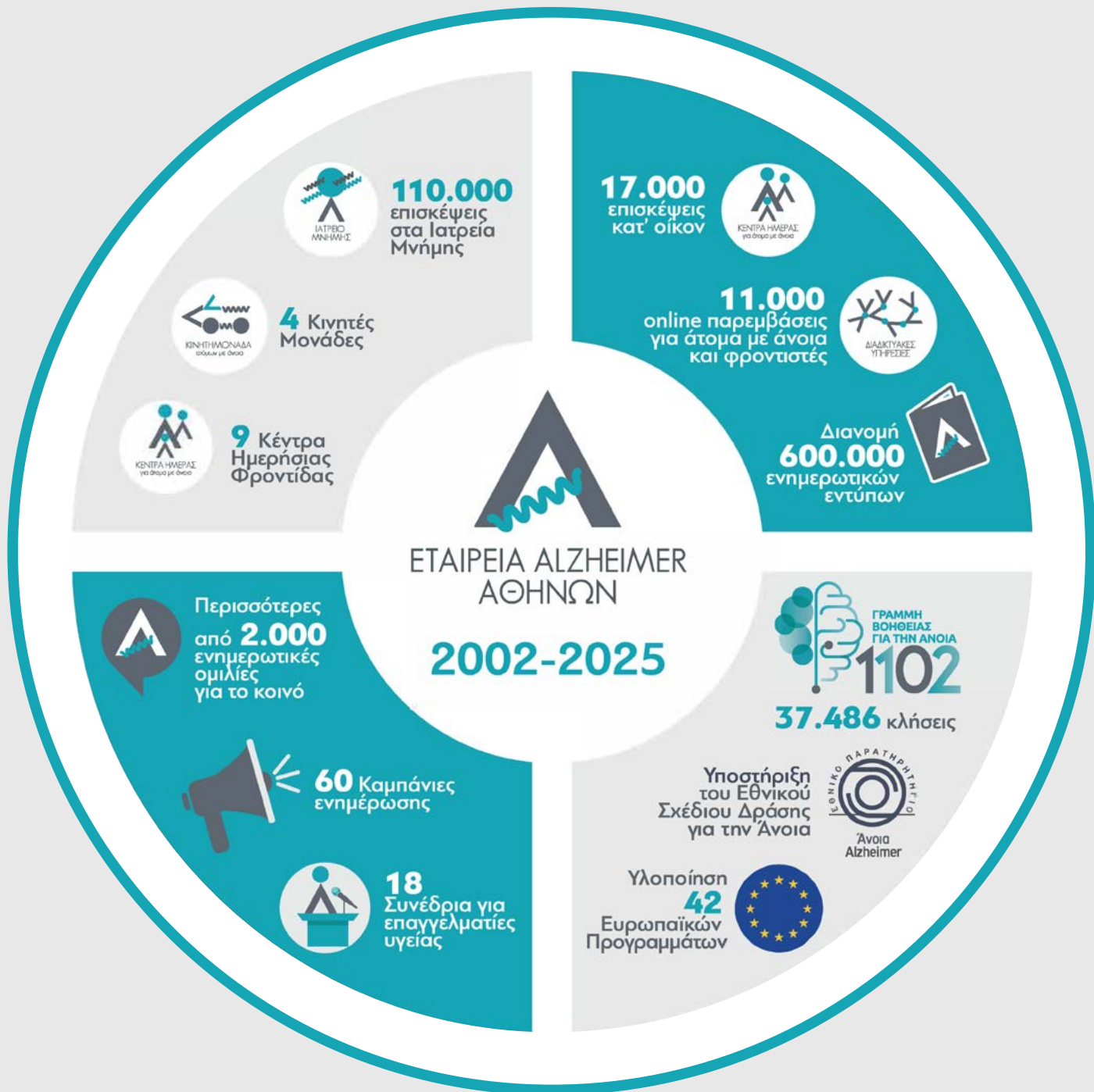


Οι Κοινότητες Φιλικές προς την άνοια είναι περιβάλλοντα στα οποία τα άτομα με άνοια απολαμβάνουν καλή ποιότητα ζωής, αντιμετωπίζονται με σεβασμό και κατανόηση, παραμένουν ενεργά μέλη της κοινωνίας και λαμβάνουν την απαραίτητη πρακτική υποστήριξη. Η προσέγγιση αυτή βασίζεται στη συμμετοχή πολλών φορέων, όπως πολιτικοί, επαγγελματίες υγείας, δημόσιες και ιδιωτικές υπηρεσίες, τοπικά καταστήματα και πολίτες όλων των ηλικιών. Η δημιουργία τέτοιων κοινοτήτων αποτελεί βασικό άξονα δράσης της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών, η οποία υλοποιεί πλήθος ενημερωτικών, εκπαιδευτικών και καινοτόμων προγραμμάτων με στόχο την προάσπιση της αξιοπρέ-

πειας, της ενεργούς συμμετοχής και της ποιότητας ζωής των ατόμων με άνοια.

Στο πλαίσιο αυτό, πραγματοποιήθηκε στις 1 και 2 Δεκεμβρίου 2025 στην Αθήνα διήμερο επιμορφωτικό σεμινάριο με τίτλο «Στα μονοπάτια της μνήμης και του πολιτισμού», σε συνεργασία με το Υπουργείο Πολιτισμού. Η δράση στόχευε στην ανάδειξη του ρόλου του πολιτισμού ως σημαντικού συμμαχού στη φροντίδα και την κοινωνική ένταξη, εκπαιδεύοντας 60 στελέχη της Αρχαιολογικής Υπηρεσίας ώστε μουσεία και αρχαιολογικοί χώροι να γίνουν ουσιαστικά προσβάσιμοι σε άτομα με άνοια και στους φροντιστές τους.

Η πρώτη ημέρα επικεντρώθηκε στη θεωρητική κατάρτιση, με εισηγήσεις ειδικών για την άνοια, τη σημασία της κοινωνικής συμμετοχής και τις καλές πρακτικές μουσειοπαιδαγωγικών δράσεων. Η δεύτερη ημέρα ήταν βιωματική, με εργαστήρια στο Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο, όπου οι συμμετέχοντες σχεδίασαν εκπαιδευτικές δράσεις βασισμένες σε μουσειακές συλλογές. Το σεμινάριο ανέδειξε τη σημασία της συνεργασίας πολιτισμού και υγείας και επιβεβαίωσε ότι, με κατάλληλο σχεδιασμό, ο πολιτισμός μπορεί να παραμείνει χώρος μνήμης, επικοινωνίας και χαράς για όλους. Η δράση θα επαναληφθεί την άνοιξη του 2026 στη Θεσσαλονίκη.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

www.alzheimerathens.gr