

Ου γαρ έρχεται μόνον

Η α πάθω Αλτσχάιμερ; Εχω αρχίσει να ξεχνάω», πολλοί ρωτούν αν και γνωρίζουν ότι ου γαρ έρχεται μόνον το γήρας. Η μακροβιότητα είναι δώρο Θεού, ωστόσο πολλοί παραπονιούνται για απώλεια μνήμης, έκπτωση στην ικανότητα να συγκρατούν τα νεύρα τους και αλλαγές της προσωπικότητάς τους. Η χρονοεξαρτώμενη βιολογική φθορά αναμένεται σε όλα τα έμβια, ως χρονοχρέωση παραμονής στη Γη. Η επιτάχυνση του ρυθμού της γήρανσης, που παρατηρείται μετά τα 50, προκύπτει κατά την αναδιαπραγμάτευση του χρωσωτικού ισοζυγίου «ηδονών-ωδίνων» όταν επιμηκύνεται κατά τη δεύτερη πενηκονταετία της ζωής.

Ευφυΐα άνευ μνήμης δεν μπορεί να υπάρξει· ευτυχία μπορεί. Μνήμη είναι το τεφτέρι της μοίρας. Το φυσιολογικό φαινόμενο της «ευτυχίας των αναμνήσεων» λειτουργεί ως περαιώση. Το θησαυροφυλάκιο του νου διατηρεί ό,τι θέλει. Η μνήμη είναι εράσιμα προσφιλών αναμνήσεων καταλλήλως ωραιοποιημένων. Θύμηση ονομάζεται το υπαρκτό ασανσέρ του νου στην άβυσσο του ανύπαρκτου, του χθες. Αναπαλαιωμένη και ωραιοποιημένη μετουσιώνεται σε σοφία της ωριμότητας.

Ωστόσο, οι μακρόβιοι τυχεροί αγνώμονες παραπονιούνται. Οι φυσιολογικοί υπερήλικες αγνοούν ότι η οργανική άνοια τους χαρίζει άγνοια κινδύνου και ζουν μακάριοι. Υπάρχουν σημαντικές ποιοτικές και ποσοτικές διαφορές ανάμεσα στα φυσιολογικά στιγμιαία και αμέσως αναπληρούμενα χάσματα λειτουργιών. Το 50-70% των ατόμων άνω των 65 παρουσιάζει μνήμη που ενίοτε και για λίγο «τρεμοφέγγει». Πάθηση είναι το διαρκές χάσμα μνήμης και η υποτίμηση της προσωπικότητας. Το εύρος, το βάθος και η λειτουργική αναπηρία που δημιουργεί χαρακτηρίζει την παθολογική.

Στην τρίτη εικοσιπενταετία πολλοί ζητούν βοήθεια για στιγμιαία επεισόδια αμνησίας, ενώ η λειτουργική τους μνήμη, δηλαδή οι επιδόσεις μάθησης και επεξεργασίας της γνώσης, τους επιτρέπει να εργάζονται απρόσκοπτα. Ο έχων άνοια παρουσιάζει σοβαρά χάσματα μνήμης. Δεν τα αναφέρει, όμως,

επειδή δεν τα συνειδητοποιεί. Μόνον όταν ερωτηθεί επίμονα και προσωπικά, τα μνημονεύει. Παρ' όλα αυτά είναι ανίκανος να περιγράψει τα περιστατικά και τις συνθήκες όπου συνέβησαν. Ο ασθενής δεν ανησυχεί για το γεγονός -αντίθετα με την οικογένειά του, που το αναφέρει θορυβημένη.

Ο λειτουργικός υπερήλικας παραπονιέται έντονα και συχνά για «στιγμιαία αμνησία». Ωστόσο δίνει σημαντικές λεπτομέρειες σχετικές με το επεισόδιο που θεωρεί αμνησιακό καθώς και την έγκαιρη επανάκτηση της σκέψης, που θεώρησε χαμένη μόλις του δόθηκε ελάχιστος χρόνος. Παρηγορείται, όμως, από την πληροφορία ότι η μνήμη του είναι φυσιολογική, εφόσον ενθυμείται σημαντικά γεγονότα, σχέσεις, συνομιλίες ή συμφωνίες, ανεξάρτητα αν ξεχνά κάποια ραντεβού και τηλεφωνα. Δεν χάνεται στη γειτονιά, τηλεφωνεί στους φίλους και, πάνω απ' όλα, αναζητά τα παιδιά του, αν αυτά είναι «νεοπολιτισμικά» αγνώμονα. Η πίκρα της εγκατάλειψης αμείλικτα οδηγεί τον μοναχικό παππού στην κατάθλιψη, κι αυτή με τη σειρά της στην «ψευδοάνοια», δηλαδή στο χάος της παράνοιας με νου φυσιολογικό και λειτουργικό.

Ο πραγματικά «ανοϊκός» χάνεται στους δρόμους, ξεχνά να φορέσει σωστά τα ρούχα του, αδιαφορεί για την προσωπική του καθαριότητα και αδυνατεί να επιλέξει την ποιότητα και την ποσότητα της τροφής του. Ζει στον άγνωστο κόσμο του, δεν συνειδητοποιεί τη δυστυχία του ούτε τη δυστυχία που προκαλεί στους άλλους. Εχει «φύγει» από τη ζωή προτού η ζωή δραπετεύσει από το κορμί του.

Υπάρχουν πολλών αιτιών και ειδών άνοιες και οι περισσότερες από αυτές είναι ολικώς ή μερικώς αντιμετωπίσιμες. Λίγες είναι οι μη αναστρέψιμες, όπως η τύπου Alzheimer και η «χορεία του Huntington». Άλλες αναχαϊζονται αν η θεραπεία αρχίσει έγκαιρα, όπως αυτές που οφείλονται σε αβιταμίνωσεις, τοξικές ουσίες, λοιμώξεις (AIDS) και σε ενδοκρινικές διαταραχές (υποθυρεοειδισμός).

Η συχνή (25% περίπου όλων των περιπτώσεων) «πολυεμφραγματική άνοια» των υπερτασικών καπνιστών με

αγγειακή νόσο κατέχει ενδιάμεση θέση μεταξύ των μη αναστρέψιμων ανοιών και των άλλων που ελέγχονται με προληπτική και έγκαιρη θεραπεία. Η πολυεμφραγματική εγκεφαλοπάθεια εμφανίζεται συχνότερα σε άντρες. Οφείλεται σε πολλαπλά μικρά έμφρακτα στα αγγεία του εγκεφάλου και εμποδίζουν την τροφοδοσία των εγκεφαλικών κυττάρων. Η υπέρταση, το κάπνισμα και η υψηλή χοληστερίνη προδιαθέτουν. Αν ο ασθενής παρουσιάζει επανειλημμένα μικρά εγκεφαλικά, η χορήγηση αντιπηκτικών ή ασπιρίνης μαζί με τη ρύθμιση της υπέρτασης ή διαβήτη, αν υπάρχουν, προφυλάσσουν αποτελεσματικά.

Άλλοι ασθενείς με διαφορετικού βαθμού άνοια παρουσιάζουν «υδροκέφαλο χαμηλής (φυσιολογικής) πίεσης». Ο όρος «πίεση» εδώ δεν σχετίζεται με τη γνωστή μας αρτηριακή πίεση. Ο υδροκέφαλος προκαλείται από την υπερβολική συλλογή εγκεφαλονωτιαίου υγρού. Η διάγνωση επιβεβαιώνεται με αξονική τομογραφία. Συχνά η κατάσταση αντιμετωπίζεται και με έγκαιρη χειρουργική επέμβαση, δηλ. προτού η πίεση του υγρού συνθλίψει τον εγκέφαλο.

Άνοια και γηρατιά δεν είναι συνώνυμα ούτε εξελίσσονται παράλληλα. Η τύπου Alzheimer (πρωτοπαθής εκφυλιστική εγκεφαλίτις) ευθύνεται για το 40% περίπου όλων των περιστατικών. Εμφανίζεται σε δύο παρόμοιες μορφές, που διαφέρουν σημαντικά ως προς τον χρόνο εμφάνισης. Η γερωντική, αρκετά μετά τα 65, και η προγεροντική γύρω στα 50. Η κληρονομικότητα ενοχοποιείται ιδιαίτερα στην προγεροντική. Οι βιολογικοί συγγενείς, πρώτου βαθμού των ασθενών αυτών, έχουν τέσσερις φορές μεγαλύτερη πιθανότητα εμφάνισής της.

Η προσωπικότητα και η γνωστική λειτουργία του ασθενούς αποσαθρώνεται βαθμιαία και προοδευτικά και το μοιραίο έρχεται εντός 8-10 ετών. Η τύπου Alzheimer εγκεφαλοπάθεια φιλεί συχνότερα τις γυναίκες. Το 3% περίπου όλων του πληθυσμού άνω των 75 παρουσιάζει την πάθηση, σε διαφορετικό βαθμό. Η διάγνωση γίνεται με μαγνητική τομογραφία (MRI) κατά



προτίμηση «λειτουργική» -αν και αυτή στα αρχικά στάδια δεν βοηθά. Τα αίτια παραμένουν άγνωστα.

Η πρόληψη στις αναστρέψιμες, δυνητικά θεραπεύσιμες, άνοιες παίζει πρωταγωνιστικό ρόλο στην τύχη του ασθενούς. Σε αυτές τις περιπτώσεις η παρέμβαση πρέπει να είναι έγκαιρη, ενεργητική και επιθετική, ώστε να βοηθήσει τον ασθενή και τους οικείους του να οργανώσουν τη συλλογική τους άμυνα. Η φαρμακευτική αγωγή είναι αναγκαία. Αντικαταθλιπτικά για την κατάθλιψη, αγχολυτικά για την αύπνια και τον εκνευρισμό, αντιψυχωτικά για τα ψυχωσικά συμπτώματα και τη διέγερση. Τα πολλά φάρμακα πολλαπλασιάζουν τις πιθανότητες για παρενέργειες. Ειδικά φάρμακα κατά της άνοιας θεωρούνται οι «αναστολείς της ακετυλοχολινεστεράσης». Αυτά αναστέλλουν την πρόοδο της πάθησης· δεν τη θεραπεύουν. Χορηγούνται επίσης βιταμίνες του συμπλέγματος Β και Ε. Η ανεπάρκεια της φαρμακευτικής φαρμάκων μάς καθιστά ενδοτικούς σε κάθε προσπάθεια. Ζωή χωρίς φθορά, άγχος και αγώνα δεν υπάρχει.

Συχνά η τακτική άσκηση, 30'-50', 3-5 φορές την εβδομάδα βοηθά σημαντικά τον παππού με άνοια. Νους υγής εν σώματι υγεί, ακόμα και όταν ο «νους» υπόκειται σε αμφισβήτηση. Όταν συνοδεύετε τον παππού στον περίπατο, τα οφέλη θα είναι πολλαπλά: Θα τονωθεί το σώμα και ο νους και των δύο, θα απολαύσετε ηρεμία στην ψυχή σας, θα αναζωογονηθεί η αγάπη σας για τον δικό σας άνθρωπο. Ξεκινήστε με την άδεια του γιατρού. Βάλτε ρεαλιστικούς στόχους. Η φύση ανταμείβει πάντα όλους. Ενας φυσιολογικός άνθρωπος χαίρεται να παίρνει και να δίνει.

Τα κύτταρα για να αναζωογονηθούν κοινωνούν και επικοινωνούν μεταξύ τους. Το ίδιο και οι άνθρωποι.

ΔΡ ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ

24ΩΡΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ

1683 AM (στα μεσαία κύματα)

Συνεχή καθημερινή ενημέρωση και ψυχαγωγία

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας

1683 AM λειτουργεί

σε 24ωρη βάση, 7 ημέρες την εβδομάδα.



Ο σταθμός ξεκίνησε να λειτουργεί το Μάρτιο του 1983 και εκπέμπει τα καλύτερα προγράμματα από την Ελλάδα και την Κύπρο, ενώ παράλληλα μεταδίδει τις ειδήσεις από το εξωτερικό κάθε ώρα.

Επίσης, έχουμε τα καλύτερα τοπικά προγράμματα, όπως:

“Κυπριακή Κοινότητα”

με την Έλλη Κάμπος,

“Greeks Today”

με τον Γιώργο Τσερδάνη,

“Κέφι και μπάλλα”

με τον Γιάννη Σπανελλή,

“Κοινότητα και κοινοτικά”

και μουσικά

προγράμματα με εκφωνητές.

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας 1683 Khz AM διαφημίζει μεγάλους οργανισμούς και επιχειρήσεις, όπως την ελληνική εφημερίδα της Αυστραλίας “Ο Κόσμος”, “Λαϊκή Τράπεζα”, “Τράπεζα Κύπρου”, “Κυπριακή Κοινότητα NNO”, “Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα Σύδνεϋ & NNO”,

“Vicky Mar Fashions”, “Independent and General Advertising”, “Roselands Shopping Centre” και πολλές άλλες μικρές και μεγάλες επιχειρήσεις.

Για τον καλύτερο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό, τα τελευταία νέα, ποιοτική μουσική και τα καλύτερα ζωντανά προγράμματα, συντονιστείτε στο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό Αυστραλίας 1683 Khz AM.

Για περισσότερες πληροφορίες

και για τις διαφημίσεις σας,

τηλεφωνήστε στο (02) 9750 8155

και fax: (02) 9750 0517.

Τηλέφωνα για ζωντανές εκπομπές:

(02) 9750 9890 και (02) 9750 0017.

Διεύθυνση: Unit 4 / 9 Mavis St, Revesby NSW 2212

e-mail: conn01@optushome.com.au

web: GREEK RADIO 1683