

ΥΓΕΙΑ

29.10.2019 | 15:50

Μίλα για την ημικρανία σου

Καμπάνια ενημέρωσης από τη Novartis Hellas με στόχο την ολιστική διαχείριση της νόσου

Δωμάτιο του ασθενή με ημικρανία

ATHENS VOICE A.V. Team

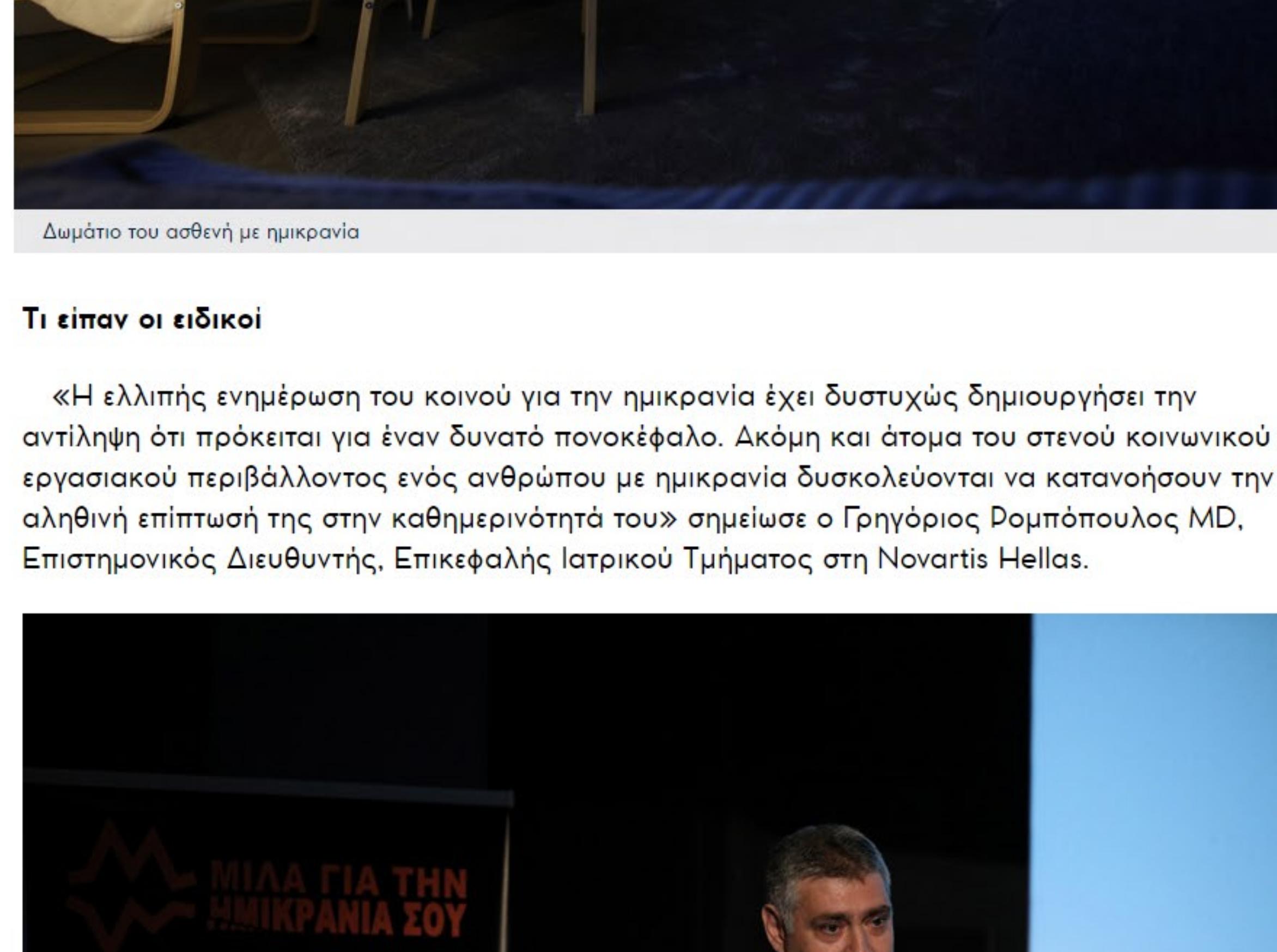


Η Novartis διοργάνωσε εκδήλωση ενημέρωσης των ΜΜΕ για την ολιστική διαχείριση της ημικρανίας και τις επιπτώσεις στην καθημερινότητα των ασθενών.

H μικρανία: Για την πλειοψηφία των Ελλήνων αποτελεί συνώνυμο του δυνατού πονοκέφαλου, μια εσφαλμένη αντίληψη που δυστυχώς εξακολουθεί να κυριαρχεί, δυσχεραίνοντας την προσωπική, κοινωνική και επαγγελματική ζωή των ασθενών. Μάλιστα, έχει χαρακτηριστεί ως η 2η αιτία αναπτηρίας παγκοσμίως, λόγω της σημαντικής προσωπικής και κοινωνικής της επιβάρυνσης.

Πρόσφατα, εκδήλωση ενημέρωσης των μέσων μαζικής ενημέρωσης για την ολιστική διαχείριση της νόσου και τις επιπτώσεις της στην καθημερινότητα των ασθενών διοργανώθηκε από τη Novartis στο πλαίσιο της εκστρατείας ευαισθητοποίησης «Μίλα για την ημικρανία σου», πρωτοβουλία που τελεί υπό την επιστημονική αιγιάλη της Ελληνικής Νευρολογικής Εταιρείας και της Ελληνικής Εταιρείας Κεφαλαλγίας.

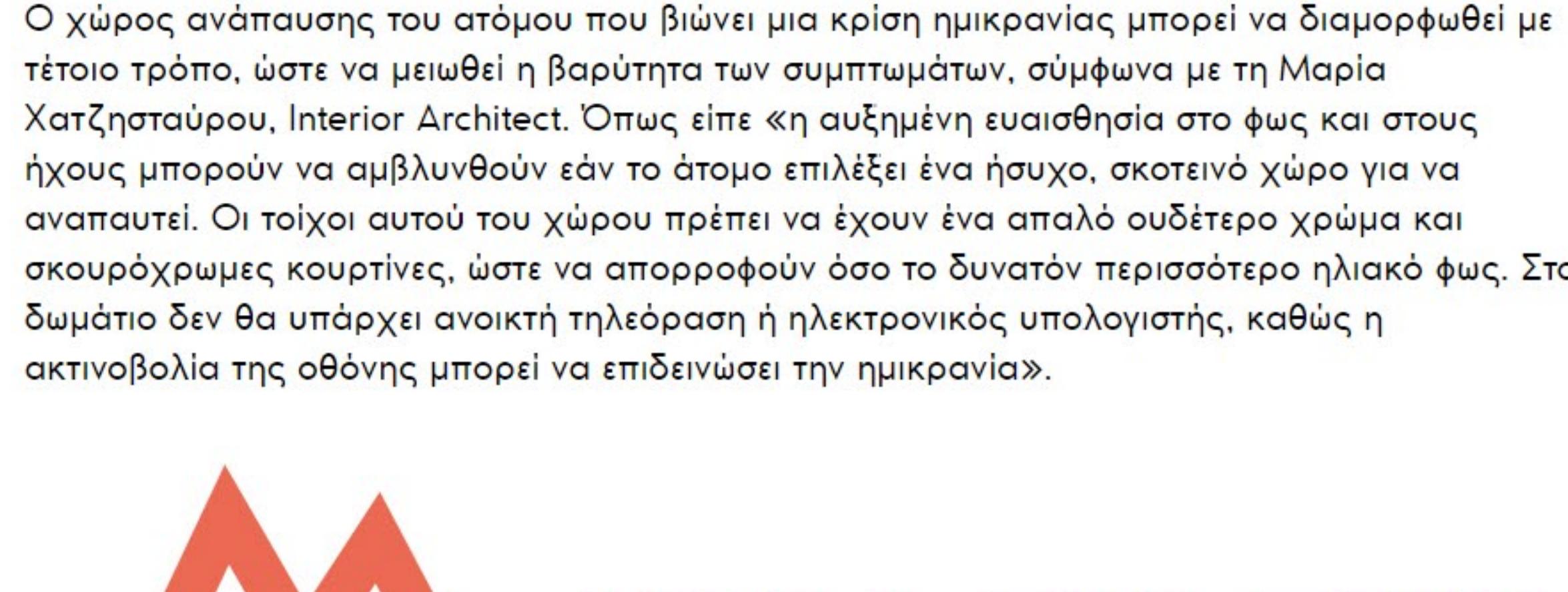
Στην εκδήλωση, εξειδικεύμενοι επαγγελματίες υγείας παρουσίασαν την κατηγοριοποίηση της ημικρανίας, τα συμπτώματά της, τις διαθέσιμες θεραπευτικές προσεγγίσεις, καθώς και το φορτίο της νόσου στον ασθενή και την κοινωνία. Οι προσκεκλημένοι είχαν παράλληλα την ευκαιρία να ξεναγηθούν στο «δωμάτιο του ασθενή με ημικρανία», μία ειδικά διαμορφωμένη κατασκευή φυσικού μεγέθους, που παρουσίαζε το χώρο όπου ένας ασθενής μπορεί να βρίσκει ανακούφιση κατά τη διάρκεια μιας κρίσης ημικρανίας.

**Τι είπαν οι ειδικοί**

«Η ελλιπής ενημέρωση του κοινού για την ημικρανία έχει δυστυχώς δημιουργήσει την αντίληψη ότι πρόκειται για έναν δυνατό πονοκέφαλο. Ακόμη και άτομα του στενού κοινωνικού ή εργασιακού περιβάλλοντος, enός ανθρώπου με ημικρανία δυσκολεύονται να κατανοήσουν την αληθινή επίπτωσή της στην καθημερινότητά του» σημείωσε ο Γρηγόριος Ρομπόπουλος MD, Επιστημονικός Διευθυντής, Επικεφαλής Ιατρικού Τμήματος στη Novartis Hellas.

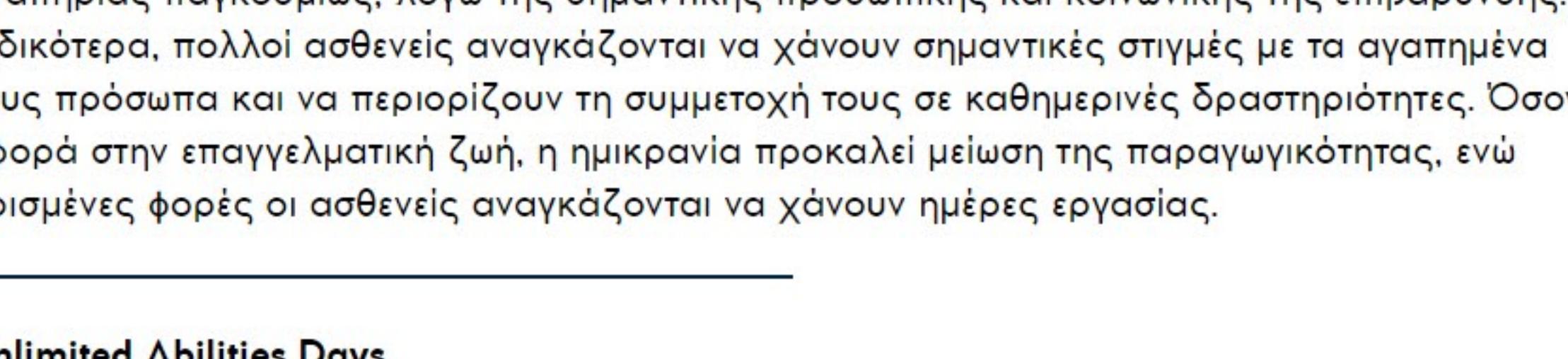


Παράλληλα, στην υψηλή ψυχολογική επιβάρυνση της νόσου στάθηκε η Εβίνα Ηλιοπούλου, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια, Head of Occupational Health Psychology, EAP Hellas: «Καθώς οι κρίσεις ημικρανίας εκδηλώνονται απρόβλεπτα, πολλοί ασθενείς αισθάνονται ότι δεν έχουν τον έλεγχο της ζωής τους, μία αισθηση που αναπόφευκτα προκαλεί άγχος και αισθήματα απομόνωσης και απογοήτευσης. Πολλοί επίσης αποφεύγουν να μοιράζονται την εμπειρία τους, θεωρώντας ότι δε θα βρουν κατανόηση από το συνομιλητή τους και θα χαρακτηριστούν υπερβολικοί. Με άλλα λόγια, οι άνθρωποι αυτοί νιώθουν ότι "σηκώνουν το βάρος της νόσου" μόνοι τους» ανέφερε χαρακτηριστικά.



Φωτεινή Μπαμπανάρα, Διεύθυντρια Επικοινωνίας Novartis Hellas, Μαρία Χατζησταύρου, Interior Architect, Εβίνα Ηλιοπούλου, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια, Head of Occupational Health Psychology, EAP Hellas, Γρηγόριος Ρομπόπουλος MD, Επιστημονικός Διευθυντής.

Ο χώρος ανάπτυξης του ατόμου που βιώνει μια κρίση ημικρανίας μπορεί να διαμορφωθεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να μειωθεί η βαρύτητα των συμπτωμάτων, σύμφωνα με τη Μαρία Χατζησταύρου, Interior Architect. Οπως είπε «η αυξημένη ευαισθησία στο φως και στους ήχους μπορούν να αμβλυνθούν εάν το άτομο επιλέξει ένα ήσυχο, σκοτεινό χώρο για να αναπαύεται. Οι τοίχοι αυτού του χώρου πρέπει να έχουν ένα απαλό ουδετέρω χρώμα και σκουρόχρωμες κουρτίνες, ώστε να απορροφούν όσο το δυνατόν περισσότερο ηλιακό φως. Στο δωμάτιο δεν θα υπάρχει ανοικτή τηλεόραση ή ηλεκτρονικός υπολογιστής, καθώς η ακτινοβολία της οθόνης μπορεί να επιδεινώσει την ημικρανία».

**Ηξερες για την ημικρανία ότι...**

Είναι μια σοβαρή νευρολογική διαταραχή που στην Ελλάδα επηρεάζει περίπου 1,2 εκατομμύρια ενήλικες. Ωστόσο, οι περισσότεροι ασθενείς καθυστερούν να διαγνωστούν, καθώς επισκέπτονται διαφορετικές ιατρικές ειδικότητες, προτού καταλήξουν στον νευρολόγο, που είναι αρμόδιος για τη διαχείριση της νόσου. Η ημικρανία έχει χαρακτηριστεί ως η 2η αιτία αναπτηρίας παγκοσμίως, λόγω της σημαντικής προσωπικής και κοινωνικής της επιβάρυνσης. Ειδικότερα, πολλοί ασθενείς αναγκάζονται να χάνουν σημαντικές στιγμές με τα αιγαπημένα τους πρόσωπα και να περιορίζουν τη συμμετοχή τους σε καθημερινές δραστηριότητες. Όσον αφορά στην επαγγελματική ζωή, η ημικρανία προκαλεί μείωση της παραγωγικότητας, ενώ ορισμένες φορές οι ασθενείς αναγκάζονται να χάνουν ημέρες εργασίας.

Unlimited Abilities Days

Στις 26 Οκτωβρίου στην Τεχνόπολη του Δήμου Αθηναίων πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση Unlimited Abilities Days. Η εκδήλωση, η οποία φιλοδεξεί να γίνει θεσμός, ήταν αφιερωμένη στην ανάδειξη των ατόμων με ορατή ή αόρατη αναπτυρία, καθώς και πρωτοβουλιών που στοχεύουν στην ενδυνάμωσή τους, με σκοπό να ενεργοποιήσει και να εμπλέξει κάθε πολίτη.

Χορηγός της εκδήλωσης ήταν η Novartis με την καμπάνια «Μίλα για την ημικρανία σου».

ΗΜΙΚΡΑΝΙΑ ΝΟΒΑΡΤΙΣ ΚΑΜΠΑΝΙΑ

