

Bits 'n' pieces

Τέσσερις σημαντικές επιστημονικές δημοσιεύσεις δείχνουν πως χρειάζεται προσοχή! Ερευνητές, πανεπιστήμια και εργαστήρια συμπεραίνουν για την απαραίτητη θωράκιση του ανοσοποιητικού συστήματός μας.

[σελ. 42]

Αφιέρωμα: HIV/AIDS

Ο Μάριος Κ. Λαζανάς, παθολόγος λοιμωξιολόγος, μας ενημερώνει για τον ιό της ανοσολογικής ανεπάρκειας του ανθρώπου, με αφορμή την αυριανή Παγκόσμια Ημέρα κατά του AIDS.

[σελ. 44-45]

Η υγεία στην περίοδο της κρίσης

Ο Νικήτας Κανάκης, πρόεδρος της οργάνωσης Γιατροί του Κόσμου, μας προτρέπει: «Ο αγώνας κατά της φτώχειας για ζωή και αξιοπρέπεια είναι ευθύνη όλων μας, και σήμερα που η οργανωμένη πολιτεία αδυνατεί να εξασφαλίσει για τους πολίτες της βασικά αγαθά, τα κοινωνικά ιατρεία και οι οργανώσεις αλληλεγγύης αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες».

[σελ. 46-47]

Χρόνια πολιτική αναήλθησά

Στη χώρα μας μέχρι στιγμής δεν υπάρχει πολιτική για τα χρόνια νοσήματα. Μιλάμε μόνο για 10 παθήσεις που απορροφούν το 70% των πόρων! Η πλειονότητα των πολιτών άνω των 50 ετών πάσχουν από μια χρόνια πάθηση, κι εκείνοι που ξεπερνούν τα 65 χρόνια από δύο έως τέσσερις! Οι σημαντικότερες από αυτές είναι ο σακχαρώδης διαβήτης, η υπέρταση, η καρδιακή ανεπάρκεια, η χρόνια αναπνευστική ανεπάρκεια (ΧΑΠ), το βρογχικό άσθμα, ο καρκίνος, οι νευρολογικές παθήσεις με σημαντικότερη και πιο συχνή το Αλτσχάιμερ. Η αδυναμία οργανωμένης πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, η έλλειψη μέριμνας για τους νέους πάσχοντες αφαιρούν από τους πολίτες το δικαίωμα σε υψηλή ποιότητα ζωής και επιτρέπουν την ανεξέλεγκτη κατασπατάληση του δημόσιου χρήματος. Η διαβητολογική εταιρεία προ διατίτας

ανακοίνωσε ότι έχουμε ένα εκατομμύριο διαβητικούς, από τους οποίους φαρμακευτική αγωγή παίρνουν μόνον οι μισοί (500.000) και ρυθμισμένοι είναι μόνο το ένα τέταρτο (250.000). Για μια πάθηση που μπορεί να ρυθμιστεί από ένα δίκτυο γιατρών στην πρωτοβάθμια περίθαλψη ο ασθενής φτάνει στα νοσοκομεία -στη δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια- με υποτροπές που απαιτούν μεγάλες, εξαντλητικές για τον ίδιο και πολυδάπανες επεμβάσεις (ακρωτηριασμούς άκρων, οφθαλμολογικά χειρουργεία κ.λπ.) και μακροχρόνια θεραπεία που υποβαθμίζει την ποιότητα ζωής του και τον θέτει εκτός παραγωγικής τάξης. Το επιδημιολογικό προφίλ της χώρας επιβάλλει άμεσα οργανωμένο σχέδιο πρωτοβάθμιας φροντίδας, όπου δίκτυα για τους νέους πάσχοντες θα αντιμετωπίζουν τις χρόνιες παθήσεις παρέχοντας υψηλής ποιότητας υπηρεσίες. Και πολύ έχουμε αργήσει.

Χωρίς πολιτική για τα χρόνια νοσήματα παραμένει η χώρα μας στην εποχή της κρίσης και του Μνημονίου. Δέκα παθήσεις απορροφούν το 70% των πόρων για την υγεία, χωρίς όμως να υπάρχει οργανωμένο σχέδιο πρωτοβάθμιας φροντίδας που θα παρέχει υψηλής ποιότητας υπηρεσίες στις πιο ευάλωτες ομάδες



Πρόγραμμα Ιατρικής Κάλυψης

ALPHA
υγείαγιαόλους

Όλη η φροντίδα που χρειάζεστε,
σε ένα πρόγραμμα!

Μόνο με 50 ευρώ τον χρόνο.

Σε συνεργασία με την ΑΧΑ Ασφαλιστική Α.Ε.

 **ALPHA BANK**

 **ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΗ**
αλλάζουμε / τα δεδομένα

3 Δεκεμβρίου Παγκόσμια Ημέρα ΑμεΑ

Από την πρώτη στιγμή η οικονομική κρίση έπληξε με σφοδρότητα τα άτομα με αναπηρία, με χρόνια πάθηση και τις οικογένειες που έχουν στη φροντίδα τους άτομα με βαριές αναπηρίες και πολλαπλές ανάγκες εξάρτησης. Η πιο αρνητική συνέπεια της κρίσης με κοινωνικά, πολιτικά και οικονομικά χαρακτηριστικά, που έχει επηρεάσει καθολικά αυτή την ομάδα του πληθυσμού, είναι το νέο σύστημα πιστοποίησης και αξιολόγησης της αναπηρίας, το οποίο αντί να σχεδιαστεί μεθοδικά και βάσει της νέας δικαιωματικής προσέγγισης για την αναπηρία, σχεδιάστηκε μνημονιακά βάσει των επιταγών και απαιτήσεων της τρέχουσας, έτσι ώστε να τεθούν πολλά άτομα με αναπηρία εκτός συστήματος οικονομικών και κοινωνικών παροχών. Στόχος ήταν να μειωθεί ο αριθμός των ατόμων με αναπηρία, και κατ' αυτόν τον τρόπο να μειωθούν οι δημοσιονομικές δαπάνες που κατευθύνονται στο σύστημα κοινωνικών και οικονομικών παροχών! Εκείνο που οφείλουμε όλοι μαζί να κάνουμε είναι να μην αφήσουμε αυτή την οικονομική κρίση να μετατραπεί σε κρίση ανθρωπίνων δικαιωμάτων για τα άτομα με αναπηρία, τις οικογένειές τους και κάθε ευπαθή ομάδα της ελληνικής κοινωνίας. Να αναχαιτίσουμε την εξάπλωση του συντηρητισμού και των προκαταλήψεων για την αναπηρία, φαινόμενα τα οποία εμφανίζονται ιστορικά σε περιόδους κρίσεων. Να αγωνιστούμε για τα δικαιώματα των ανθρώπων αυτών. Να είμαστε αλληλέγγυοι.

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: Ντάνι Βέργου (d.vergou@efsyn.gr)

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΥΛΗΣ: Αγγή Κατσιούλα (a.katsioula@efsyn.gr)

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ: Λουίζα Καραγεωργίου

editorial

Bits 'n' pieces

Η σοβαρή απώλεια ύπνου επηρεάζει το ανοσοποιητικό σύστημα, λέει νέα δημοσίευση στο SLEEP. Κλονίζει το ανοσοποιητικό σύστημα και τη δράση του, λέει η συγγραφέας της μελέτης Dr. Katrin Ackermann, η οποία συνεχίζει την έρευνα με σκοπό να αποκαλύψει τους μοριακούς μηχανισμούς πίσω από τη χρόνια στέρηση ύπνου και τον ρόλο της στην ανάπτυξη των ασθενειών. Προηγούμενες μελέτες είχαν συνδέσει την έλλειψη ύπνου με την ανάπτυξη ορισμένων ασθενειών και παθήσεων, όπως είναι η υψηλή αρτηριακή πίεση (υπέρταση), ο διαβήτης και η παχυσαρκία. Άλλες μελέτες έχουν αποδείξει ότι ο επαρκής ύπνος βοηθά στη σωστή λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος και ότι η μακροχρόνια στέρηση του αποτελεί σημαντικό παράγοντα κινδύνου για προβλήματα του ανοσοποιητικού συστήματος.



Μια πρωτεΐνη που ενεργοποιεί την αντίδραση του ανοσοποιητικού συστήματος απέναντι στους ιούς αναγνώρισαν επιστήμονες του Harvard. Η πρωτεΐνη GEF-H1 είναι υπεύθυνη για την πρώτη αντίδραση του οργανισμού, αναφέρει η δημοσίευση στο Nature Immunology. Η εν λόγω πρωτεΐνη παίζει σημαντικό ρόλο στην υποβοήθηση των μακροφάγων -σημαντικών κυττάρων του ανοσοποιητικού- να αντιδράσουν σε ιογενείς λοιμώξεις, όπως είναι η γρίπη. «Η ανίχνευση του ιικού γενετικού υλικού μέσα σε ένα μολυσμένο κύτταρο είναι κρίσιμη στην ενεργοποίηση του ανοσοποιητικού συστήματος για την καταπολέμηση της λοίμωξης και την πρόληψη της εξάπλωσης του ιού σε ολόκληρο τον οργανισμό», εξηγούν οι ερευνητές, οι οποίοι ελπίζουν ότι η ανακάλυψη τους θα οδηγήσει σε νέες θεραπείες των ιών που έχουν εφεύρει τρόπους να ξεγελούν την αντίδραση του ανοσοποιητικού του οργανισμού.

Γονίδια και ανοσοποιητικό σύστημα επηρεάζονται από τη φτώχεια και το στρες. Λέει νέα δημοσίευση στο Proceedings of the National Academy of Sciences. Οι επιστήμονες μελέτησαν τις αλλαγές στην έκφραση των γονιδίων με τη στενή παρατήρηση μιας διαδικασίας

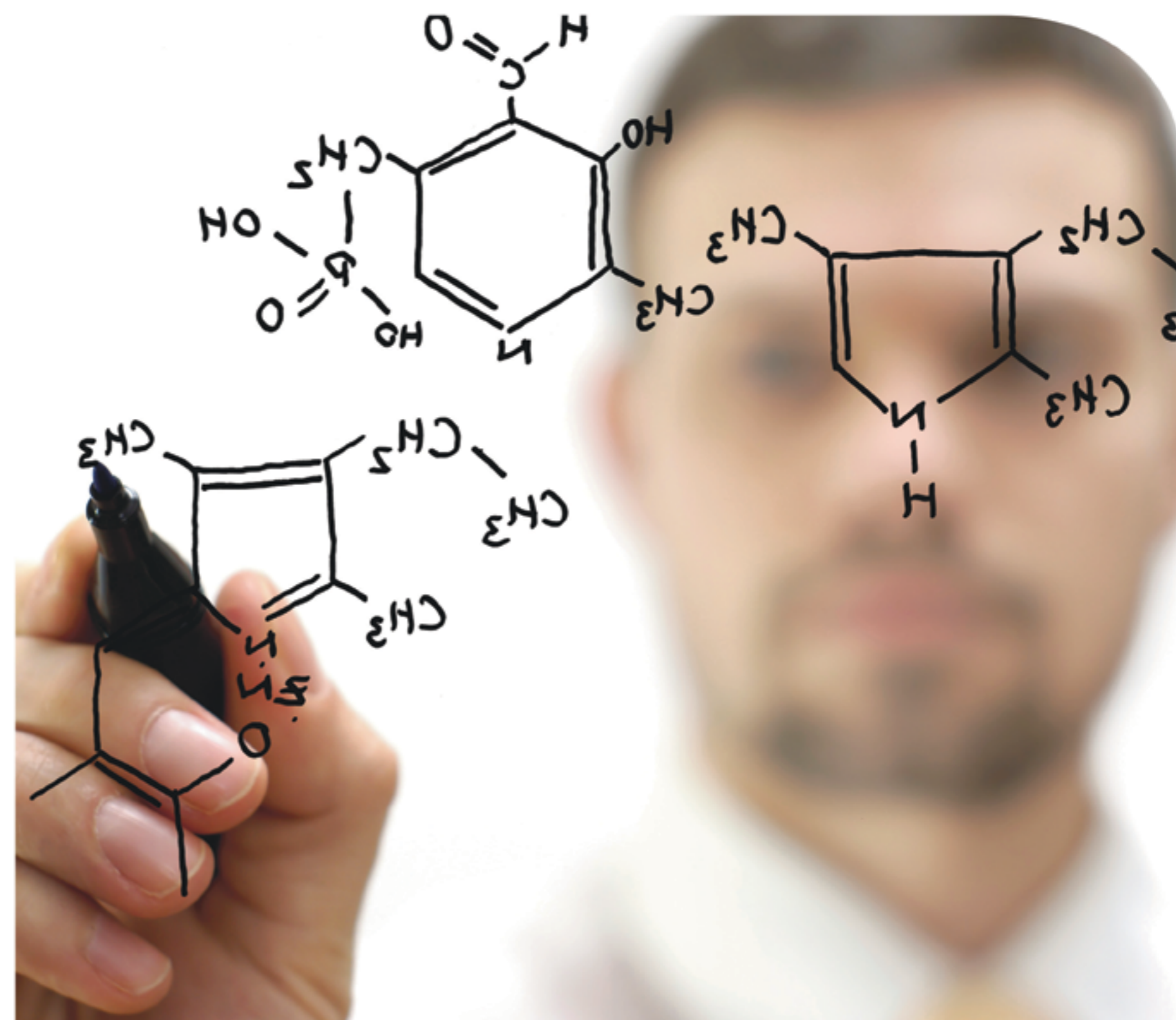
4

σημαντικές επιστημονικές δημοσιεύσεις δείχνουν...

που ονομάζεται γονιδιακή μεθυλίωση. Η έρευνα κατέδειξε ότι η φτώχεια στην παιδική ηλικία αφήνει το σημάδι της στα γονίδια. «Βρήκαμε βιολογικό κατάλοιπο της φτώχειας στις μικρές ηλικίες», λέει χαρακτηριστικά ο συγγραφέας της μελέτης Michael Kobor. Το ίδιο και το στρες στους ενήλικες, προσθέτει. Και στις δύο περιπτώσεις οι αλλαγές αυτές προδίδουν τις μελλοντικές αποκρίσεις του ανοσοποιητικού, το οποίο δεν μένει ανεπηρέαστο.

Υπεύθυνα για την ευπάθεια των νεογνών στις μολύνσεις είναι συγκεκριμένα ανοσοκατασταλτικά κύτταρα και όχι η ανωριμότητα ή ανυπαρξία των κυττάρων του ανοσοποιητικού συστήματος, επιστημαίνει δημοσίευση στο Nature. Είναι τα ίδια κύτταρα που επιτρέπουν στα καλά βακτήρια να αποικίσουν με ασφάλεια στα έντερα των μωρών. Το εύρημα μπορεί να προκαλέσει σημαντική αλλαγή στον τρόπο με τον οποίο οι επαγγελματίες υγείας αντιμετωπίζουν τις λοιμώξεις στα νεογνίδια, καθώς και στην έρευνα για νέες στρατηγικές πρόληψης και θεραπείας. Οι πρώτες λίγες ημέρες μετά τη γέννησή τους αντιπροσωπεύουν μια κρίσιμη αναπτυξιακή περίοδο, καθώς το ανοσοποιητικό σύστημα του μωρού καλείται να προσαρμοστεί σε πολλούς παράγοντες διέγερσης, όπως είναι τα περιβαλλοντικά μικρόβια που δεν είναι παρόντα στη μήτρα, αλλά αμέσως αποικίζουν στους ιστούς, όπως το έντερο και το δέρμα.

**...πως
χρειάζεται
προσοχή!**



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

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

Merck Serono

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 νευροεγκεφαλολογικές παθήσεις, τη γονιμότητα, την ενδοκρινολογία, τις καρδιομεταβολικές παθήσεις. Διαθέτουμε υψηλής ποιότητας προϊόντα σε περισσότερες από 150 χώρες σε ολόκληρο τον κόσμο.

Η Merck Serono είναι
ένος κλάδου της Merck.

MERCK

Collagen Pro-Active

“Η κορυφαία επιλογή,”



Το συστήνουν:

- ✓ Γιατροί
- ✓ Φαρμακοποιοί
- ✓ Διατροφολόγοι
- ✓ Γυμναστές
- ✓ Διαιτολόγοι

Ζητήστε το από τον
φαρμακοποιό σας



- ✓ Αρθρτικά προβλήματα;
- ✓ Οστεοπόρωση;
- ✓ Ταλαιπωρημένη & σπασμένη επιδερμίδα;
- ✓ Προβλήματα διαχείρισης βάρους;
- ✓ Αδύναμα μαλλιά & εύθραυστα νύχια;

Τώρα, υπάρχει λύση!

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΑΠΟΜΙΜΗΣΕΙΣ
ΤΟ ΑΥΘΕΝΤΙΚΟ COLLAGEN PRO ACTIVE ΕΧΕΙ ΤΟ
ΣΤΗΝ ΕΤΙΚΕΤΑ ΚΑΙ ΚΑΘΕΤΑ ΤΗ ΛΕΞΗ COLLAGEN



Αποκλειστική διάθεση για Ελλάδα & Κύπρο: COLLAGEN POWER A.E.

Ηρώς Κωνσταντοπούλου 47-49, Βύρωνα Τ.Κ.16231, Βύρωνα Τ.Κ.16231,

Τηλ.: 801 300 3100 (αστική χρέωση) & 213 008 1013, Fax: 211 800 5435, e-mail: info@collagenpower.gr



Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας www.collagenpower.gr



Drink Collagen for Health & Beauty