



Στην Ελλάδα τα πρώτα στατιστικά δεδομένα, που προέκυψαν από 389 ηλικιωμένους, οι οποίοι συμμετείχαν για δύο μήνες στο πρόγραμμα σε Θεσσαλονίκη και Αθήνα την περίοδο 2010-2012, δείχνουν ότι η συγκεκριμένη παρέμβαση πρόληψης της άνοιας είχε εντυπωσιακά ποιοτικά αποτελέσματα.

Βελτίωση στην ποιότητα ζωής των ηλικιωμένων έδειξε το πρόγραμμα Long Lasting Memories

ΑΠΘ Φάρμακο κατά της άνοιας οι τεχνολογίες της Πληροφορικής

Όπλο κατά της άνοιας αποτελούν οι νέες τεχνολογίες της Πληροφορικής. Η χρήση τους προσφέρει στα ηλικιωμένα άτομα αποτελεσματική προστασία από τη νοητική εξασθένιση, βελτιώνοντας ενεργά την ποιότητα ζωής τους και παρατείνοντας σημαντικά το χρόνο που μπορούν να παραμείνουν ανεξάρτητοι στο σπίτι.

Επιπλέον βελτιώνει σημαντικά την κατάθλιψη των ηλικιωμένων με άνοια, σε ποσοστό που φτάνει το 50%.

Τα συμπεράσματα αυτά προκύπτουν από την πιλοτική λειτουργία εδώ και δύο χρόνια του συστήματος LLMCare, το οποίο είναι αποτέλεσμα του ερευνητικού έργου "Μνήμες Διάρκειας" (Long Lasting Memories - LLM), που χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση και υλοποιείται από επιστήμονες και ειδικούς της ομάδας Assistive Technologies and Silver Science του Εργαστηρίου Ιατρικής Φυσικής του τμήματος Ιατρικής του ΑΠΘ και από την Ιατρική σχολή του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Ειδικότερα οι πιλοτικές έρευνες σε πέντε ευρωπαϊκές χώρες απέδειξαν την αποτε-

λεσματικότητά του στη βελτίωση της νοητικής και σωματικής κατάστασης, της ποιότητας ζωής και της πρόληψης της άνοιας των ηλικιωμένων.

Ειδικά στην Ελλάδα τα πρώτα στατιστικά δεδομένα, που προέκυψαν από 389 ηλικιωμένους, οι οποίοι συμμετείχαν για δύο μήνες στο πρόγραμμα σε Θεσσαλονίκη και Αθήνα την περίοδο 2010-2012, δείχνουν ότι η συγκεκριμένη παρέμβαση πρόληψης της άνοιας είχε εντυπωσιακά ποιοτικά αποτελέσματα τόσο στις συγκεκριμένες εγκεφαλικές λειτουργίες που επηρεάζονται από το γήρας όσο και στην ψυχολογική κατάσταση των συμμετεχόντων.

Το πρόγραμμα παρουσιάστηκε χθες στην Αθήνα, σε ειδική εκδήλωση που διοργάνωσε το υπουργείο Εξωτερικών, ως ώριμο ερευνητικό αποτέλεσμα που παράχθηκε στο ΑΠΘ.

ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ

Το LLMCare βασίζεται σε σύγχρονες τεχνολογίες πληροφορικής και αποτελεί μία ενοποιημένη τεχνολογική πλατφόρμα, που στοχεύει στη νοητική και σωματική άσκηση με τη χρήση λογισμικού μέσα σε ένα διασκεδαστικό περιβάλλον υποβοηθούμενης διαβίωσης. Με το συνδυασμό νοητικής και σωματικής άσκησης παρέχει στους ηλικιωμένους αποτελεσματική προστασία από τη νοητική εξασθένιση, βελτιώνοντας ενεργά την ποιότητα ζωής τους και παρατείνοντας σημαντικά το χρόνο που μπορούν να παραμείνουν ανεξάρτητοι στο σπίτι.

Επιπλέον παρατηρήθηκε σημαντική βελτίωση στις λειτουργίες προσοχής, τις εκτελεστικές λειτουργίες, τη γλώσσα, την ταχύτητα επεξεργασίας πληροφοριών, τις οπτικοχωρικές ικανότητες των ατόμων αλλά και τη μνήμη εργασίας. Ένα από τα σημαντικότερα ποσοστά επιτυχίας που αφορά την ψυχολογική κατάσταση των ηλικιωμένων που συμμετείχαν στο πρόγραμμα είναι η βελτίωση του δείκτη της κατάθλιψής τους κατά 50%.

Ειδικότερα παρατηρήθηκαν:

- Βελτίωση στη μνήμη εργασίας, τις οπτικοχωρικές ικανότητες και τις εκτελεστικές λειτουργίες.
- Απώλεια βάρους, ενδυνάμωση μυών, μείωση σωματικών πόνων, βελτίωση ελαστικότητας, αερόβιας αντοχής και ισορροπίας.
- Σημαντική μείωση στη γηριατρική κατάθλιψη, ειδικά σε άτομα με υψηλά ποσοστά κατάθλιψης, βελτίωση στην εκμάθηση νέων πληροφοριών και διατήρησης αυτών, καθώς και στη βραχυπρόθεσμη και μακροπρόθεσμη μνήμη και στην ταχύτητα απόκρισης.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

Περνώντας από τη φάση της έρευνας στην αξιοποίηση και την προσφορά στην κοινωνία, το σύστημα παρέχεται μέσα από τις δομές της επιτροπής Ερευνών του ΑΠΘ σε πολύ χαμηλές τιμές σε ενδιαφερόμενους φορείς τοπικής αυτοδιοίκησης, δημόσια και ιδιωτικά κέντρα φροντίδας ηλικιωμένων, επαγγελματίες φροντίδας της υγείας, ιδιώτες αλλά και

απλούς πολίτες. Ήδη πολλοί πολίτες αλλά και σειρά δημοτικών και ιδιωτικών δομών της χώρας χρησιμοποιούν ή στοχεύουν να το χρησιμοποιήσουν στο επόμενο διάστημα.

"Έχουμε την πρόθεση να προβούμε τόσο στη συνέχιση των ερευνητικών δραστηριοτήτων και μελετών στο ερευνητικό αυτό πεδίο όσο και στην επέκτασή τους με νέες δοκιμές και τεχνολογικές επεκτάσεις σε επιχειρηματικό επίπεδο, δημιουργώντας έτσι ένα πραγματικό οικοσύστημα αναφοράς για την ενεργό και υγιή γήρανση με τη δημιουργία πολύτιμων ανοικτών δεδομένων υγείας", υποστηρίζει ο επικεφαλής της ερευνητικής ομάδας, επίκουρος καθηγητής του τμήματος Ιατρικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του ΑΠΘ Παναγιώτης Μπαμίδης.

ΠΑΣΧΟΥΝ 200.000 ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Σύμφωνα με τους επιστήμονες η άνοια, με πιο συχνή μορφή της τη νόσο Άλτσχάιμερ, χαρακτηρίζεται ως η επιδημία του 21ου αιώνα. Σήμερα υπάρχουν 200.000 ασθενείς στην Ελλάδα, 7.300.000 στην Ευρώπη και 36.000.000 παγκοσμίως. Λόγω της αύξησης του προσδόκιμου επιβίωσης οι αριθμοί αναμένεται να υπερδιπλασιαστούν έως το 2050.

Το κόστος για την αντιμετώπιση της άνοιας κάθε χρόνο αυξάνεται δραματικά, ώστε να απειλεί με χρεοκοπία τα εθνικά συστήματα υγείας (δημόσια και ιδιωτικά). Στην Ευρωπαϊκή Ένωση η νόσος Άλτσχάιμερ απορροφά αυτή τη στιγμή το 25% του συνόλου των δαπανών για την υγεία.