

# Προβλήματα μνήμης, ακοής ή/και όρασης;

Της Χαρούλας Ματθαίου\*

**Μ**ετά τη σύνταξη, η αγαπημένη συνήθεια του κύριου Ανδρέα ήταν η καθημερινή επίσκεψη στο καφενείο. Πάντα απολάμβανε τα παιχνίδια με την τράπουλα και τις συζητήσεις με τους συνομηλικούς του. Τους τελευταίους μήνες, η σύζυγός του, η κυρία Μαρία, παρατήρησε ότι πλέον δεν πηγαίνει στο καφενείο τόσο συχνά όπως πριν, αλλά προτιμά να μένει στο σπίτι και να παρακολουθεί τηλεόραση. Ταυτόχρονα, παρατηρεί ότι η ακοή του έχει σταδιακά χειροτερεύσει και συχνά μπορεί να ξεχνά κάτι που του έχει πει πριν από λίγο. Ο ίδιος λέει ότι είναι "όλα της ηλικίας" και απλά προτιμά να μένει στο σπίτι για να ξεκουράζεται. Η σύζυγός του πιστεύει ότι ο λόγος που αποφεύγει να πηγαίνει στο καφενείο είναι επειδή δυσκολεύεται να επικοινωνεί και να συμμετέχει όπως πριν.

Οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει ο κύριος Ανδρέας είναι παρόμοιες με την πραγματικότητα που βιώνουν καθημερινά εκατομμύρια Ευρωπαίοι πολίτες άνω των 65 ετών.

Το ευρωπαϊκό ερευνητικό πρόγραμμα "SENSE-Cog" - "Ears, Eyes and Mind"

Στόχος του προγράμματος "SENSE-Cog" είναι η βελτίωση της νοητικής υγείας και της ποιότητας ζωής ηλικιωμένων ατόμων που αντιμετωπίζουν απώλεια μνήμης, ακοής ή/και όρασης. Το πρόγραμμα χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Στην Κύπρο, το πρόγραμμα εφαρμόζει το Πανεπιστήμιο Κύπρου (Κέντρο Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης) με συντονίστρια την καθηγήτρια Φώφη Κωνσταντινίδου σε συνεργασία με το Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου (Τμήμα Επιστημών Υγείας) με συντονίστρια την αναπληρώτρια καθηγήτρια Χρυσούλα Θώδη. Συγκεκριμένα, η έρευνα που διεξάγεται έχει ως στόχο την αξιολόγηση των επιπτώσεων του συνδυασμού προβλημάτων μνήμης, ακοής ή/και όρασης σε άτομα άνω των 60 ετών. Επιπρόσθετα, η έρευνα στοχεύει στη δημιουργία ενός εξατομικευμένου προγράμματος παρέμβασης και στην αξιολόγηση της αποτελεσματικότητάς του (κλινική δοκιμή). Η παρέμβαση επικεντρώνεται στη βελτίωση της ακοής ή/και όρασης, η οποία στη συνέχεια αναμένεται να επιδράσει θετικά στη γνωστική λειτουργικότητα και στην ποιότητα ζωής των συμμετεχόντων.

Αν και η συνύπαρξη γνωστικών προβλημάτων



Λάβετε μέρος σε μια πανευρωπαϊκή καινοτόμο έρευνα για τη βελτίωση της νοητικής υγείας και της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων

και διαταραχών στην όραση ή στην ακοή, αποτελεί συχνό φαινόμενο για άτομα άνω των 65 ετών, η γνώση σχετικά με την αντιμετώπιση των επιπτώσεών της είναι περιορισμένη. Δεδομένα από πρόσφατες έρευνες δείχνουν ότι ηλικιωμένα άτομα που αντιμετωπίζουν ταυτόχρονα θέματα ψυχικής/νοητικής, γνωστικής και αισθητηριακής υγείας, έχουν περισσότερες δυσκολίες προσαρμοστικότητας στον χώρο αξιοποιώντας ακουστικά ή οπτικά ερεθίσματα, βιώνουν μεγαλύτερα επίπεδα δυσφορίας που οδηγούν σε αυξημένη ευερεθιστότητα και επιθετικότητα, είναι πιο απομονωμένα στην οικογένεια και συμμετέχουν λιγότερο σε κοινωνικές δραστηριότητες (Lawrence et al, 2008, McKeefry et al., 2010, Elliott et al, 2009, Lupsakko et al., 2002, McDonnell et al., 2009). Ταυτόχρονα, η μεγαλύτερη εξάρτηση και οι δυσκολίες που προκύπτουν στην επικοινωνία, εντείνουν την ψυχολογική και σωματική εξάντληση που μπορεί να βιώνουν τα άτομα που αναλαμβάνουν τη φρο-

ντίδα τους (Lawrence et al, 2008).

Αναζητούμε Κύπριους/ες εθελοντές/τριες ηλικίας 60 ετών και άνω με απώλεια μνήμης, ακοής ή/και όρασης και τους φροντιστές/τριές τους.

Μέσω του προγράμματος, τόσο το άτομο που αντιμετωπίζει τα προβλήματα υγείας, όσο και το άτομο που αναλαμβάνει συχνά τη φροντίδα του, έχουν την ευκαιρία να συμμετάσχουν σε ένα πρόγραμμα παρέμβασης ειδικά διαμορφωμένο για τις ανάγκες τους. Οι ηλικιωμένοι συμμετέχοντες καλούνται να απαντήσουν σε ερωτηματολόγια και να συμμετέχουν σε συνεντεύξεις. Επιπλέον, θα λάβουν ατομικές αξιολογήσεις όπως γνωστική αξιολόγηση, καθώς και έλεγχο ακοής και όρασης, χωρίς καμία χρέωση. Στη συνέχεια, αν πληρούν τα κριτήρια της έρευνας, θα έχουν την ευκαιρία να βελτιώσουν την όρασή τους και ή/την ακοή τους με τη δωρεάν προσθήκη ακουστικού και γυαλιών οράσεως, καθώς να λάβουν και εξατομικευμένη παρέμβαση στο σπίτι. Οι φροντιστές/τριές τους, θα χρειαστεί να συμπληρώσουν ερωτηματολόγια και να συμμετέχουν σε συνεντεύξεις. Η διάρκεια της παρέμβασης υπολογίζεται να είναι τρεις μήνες. Τα δεδομένα που θα συλλεχθούν θα είναι άκρως απόρρητα και μόνο ομαδικά δεδομένα αξιοποιούνται. Η έρευνα έχει εγκριθεί από την Εθνική Επιτροπή Βιοηθικής Κύπρου (αρ. πρωτοκόλλου ΕΕΒΚ/ΕΠ/2016/29) και από την επίτροπο Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα.

Με τη συμμετοχή σας, πέραν από το προσωπικό όφελος με δωρεάν αξιολογήσεις και παροχή ακουστικών βοηθημάτων ή γυαλιών (εάν πληρούνται τα κριτήρια), συνεισφέρετε ευρύτερα στην κοινότητα. Συγκεκριμένα, συνεισφέρετε στη διαμόρφωση εργαλείων αξιολόγησης και πρωτοκόλλων που ανταποκρίνονται καλύτερα στον συνδυασμό απώλειας μνήμης, ακοής και όρασης. Η γνώση αυτή μπορεί να αξιοποιηθεί από ειδικούς για έγκαιρη διάγνωση, καλύτερη διαχείριση και ανάπτυξη κατάλληλων προγραμμάτων και υπηρεσιών που προωθούν αξιοπρεπή ποιότητα ζωής για άτομα τρίτης ηλικίας και τις οικογένειές τους.

Αν ενδιαφέρεστε να λάβετε μέρος στην έρευνα, παρακαλούμε να επικοινωνήσετε στο τηλέφωνο 22 894437 ή ηλεκτρονικά στο [sensecog@ucy.ac.cy](mailto:sensecog@ucy.ac.cy). Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να αποταθείτε στην ιστοσελίδα του προγράμματος: [www.sense-cog.eu](http://www.sense-cog.eu).

\* MSc - Ειδικός επιστήμονας. Κέντρο Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης, Πανεπιστήμιο Κύπρου